

“Zelfstandig gymmen”

ONDERZOEK NAAR DE PERSPECTIEVEN VAN LEERLINGEN IN
AUTONOMIE-ONDERSTEUNEND BEWEGINGSONDERWIJS

Masterthesis van Marike Semplonius
S1066089
07-06-2021
Master Lichamelijke Opvoeding en Sportpedagogiek
Hogeschool Windesheim Zwolle
1^e lezer: Jeroen Koekoek
2^e lezer: Bruno Oldeboom

Inhoudsopgave

1. Samenvatting	2
1.1 Abstract	2
2. Inleiding	3
2.1 Aanleiding	3
2.1.1 Netwerk	5
2.2 Theoretisch kader	6
2.3 Relevantie van het onderzoek	8
2.4 Vraagstelling	9
3. Onderzoeksmethode	10
3.1 Organisatieomschrijving	10
3.2 Digitale lesmethode	10
3.3 Dataverzameling	12
3.3.1 Procedure van het onderzoek	12
3.3.2 Focusgroep-interviews	12
3.3.3 Participanten	13
3.3.4 Verantwoording en data-analyse	13
4. Resultaten	15
5. Discussie	26
6. Consequenties voor de praktijk	35
7. Literatuurlijst	38
8. Bijlagen	41
8.1 Interviewschema's	41
8.2 Interviews	45
8.3 Codering	80

1. Samenvatting

Het onderzoek is tot stand gekomen als gevolg van een hulpvraag vanuit het Netwerk Bewegingsonderwijs van een stichting voor basisscholen. Binnen het netwerk staan de onderwerpen zelfregulatie en autonomie-ondersteunend lesgeven veelal centraal. Het doel van het onderzoek was om de perspectieven op zelfregulerende processen binnen een autonomie-ondersteunende lessituatie van leerlingen uit de bovenbouw van het primair onderwijs in kaart te brengen. Zelfregulatie heeft in dit onderzoek vorm gekregen middels een digitale methode. De centrale vraag in het onderzoek is 'Wat zijn de perspectieven op zelfregulerende processen, van leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog, binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs vormgegeven op basis van een digitale lesmethode?'. Om de vragen in het onderzoek te beantwoorden is gebruik gemaakt van kwalitatief onderzoek door middel van acht focusgroep interviews met leerlingen uit groep 7 en 8. In de beantwoording op de vragen is onderscheid gemaakt tussen de begrippen motivatie, metacognitie en gedrag om actief te participeren binnen zelfregulatie. Uit het onderzoek is gebleken dat de motivatie van de leerlingen hoog is als het gaat om autonomie-ondersteunend lesgeven. De motivatie voor zelfregulatie blijkt wisselend, door de digitale methode raken bepaalde leerlingen meer gemotiveerd, andere leerlingen zijn door bepaalde factoren uit de methode gedemotiveerd. De ontwikkeling van metacognitieve vaardigheden komt tot stand door middel van de digitale methode van zelfregulatie. De leerlingen participeren actief op de momenten dat activiteiten hen aanspreken met als voornaamste doel plezier. Bovendien speelt de rol van vriendschappen een grote rol in de motivatie.

1.1 Abstract

The thesis is established by a guiding situation where members of the Netwerk Bewegingsonderwijs have been confronted by. In this cooperation people discuss a lot about the subjects self-regulation and autonomy support. The purpose of the research was to explore the perspectives of learners in primary school on self-regulated processes in an autonomy-supportive situation. Self-regulation is in this research formalized as a digital method. The main question in the thesis is 'What are the perspectives on self-regulated processes of learners from group 7 and 8 of the Regenboog, in autonomy-supportive lessons Physical Education formalized by a digital method?'. To answer the questions in this thesis the researcher did eight focus-group interviews with learners. In this research is focused on the concepts motivation, metacognition and behavior to actively participate in learners' self-regulation. Due to the results we can conclude that the intrinsic motivation of the learners is related to autonomy-support. The motivation of the learners to work with self-regulation is variably. Some learners get motivated because of the method, others experience the opposite feeling. The development of metacognitive skills by learners has been empowered by the digital method of self-regulation. The learners participate actively when the learners get interested by activities in the autonomy-supportive lessons in Physical Education with the main reason to have fun during the activity. Besides that, the role of friendships has a big part in their motivation.

In het verslag worden pseudoniemen gebruikt voor de school en de stichting waarbij het onderzoek is uitgevoerd.

2. Inleiding

In dit hoofdstuk wordt de aanleiding van het onderzoek besproken. Vervolgens wordt het theoretisch kader in dit onderzoek toegelicht. Nadat de relevantie van het onderzoek is besproken zal de doelstelling en de vraagstelling die in het onderzoek centraal staan worden beschreven.

2.1 Aanleiding

Al jarenlang is er binnen het onderwijs en het bewegingsonderwijs aandacht voor zelfstandig leren. Echter, dit heeft niet altijd geleid tot een eenduidige invulling van het vak bewegingsonderwijs. Door middel van de landelijke curriculumherziening door ontwikkelteams van Curriculum.nu zullen er diverse aanpassingen en ontwikkelingen in het nieuwe curriculum van het primair onderwijs worden aangebracht, waaronder het toepassen van zelfregulatie in het bewegingsonderwijs (Ontwikkelteam Bewegen & Sport, 2019). Het toepassen van zelfregulatie in het onderwijs is volgens Zimmerman (2002) belangrijk omdat de voornaamste taak van het onderwijs is om bij leerlingen voor een leven lang lerende vaardigheden te ontwikkelen. Door recente inzichten uit onderzoeken naar zelfregulatie ontstaat steeds meer houvast voor het bewegingsonderwijs.

Naast zelfregulering mogen leerlingen in het huidige bewegingsonderwijs steeds meer autonoom keuzes maken die het oefenen en het leren van bewegingsvaardigheden versterken (Duivenvoorden, 2021). Volgens Lewthwaite, Chiviacowsky, Drews en Wulf (2015) heeft autonomie een positieve invloed op de motivatie van leerlingen om te leren. De combinatie van de verhoogde motivatie met autonomie is bevorderlijk op andere leeruitkomsten zoals actieve betrokkenheid bij het oplossen van beweegproblemen en de toepasbaarheid van geleerde vaardigheden in andere contexten (Duivenvoorden, 2021; Lewthwaite et al., 2015; Chow, Davids, Button & Rendshaw, 2015).

Uit onderzoeken van Reeve (2009) en Tromp (2016) is gebleken dat leerkrachten hedendaags het meest gebruik maken van een controlerende lesgeefstijl. Overigens blijkt dat een autonomie-ondersteunende leerkrachtstijl veel meer positieve effecten heeft op de leerprestaties van kinderen in vergelijking met een controlerende lesgeefstijl (Hornstra, Weijers, van der Veen & Peetsma, 2016). Reeve (2009) geeft aan dat een autonomie-ondersteunende lesstijl te herkennen is door dat de docent aansluit bij het perspectief van de leerling. De docent nodigt uit en houdt rekening met en benut de gevoelens, inbreng, gedachten en gedragingen van de leerlingen gedurende de les.

Volgens Hornstra et al., (2016) bestaat autonomie-ondersteunend lesgeven uit een aantal componenten. Namelijk het geven van een betekenisvolle uitleg, het gebruiken van niet-dwingende taal, het bieden van keuzes en het zich kunnen verplaatsen in de leerling binnen een bepaalde structuur. Dit onderzoek gaat ervan uit dat zelfregulatie een structuur en houvast kan bieden binnen autonomie-ondersteunend bewegingsonderwijs. Op deze manier hoopt men bewustwording en eigenaarschap van het leerproces tot stand te brengen (metacognitie), mogelijk gaat dit gepaard met een verhoogde motivatie.

Zimmerman (2002) duidt zelfregulatie als de mate waarin leerlingen op het gebied van metacognitie, motivatie en gedrag actief participeren in hun eigen leerproces. Volgens Van der Sluis, Mombarg, Van Aart, Leistra en Pruijm (2017) zijn zelfregulerende vaardigheden nodig om bewust je gedachten, gevoelens en gedrag te beïnvloeden om een doel in de toekomst te bereiken. Bij leerlingen creëert het bewustwording van hun kwaliteiten en zwakke punten (Zimmerman, 2002).

Duivenvoorden (2021) beweert dat zelfregulerend leren een complexe vaardigheid is die gericht geoefend kan worden in de context van het bewegingsonderwijs. Om tot zelfregulatie te komen is

een helder leerdoel, het plannen van een oefenstrategie, het monitoren, reflecteren en eventueel bijstellen van de strategie vereist. Volgens Duivenvoorden (2021) en Thijs et al., (2014) moet een leerling wel voldoende gemotiveerd zijn om te gaan en te blijven oefenen en zichzelf in staat moet stellen het doel te behalen. Uit onderzoek van Domville, Watson, Richardson en Graves (2019) naar de perspectieven van kinderen op factoren die het plezier in het bewegingsonderwijs beïnvloeden blijkt dat de vakdocenten belangrijk zijn om een omgeving te creëren waarin leerlingen aan die behoefte voldoen. Het plezier in beweegactiviteiten is een intrinsieke motivator die leidt tot meer betrokkenheid van leerlingen (Domville et al., 2019).

Zelfregulatie is volgens het Nationaal Expertisecentrum Leerplanontwikkeling (SLO) en Kennisnet (2020) een 21^e -eeuwse vaardigheid. De 21^e -eeuwse vaardigheden bereiden de leerlingen voor op een toekomst in onze netwerksamenleving die sterk ontwikkelt door de komst van technologie (Karels, 2020). Zelfregulatie zal in het onderzoek door middel van een digitale methode vormgegeven worden. De digitale methode bestaat uit video-instructie en zelfgestuurde video-feedback.

Volgens Kok en Van der Kamp (2018) kan video-feedback erg waardevol zijn in het faciliteren van zelfregulerende processen tijdens het leren van motorische vaardigheden. Zelfregulerend leren beïnvloed, net als leren door zelfgestuurde videofeedback, het leren van motorische vaardigheden en de motivatie op een positieve manier (Kok et al., 2018). Uit onderzoek van Duivenvoorden en Schakel (2018) naar samen leren met behulp van video-instructie bleek dat zelfsturend leren de motivatie om te oefenen en het vertrouwen dat de leerlingen hebben in hun vaardigheid doet toenemen. Volgens Zimmerman (2002) zijn de factoren motivatie en vertrouwen (self-efficacy) belangrijk in het zelfstandig blijven oefenen van een activiteit.

Uniek aan het onderzoek is dat zelfregulatie plaats vindt binnen een autonomie-ondersteunende setting. Dit is tot stand gekomen door ontwikkelingen binnen het Netwerk Bewegingsonderwijs. Het Netwerk Bewegingsonderwijs bestaande uit vakdocenten bewegingsonderwijs van de stichting houdt zich bezig met didactische ontwikkelingen binnen het vak bewegingsonderwijs. Het netwerk streeft naar een algemeen beleid rondom het vak bewegingsonderwijs en meer verbinding tussen de scholen. Daarnaast richten zij zich op de actualiteiten en ontwikkelingen binnen het werkveld, de netwerkleden inspireren elkaar om te blijven groeien. In het hoofdstuk *Netwerk* vindt u een uitgebreide omschrijving van de samenwerking.

Ontwikkelingen die een grote plaats innemen in het netwerk zijn autonomie-ondersteunend lesgeven en formatief beoordelen door middel van zelfregulatie. De leden van het netwerk sluiten zich aan bij de positieve leereffecten van autonomie-ondersteunend lesgeven ten opzichte van controlerend lesgeven. Ze zitten momenteel in de fase om dit concept met elkaar te optimaliseren en verder te ontwikkelen. De zelfregulatie vindt in de meeste gevallen plaats binnen een autonomie-ondersteunende les bewegingsonderwijs.

Een autonomie-ondersteunende gymles vindt gemiddeld één keer per week plaats, dit is 50% van de lessen bewegingsonderwijs. De keuze van activiteiten wordt bepaald door de docent en bestaat uit minstens zes activiteiten, de inbreng van leerlingen wordt hierin meegenomen. Leerlingen worden in een les vrij gelaten wat betreft het kiezen van onderdelen, de duur van het oefenen, de groepssamenstelling en de volgorde van oefenen. Onderwerp van gesprek in het netwerk is vaak de minimale bewustwording van het leerproces binnen een autonomie-ondersteunende les bewegingsonderwijs. Volgens de netwerkleden is er een gebrek aan sturing waardoor leerlingen niet bewust eigenaar zijn van hun eigen leerproces, er worden geen doelen gesteld of leerstrategieën toegepast binnen de activiteiten. Echter, het streven naar eigenaarschap en bewustwording van het leerproces door leerlingen is groot binnen het netwerk en in het algemeen binnen de stichting.

Tevens ervaren de vakdocenten demotivatatie voor bepaalde activiteiten binnen de autonomie-ondersteunende les bij leerlingen in de bovenbouw van het primair onderwijs. Bepaalde activiteiten worden niet of nauwelijks beoefend door leerlingen binnen de autonomie-ondersteunende les waardoor de leerlingen niet kennismaken met het brede beweegaanbod.

Onlangs is er door een van de leden van het Netwerk Bewegingsonderwijs een digitale lesmethode ontwikkeld waarin zelfregulatie vormgegeven binnen een autonomie-ondersteunende situatie centraal staat. De lesmethode biedt mogelijk structuur en houvast in een autonomie-ondersteunende situatie door middel van zelfregulatie, naar de behoefte van het netwerk. In de methode staat één activiteit in een lessenreeks centraal, de activiteit is opgedeeld in meerdere niveaus. Door middel van video-feedback en video-instructie zijn leerlingen gedurende vier lessen bezig om hun eigen leerdoelen te plannen, monitoren en evalueren zodat er vorderingen ontstaan in de bewustwording van het leerproces en de bewegingsuitvoering. In het hoofdstuk *Digitale lesmethode* is de methode uitgewerkt.

Het netwerk veronderstelt dat zelfregulatie in een digitale vorm deze sturing in een dergelijke situatie kan bieden om bewustwording, eigenaarschap en motivatie bij leerlingen tot stand te brengen. Er wordt onderzoek gedaan naar de perspectieven van leerlingen in de bovenbouw van het primair onderwijs op zelfregulerende processen binnen een autonomie-ondersteunende les vormgegeven op basis van een digitale lesmethode. In het onderzoek wordt onderscheid gemaakt tussen de begrippen motivatie, metacognitie en gedrag om actief te participeren in het eigen leerproces.

2.1.1 Netwerk

De stichting bestaat uit scholen gesitueerd een stadsdeel in Amsterdam voor Openbaar Primair onderwijs. De stichting is verantwoordelijk voor het onderwijs aan circa 5000 leerlingen en heeft ongeveer 500 medewerkers in dienst. Leren en ontwikkelen door middel van kansengelijkheid en inclusiviteit staat centraal bij de stichting. Door steeds meer te gaan werken vanuit één zienswijze en aanpak in een doorgaande pedagogische lijn, kunnen leerlingen in een veilige en stimulerende omgeving hun talenten ontdekken en ontplooien.

Het Netwerk Bewegingsonderwijs bestaat uit 15 vakdocenten bewegingsonderwijs. Het netwerk wordt geleid door een coördinator en tevens onderwijsconsulent en opleider binnen de stichting. Het netwerk vormt een verbinding tussen 18 basisscholen en de coördinator is hierin de korte lijn met het bestuur van de stichting. Het netwerk houdt zich bezig met ontwikkelingen in en rondom het vak bewegingsonderwijs. Ieder schooljaar zijn er zes bijeenkomsten en een studiedag waarin het netwerk samenkomt. Middels een gedeelde Microsoft Teams pagina wordt er kennis gedeeld en blijft het netwerk in nauw contact met elkaar. Door de samenwerking is er onlangs een beleid voor het bewegingsonderwijs ontwikkeld door het netwerk voor de gehele stichting. Naast autonomie-ondersteunend lesgeven houdt het netwerk zich momenteel bezig met zaken als overgewicht, gezamenlijke toernooien, vakwerkplannen, zelfregulering en formatief beoordelen. De visie en kracht van autonomie-ondersteunend lesgeven wordt vrijwel door ieder lid van het netwerk gedeeld.

2.2 Theoretisch kader

Veel onderzoeken hebben aangetoond hoe zelfregulerende processen bij leerlingen leiden tot succes op school (Zimmerman, 2002). Zelfregulatie kan leiden tot verhoging in de motivatie en prestaties van leerlingen (Zimmerman, 2002). Het gaat hierbij om het zelfgestuurde proces waarmee leerlingen mentale vaardigheden omzetten naar de praktijk (Zimmerman, 2002). Zelfregulerend leren wordt

door Zimmerman (2002) gezien als een activiteit die leerlingen voor zichzelf doen, op een proactieve manier.

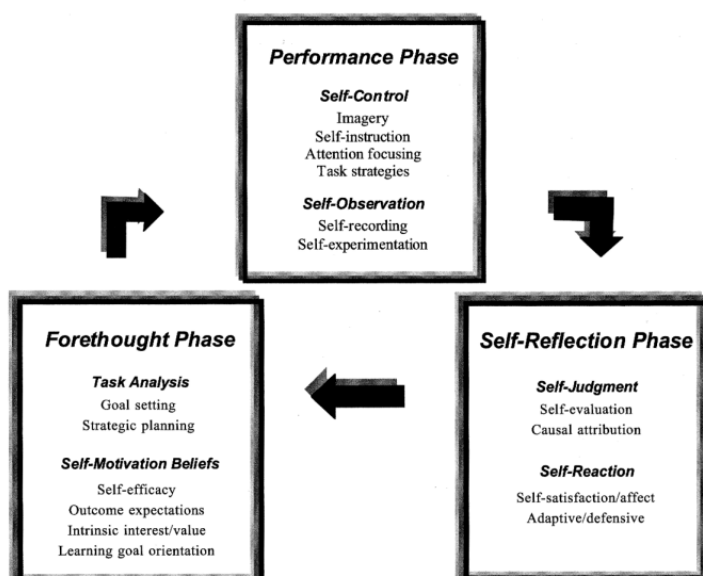
In dit onderzoek worden de resultaten bekeken vanuit het frame waarop Zimmerman zelfregulatie definieert. Zimmerman (2002) omschrijft zelfregulatie als de mate waarin leerlingen op het gebied van metacognitie, motivatie en gedrag actief participeren in hun eigen leerproces.

Metacognitie betreft het bewustzijn van en kennis over eigen denken (Zimmerman, 2002). Volgens Veenman (2015) gaat metacognitie over de kennis en vaardigheden om het eigen denken, handelen en leren te organiseren, te sturen en te controleren. Het gaat daarbij om activiteiten als een oriëntatie op de taak, doelen stellen, het maken van een planning, monitoring van de uitvoering en evaluatie op de uitkomst en het proces (Veenman, 2015).

De motivatie heeft invloed op het proces van zelfregulatie en metacognitie. Onder motivatie verstaan we de beweegredenen of motieven dat op een bepaald moment werkzaam is binnen het individu (Alblas & Wijsman, 2013). De motieven kunnen leiden tot een bereidheid om bepaalde inspanningen te verrichten (Alblas et al., 2013). Binnen motivatie kan er volgens Deci en Ryan (2004) onderscheid gemaakt worden tussen intrinsieke en extrinsieke motivatie. Het concept van intrinsieke motivatie refereert naar gedragingen van mensen afkomstig uit eigen interesse. Extrinsieke motivatie heeft betrekking op gedragingen die tot stand komen door een externe prikkel. Volgens Deci en Ryan (2004) zorgt een intrinsieke motivatie in de meeste gevallen voor betere leerresultaten.

Zelfregulatie is een proces bestaande uit meerdere vaardigheden, waarbij het formuleren van een doel op basis van eerder opgedane kennis en ervaringen centraal staat (Zimmerman, 2002). Om het leerdoel te behalen moet er een planning gemaakt worden. Het gedrag wordt gemonitord en er wordt gereflecteerd op het leerproces.

Volgens het model van Zimmerman bestaan zelfregulerende processen uit drie cyclische fasen rondom metacognitie namelijk: voor, tijdens en na de uitvoering van de leertaak (Zimmerman, 2002). In de voorbereidingsfase op de leertaak gaat het volgens Zimmerman (2002) om de oriëntatie op de taak en de zelfmotivatie, in deze fase worden doelen gesteld en een planning gemaakt. De uitvoeringsfase, tijdens de leertaak, heeft betrekking op wat de leerling tijdens het leren doet (Zimmerman, 2002). In deze fase vindt zelfregulatie plaats door middel van strategiegebruik en monitoring op basis van observatie. Na de leertaak, in de evaluatiefase wordt er geëvalueerd op het gedrag en het gedrag wordt aangepast (Zimmerman, 2002).



Figuur 3. Zimmerman, B.J. (2002). De fasen en sub-processen van zelfregulatie.

De zelfregulerende vaardigheden moeten door de leerkracht worden aangeleerd door gerichte instructie te geven en te modeleren (Zimmerman, 2002). Zelfregulerende leerlingen zoeken dan ook hulp van anderen om hun leerproces te verbeteren (Zimmerman, 2002). Echter, tijdens zelfregulatie moet de

verantwoordelijkheid in het gehele leerproces steeds meer bij de leerling komen te liggen (Zimmerman, 2002).

Zelfregulerende leerlingen focussen op hoe ze specifieke vaardigheden activeren, bijsturen en in stand houden in een sociale en onafhankelijke context (Zimmerman, 2002). In een tijd waarin deze essentiële kwaliteiten voor een leven lang leren bij veel studenten afwezig is, is het aanleren van zelfregulerende vaardigheden bijzonder relevant (Zimmerman, 2002). Dit is de reden dat zelfregulatie tegenwoordig vaker al wordt toegepast in het primair onderwijs.

Er is gekozen voor dit theoretisch kader omdat de vraagstukken vanuit het netwerk mogelijk in dit model worden belicht. Het gebrek aan of het streven naar eigenaarschap van het leerproces waarbij de leerling verantwoordelijkheid heeft kan gekoppeld worden aan de metacognitie van een leerling. Mogelijk kan door de ontwikkeling van metacognitieve vaardigheden bewustwording en eigenaarschap van het leerproces bij de leerlingen tot stand brengen. Het gedrag waarbij leerlingen activiteiten niet of nauwelijks beoefenen heeft te maken met motivatie. In dit onderzoek wordt gezocht naar de perspectieven en motieven van het (niet) actief participeren in het leerproces.

Er is gekozen om in het theoretisch kader te focussen op de drie begrippen motivatie, metacognitie en gedrag naar aanleiding van zelfregulatie. Het kader wordt tevens gebruikt om specifiek naar de data te kijken, de percepties van de leerlingen worden gefilterd op aspecten uit zelfregulerende processen.

Er is veel onderzoek naar zelfregulatie door het frame van Zimmerman verricht door middel van vragenlijsten. In dit onderzoek worden de perspectieven van leerlingen geïnterpreteerd door hetzelfde frame. Op deze manier is het onderzoek van toegevoegde waarde voor het werkveld.

2.3 Relevantie van het onderzoek

In deze paragraaf wordt de relevantie van het onderzoek aangetoond. Tevens wordt belicht wat er vanuit het wetenschappelijke onderzoek bekend is. Aan het einde van de paragraaf zal de doelstelling van het onderzoek worden beschreven.

Volgens Tromp (2016) wordt er zeer beperkt gebruik gemaakt van autonomie-ondersteunend lesgeven in het primair onderwijs. De leerkrachten die het wel doen, geven hun leerlingen vaak nog te weinig keuze of geen doelgerichte opdrachten. Om te voldoen aan de verwachtingen van de SLO (2020) om onze leerlingen voor te bereiden en gemotiveerd te maken voor de huidige maatschappij zou men volgens Reeve (2009) meer autonomie-ondersteuning moeten bieden in plaats van controle, dit motiveert de zelfregulatie van onze leerlingen.

Volgens Pruim en Van der Wal (2019) zouden er binnen een les bewegingsonderwijs dan ook meer mogelijkheid tot keuzevrijheid voor leerlingen moeten zijn. Uit een peiling van het bewegingsonderwijs (Spithoff, Naayer, Hartman & Timmermans, 2017) bleek dat het een uitdaging is voor het vak om een manier te vinden waarop de leerlingen inbreng hebben bij de invulling van de lessen en het niveau waarop er wordt deelgenomen aan de lessen. Op basis van de peiling concluderen Spithoff et al., (2017) dat methoden gericht op zelfregulatie meer zouden moeten worden toegepast in de bovenbouw van het primair onderwijs.

Zelfregulatie wordt volgens Spithoff et al., (2017) momenteel in mindere mate of op een onjuiste manier toegepast binnen het bewegingsonderwijs. Binnen het bewegingsonderwijs zijn er verscheidene methodes ontworpen voor leerlingen in het voortgezet onderwijs zoals Goalkeeper! en Sportfolio App . Echter, beperkte (digitale) leermethodes en handvaten zijn ontworpen voor het bewegingsonderwijs in het primair onderwijs. De eerder genoemde methodes kunnen dan ook niet gegeneraliseerd worden naar het primair onderwijs.

Bovendien is er geen enkele methode ontwikkeld waarin zelfregulatie plaats vindt binnen autonomie-ondersteunend bewegingsonderwijs. Het Netwerk Bewegingsonderwijs heeft zelfregulatie een plaats gegeven binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs om meer bewustwording en verantwoordelijkheid van het leerproces tot stand te brengen die mogelijk gepaard gaan met een verhoogde intrinsieke motivatie.

Onderzoek naar de ervaringen van de leerlingen uit het primair onderwijs met zelfregulatie is minimaal. Volgens Koekoek (2020) is er relatief weinig bekend over de manier waarop kinderen het leren van vaardigheden in het bewegingsonderwijs ervaren. Uit onderzoek van Koekoek en Knoppers (2015) naar de rol van vriendschappen bij het leren van vaardigheden in het bewegingsonderwijs blijkt dat sociale interactie een belangrijke rol speelt wanneer kinderen vaardigheden of tactieken krijgen aangeleerd. Men kan aannemen dat het aanleren van een vaardigheid verband heeft met de voorkeur om te samenwerken met klasgenoten (Koekoek et al., 2015). Leerlingen zijn het aanleren van de vaardigheid continue aan het afwegen tegenover het samenwerken met vrienden, overigens speelt de comfortzone een rol in die keuze (Koekoek et al., 2015).

In de (top)sportwereld is er wel veel onderzoek verricht naar zelfsturing, autonomie-ondersteuning en digitalisering. Uit onderzoek van Reynders et al., (2019) blijkt dat de autonome motivatie en betrokkenheid van de atleten toeneemt als gevolg van autonomie-ondersteunend coachen. De uitkomsten van het onderzoek blijken essentieel voor de betrokkenheid en motivatie van sporters, en daarmee een leven lang sporten. De onderzoeken zijn veelal afgenomen in laboratorium settings met individuele proefpersonen. Dit is niet vergelijkbaar met situaties in het bewegingsonderwijs

waarbij men les geeft aan grote groepen. Weinig onderzoek is er verricht naar zelfsturing in het bewegingsonderwijs, met name in het primair onderwijs is er gebrek aan dergelijk onderzoek.

Er is wel veel bekend over zelfregulatie in het bewegingsonderwijs op het voortgezet onderwijs, waarbij het onderzoek met name gebaseerd is op vragenlijsten over zelfregulatie. Van Duivenvoorden (2021) heeft onlangs onderzoek gedaan naar zelfregulerende strategieën door middel van observatie. In dit onderzoek worden de perspectieven op zelfregulerende processen onderzocht door middel van focusgroep interviews. Door het frame van Zelfregulatie volgens Zimmerman (2002) worden de perspectieven van leerlingen voor zelfregulering binnen een autonomie-ondersteunende situatie in verband gebracht met de motivatie, metacognitie en het gedrag.

Volgens Duivenvoorden (2015) is er op basis van onderzoek nog weinig bekend over de wijze waarop zelfregulatie gestimuleerd kan worden en over de effecten van het stimuleren van zelfregulatie in beweegcontexten. In dit onderzoek zal de ontwikkeling van zelfregulerende vaardigheden mogelijk gestimuleerd worden door middel van de digitale methode. Het doel van het onderzoek is om de perspectieven op zelfregulerende processen binnen autonomie-ondersteuning van leerlingen uit de bovenbouw van het primair onderwijs in kaart te brengen. Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen de motivatie, metacognitie en het gedrag waarop leerlingen actief participeren in het leerproces. Mogelijk kan dit onderzoek bijdragen aan waardevolle resultaten op de gaten in de literatuur.

2.4 Vraagstelling

De centrale vraag in het onderzoek is als volgt:

‘Wat zijn de perspectieven op zelfregulerende processen, van leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog, binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs vormgegeven op basis van een digitale lesmethode?’

De bijbehorende praktijkvraag is als volgt:

‘Hoe kunnen autonomie-ondersteunende lessen op basis van een digitale lesmethode op de Regenboog verbeterd worden?’

De deelvragen zijn als volgt:

- Wat zijn de perspectieven op de motivatie van leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog, waarbij zelfregulatie wordt vormgegeven op basis van een digitale methode binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs?
- Wat zijn de perspectieven op de metacognitie van leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog, waarbij zelfregulatie wordt vormgegeven op basis van een digitale methode binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs?
- Wat zijn de perspectieven op het gedrag van leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog, waarbij zelfregulatie wordt vormgegeven op basis van een digitale methode binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs?

3. Onderzoeksmethode

In dit hoofdstuk wordt de organisatieomschrijving, de digitale lesmethode, de procedures in het onderzoek en de dataverzameling besproken. Tevens wordt de keuze voor de onderzoeksmethode en data-analyse beschreven.

3.1 Organisatieomschrijving

Het onderzoek werd uitgevoerd op de openbare Dalton basisschool De Regenboog, in Amsterdam. De Regenboog telt zo'n 268 leerlingen en is gesitueerd in een brede school. Vanuit een open houding werkt het team van de Regenboog aan de hand van richtinggevendende uitgangspunten en kernwaarden, namelijk: samenwerken, verbinden, zelfstandigheid, verantwoordelijkheid en (zelf)reflectie (Regenboog Daltonschool, 2021). Als uitgangspunt leren leerlingen, ouders en collega's van en met elkaar. Centraal staat het ontdekken, benutten en ontwikkelen van talenten in een betekenisvolle en veilige pedagogische leeromgeving (Regenboog Daltonschool, 2021).

Door middel van een eigentijdse en effectieve invulling van Daltononderwijs richt de Regenboog zich op individuele- in plaats van klassikale ontplooiing van leerlingen (Regenboog Daltonschool, 2021). Leerlingen van de Regenboog krijgen 21^e-eeuwse vaardigheden aangeleerd waarmee ze zichzelf steeds verder kunnen ontwikkelen (Regenboog Daltonschool, 2021). Een aantal van deze vaardigheden zijn: zelfstandig leren, samenwerken, verantwoordelijkheid nemen en reflecteren op je eigen handelen en keuzes.

De Regenboog is een Vreedzame School en daarmee leveren zij een bijdrage aan een positief sociaal klimaat en de vorming van hun leerlingen tot actieve en betrokken burgers (Regenboog Daltonschool, 2021). Ouders en leerkrachten delen de taak om hun kinderen voor te bereiden op een gecompliceerde maatschappij. Het ontwikkelen van sociale vaardigheden en het creëren van een veilige sfeer waarin geleerd kan worden staat centraal.

3.2 Digitale lesmethode

De digitale methode bestaat uit een reeks van vier autonomie-ondersteunende lessen waarin één activiteit centraal staat, in het onderzoek was dat de wendsprong. Leerlingen zijn in de methode vrij om te kiezen welk onderdeel zij op welk moment gedurende een bepaalde tijd doen. De reeks is verspreid over vier weken, iedere week wordt er in één les bewegingsonderwijs aandacht besteed aan zelfregulatie binnen de autonomie-ondersteunende situatie. De centrale activiteit is in levels opgedeeld. De lesmethode bestaat uit een digitaal document en twee ondersteunende instructievideo's. Het document is bedoeld om leerlingen te ondersteunen bij het formuleren van een doel, het plannen, het monitoren en het evalueren. De levels en bewegingsuitvoeringen van de activiteit zijn bijgevoegd in tekst en een video. Daarnaast is er een video beschikbaar met oefeningen om een volgend level te behalen.

Procedure in de lessen

Les 1: de activiteit wordt geïntroduceerd. De leerlingen moeten in deze les het document invullen waarin onder andere het beginniveau, het doel en de werkwijze/strategie wordt gemonitord. De docent voert met leerlingen een gesprek 'voor de taak'.

Les 2: de activiteit wordt herhaald. De gesprekken 'tijdens de taak' worden gevoerd door de lesgever met de leerlingen. Er is ruimte om de monitoring bij te stellen.

Les 3: in deze les biedt de lesgever in blokken van 10 minuten extra leerhulp per level. Leerlingen

hebben de keuze om hieraan deel te nemen, op basis van hun doel/strategie. Er is ruimte om de monitoring bij te stellen.

Les 4: in deze les is het laatste moment om te oefenen. Er vinden evaluaties 'na de taak' plaats tussen de leerling en docent. Het document wordt nu definitief ingevuld door de docent, er is ruimte voor een opmerking.

In het document kunnen de leerlingen zelfstandig werken. Achter iedere naam heeft elke leerling de mogelijkheid om zijn of haar huidige niveau(level) in te vullen. De leerling heeft de mogelijkheid om antwoord te geven op de volgende vragen:

- Niveau: ...
- Ik vind het onderdeel ...
- Ik vind dat ik ...
- Ik wil de volgende keer ...
- Opmerking

Elke vraag is te beantwoorden door middel van keuze antwoordmogelijkheden. De opmerking is open.

Figuur 1. Weergave van het digitale document (Konings, 2021).

SALTO

GROEP 5				
LV	Ik vind het onderdeel	Ik vind dat ik...	Ik wil volgende keer...	Opmerking
3	... heel erg leuk	...het gewoon prima heb gedaan	...meer oefenen (hoger level halen)	
4	... heel erg leuk	... trots mag zijn op mijn vooruitgang	...net zo doorgaan als deze keer (ik had de juiste inzet al)	
4	... heel erg leuk	... trots mag zijn op mijn vooruitgang	...net zo doorgaan als deze keer (ik had de juiste inzet al)	Ik wil zonder handen neer te zetten salto springen.
4	... heel erg leuk	... trots mag zijn op mijn vooruitgang	...net zo doorgaan als deze keer (ik had de juiste inzet al)	
3	... een beetje leuk	...heel erg goed mijn best heb gedaan	...meer oefenen (hoger level halen)	
4	... heel erg leuk	... trots mag zijn op mijn vooruitgang	...meer oefenen (hoger level halen)	
2	... heel erg leuk	...het gewoon prima heb gedaan	... hulp en tips van anderen	Ik was gevallen, ik kom te dichtbij de rand. Hulp van Meester
3	... heel erg leuk	...heel erg goed mijn best heb gedaan	...meer oefenen	
3	... best wel leuk	...het gewoon prima heb gedaan	...meer oefenen (hoger level halen)	

...meer oefenen (hoger level halen)
 ...hulptips van anderen (iets lukt niet zelf)
 ...meer uitdaging (ik kan lol 4 al)
 ...andere gaan coachen/helpen (ik ben expert)
 ...andere coachen/helpen (ik ben expert)
 ...dit lever niet meer doen (atom of te spannend)

Om het eigen niveau in te schatten staat er een iPad naast de activiteit met video-delay zodat de leerling zichzelf terug kan kijken. De leerling kiest zelf de momenten waarop hij of zij de uitvoering terugkijkt. De leerling heeft de mogelijkheid gebruik te maken van zelfgestuurde feedback of leerhulp van de docent of van klasgenoten.

De resultaten van een reeks worden opgenomen in een persoonlijk Sportfolio voor elke leerling. De 21^e -eeuwse vaardigheden zelfstandig leren, verantwoordelijkheid en (zelf)reflectie komen allen aan bod in de lesmethode. Het doel van het Sportfolio is naast zelfregulatie, verantwoordelijkheid en bewustwording van het leerproces ook om kennis te maken met een brede beweegcultuur. Het kennismaken met de brede beweegcultuur doen leerlingen doordat zij een divers en gevarieerd aanbod krijgen aan beweegactiviteiten die aan bod komen door middel van het Sportfolio gedurende een schooljaar.

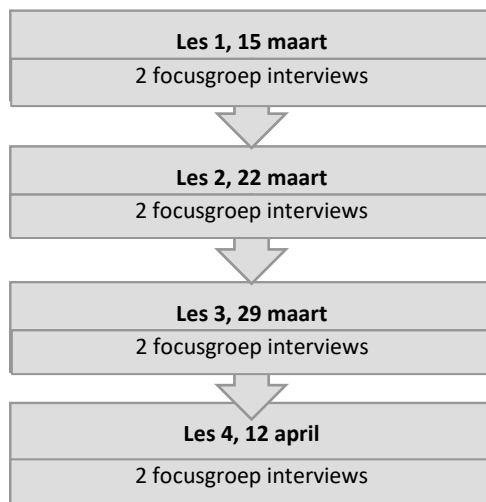
Leerlingen ontdekken door middel van de methode hun ontwikkelingen en talenten binnen het bewegingsonderwijs en de sport. De lesmethode biedt de mogelijkheid tot het opbouwen van een persoonlijk Sportfolio voor iedere leerling waarin de sportvoorkeuren worden belicht. Naast dat leerlingen de activiteiten beoefenen, reflecteren zij ook over hun eigen niveau, interesse, inzet en

voornemen voor die beweegactiviteit. Mogelijk draagt de digitale methode bij aan een leven lang leren.

3.3 Dataverzameling

3.3.1 Procedure van het onderzoek

Er is gekozen om het onderzoek niet op de eigen school uit te voeren zodat de onderzoeker geen deel uitmaakt van het onderzoek. De rol van de onderzoeker was duidelijk voor de leerlingen. Tevens was de onderzoeker een geheel neutraal persoon in het proces, de onderzoeker was onbekend voor de leerlingen en voorkomt daarmee response bias (Baarda et al., 2012). De onderzoeker was elke les gedurende de reeks aanwezig.



Figuur 4. Rol van de onderzoeker en procedure van dataverzameling in schematische weergave

Vooraf aan de lessenreeks werden de leerlingen op maandag 1 maart ingelicht door de onderzoeker over het onderzoek dat zou gaan plaatsvinden. Volgens Ennis en Chen (2012) is het belangrijk om als volwassen interviewer vooraf aan interviews vertrouwd te raken met kinderen die mee gaan werken aan een onderzoek. Iedere les was de onderzoeker aanwezig om te observeren en de data uit het Sportfolio werd gedeeld met de onderzoeker. De onderzoeker was tijdens de les niet betrokken bij de situatie. Door de onderzoeker werd er gelet op opvallende gebeurtenissen die ondersteunend waren voor de interviews. De gebeurtenissen in de les vormden aanknopingspunten tijdens de focusgroep-interviews om meer informatie te achterhalen. Tijdens en na de les was er voor de onderzoeker direct toegang tot het Sportfolio. De data die afgeleid werd uit de monitoring van het Sportfolio bracht tevens verdieping aan tijdens de focusgroep-interviews.

3.3.2 Focusgroep-interviews

Na iedere les uit de lessenreeks werden er twee focusgroep-interviews gehouden met een groep leerlingen die hadden deelgenomen aan de les. Uit beide deelnemende klassen, groep 7 en 8, werd een focusgroep gevormd. Iedere keer namen er andere leerlingen deel aan de interviews zodat er een rijke bron van informatie ontstond vanuit verschillende perspectieven van leerlingen.

Volgens Ennis et al., (2012) is het cruciaal om opwarmende activiteiten te doen of vragen te stellen aan kinderen om de open conversatie te faciliteren. De onderzoeker speelde hier afhankelijk van de situatie op in door middel van een bekende situatie te benoemen of te vragen. Door middel van een

semigestructureerd interviewschema kwamen er vervolgens vaste specifieke onderwerpen aan bod. Er is was geen vaste volgorde waardoor er een mogelijkheid tot doorvragen ontstaat.

Om de deelvragen (zie *Vraagstelling*) te beantwoorden werd gebruik gemaakt van kwalitatief onderzoek door middel van focusgroep interviews. Bij een focusgroep interview wordt er gesproken met mensen die allemaal één bepaalde situatie hebben meegemaakt en daardoor een gelijksoortige ervaring hebben (Baarda et al., 2012). De onderzoeker verzamelt meningen of ervaringen bij een groep personen (Harinck, 2013). De interviewer had in dit geval vooraf de situatie geanalyseerd (geobserveerd) en stelde hier vragen over. Er werden acht focusgroep interviews gehouden verdeeld over de lessenreeks van 4 lessen, aansluitend aan de les werden leerlingen geïnterviewd. Wekelijks vonden er twee interviews plaats. Na acht interviews trad er verzadiging op, de data leverde geen nieuwe informatie meer op.

Er werd cyclisch geïnterviewd zodat de topics na ieder interviewmoment konden worden bijgesteld. De data is naderhand geanalyseerd, op basis van de resultaten werden de topics voor een volgend focusgroep interview bijgesteld. Op deze manier werd er meer diepgang gecreëerd en kon men ingaan op bijzonderheden.

Er is gekozen voor een focusgroep van drie leerlingen omdat uit ervaring bleek dat kinderen in grotere groepen niet allemaal actief participeren aan het gesprek. Er is mogelijk meer interactie in een kleinere groep waarbij elke deelnemer een vergelijkbaar aandeel heeft.

3.3.3 Participanten

Het onderzoek werd uitgevoerd bij leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog. De participanten van de focusgroep interviews (N = 24) waren jongens en meisjes tussen een leeftijd van 10 en 12 jaar. Elke week werd er na de les uit beide groepen een nieuwe focusgroep van drie leerlingen uit de homogene groep gevormd. Om de resultaten niet te sterk te laten vormen door een bepaalde groep werd er met meerdere focusgroepen gewerkt (Harinck, 2013). Doelgerichte steekproeven rekening houdend met etniciteit, gender, motorisch niveau en cognitie worden uitgevoerd om deelnemers te selecteren om ervoor te zorgen dat antwoorden zo divers mogelijk zijn (Koekoek, 2020). Tevens werden de leerlingen geselecteerd in samenspraak met de docent om een selectie bias te voorkomen. De focusgroepen bestonden uit leerlingen van dezelfde klas zodat er over gebeurtenissen gesproken kon worden die alle participanten hadden meegemaakt. Daarnaast gaf het ook een gevoel van veiligheid om met klasgenoten deel te nemen aan een interview (Harinck, 2013).

De ouders hebben aan het begin van het schooljaar schriftelijk toestemming gegeven voor de deelname aan onderzoeken voor hun kinderen. Desondanks werden ouders op de hoogte gebracht, evenals de directie en het team van de Regenboog.

3.3.4 Verantwoording en data-analyse

De reden dat er gekozen is voor focusgroep interviews is omdat op deze manier de perspectieven van leerlingen goed in beeld kunnen worden gebracht. Daarnaast is er is gekozen voor interviews omdat het een mogelijkheid geeft tot doorvragen, uit ervaring is namelijk gebleken dat kinderen met de basisschoolleeftijd soms korte antwoorden geven. De motieven voor en opvattingen over het eigen gedrag en het gedrag van de ander op deze manier belicht (Baarda et al., 2012). Daarnaast was er de mogelijkheid dat leerlingen een discussie voerden, op die manier werden de perspectieven verbreed.

De onderzoeker had daarnaast de mogelijkheid om in te haken op gebeurtenissen en situaties die ontstonden in de les (Baarda et al., 2021). Bovendien konden de leerlingen op deze manier de gevoelens uitdrukken en daarbij was tevens hun houding zichtbaar voor de onderzoeker (Baarda et al., 2012).

De deelnemers konden aanhaken of ingaan op elkaars mening waardoor er meer diepte ontstond, tevens leverde de sociale interactie tussen de kinderen door middel van observatie interessante resultaten op (Baarda et al., 2012). Een voordeel is volgens Koekoek (2020) dat kinderen de mogelijkheid krijgen om te reageren in hun eigen woorden op wat andere kinderen zeggen. Daarnaast kon de onderzoeker fungeren als facilitator tijdens een discussie van de groep (Harinck, 2013).

Focusgroep interviews leveren volgens Koekoek (2020) meer data in een korte tijd in vergelijking met een individueel interview. Daarnaast ontbreekt de verdieping bij een interview met een individueel kind in veel gevallen. In een individueel interview met een kind heeft de onderzoeker soms de neiging om te veel te sturen, dit veroorzaakt interviewer bias (Baarda et al., 2012). Omdat de onderzoeker voor de kinderen onbekend was gaf het meer vertrouwen als de kinderen in een groep worden bevraagd. Een groepsdiscussie is een meer comfortabele setting voor kinderen in plaats van een individueel interview (Koekoek, 2020). De natuurlijke setting verhoogt overigens de ecologische validiteit van het onderzoek (Harinck, 2013).

De interviews zijn opgenomen met geluidsapparatuur, dit verhoogt de betrouwbaarheid van het onderzoek (Baarda et al., 2012). Aan de hand van de opname werd het interview getranscribeerd. Door middel van open coderen werden er labels toegevoegd aan de data. De labels zijn samengevoegd tot codes door middel van axiaal coderen. Door de codes selectief te analyseren is de resultatensectie ontstaan. Door de data te vergelijken met de literatuur en te interpreteren vanuit het model van zelfregulatie van Zimmerman (2002) is er antwoord gegeven op de onderzoeksvragen.

4. Resultaten

Het cyclisch interviewen heeft veel diepgang en een rijke bron aan data opgeleverd. Iedere week werden er onderwerpen aangehaald die een week eerder werden beweert, vaak bleek ook dat leerlingen het niet altijd met elkaar eens waren. Veel data bleek daarentegen wel te generaliseren zoals de belangrijke rol van vriendschappen en het plezier als beweegreden om aan een activiteit deel te nemen.

De onderzoeker heeft geprobeerd om zo veel mogelijk geprobeerd open vragen te stellen. Dit bleek niet altijd gemakkelijk omdat kinderen korte antwoorden gaven, hierdoor was het soms nodig dat de onderzoeker voorbeeldantwoorden gaf. In sommige focusgroep-interviews waren bepaalde leerlingen namelijk erg aanwezig in het gesprek waardoor andere leerlingen niet actief deelnamen. Daarnaast bleek dat sommige leerlingen het moeilijk vonden om zichzelf uit te drukken.

In overleg met de vakdocent werden leerlingen gekozen voor de focusgroep-interviews, de keuze werd veelal gebaseerd op basis van het beweeggedrag van leerlingen in de les en afhankelijk van de toestemming om deel te nemen aan het onderzoek. Bepaalde leerlingen namen in de lessituatie niet deel aan de zelfregulerende activiteit of leken gedemotiveerd in de les, andere leerlingen waren juist heel gemotiveerd om zelfregulerend te werken. Er is een rijke variatie aan respondenten ontstaan bestaande uit betere bewegers, mindere bewegers, gemotiveerde bewegers, gedemotiveerde bewegers, leerlingen van verschillende culturen en leerlingen met verschillende kenmerken.

De leerlingen leken erg vertrouwd met de onderzoeker. In de lessen werd de onderzoeker vaak betrokken door de leerlingen, de kinderen stelden haar vragen en wilden met haar praten. Tijdens de interviews was het opmerkelijk dat de leerlingen vaak vragen stelden over haar kleding, ze leken het gezellig te vinden dat de onderzoeker wekelijks langs kwam.

Ondanks dat de onderzoeker vaak nog langer had willen interviewen door meer vragen te stellen, bleek de spanningsboog van de leerlingen na 20 minuten vaak voorbij. Het waarneembare gedrag van de leerlingen zorgde ervoor dat de onderzoeker de interviews naar een einde bracht.

Op basis van de codering van de data zijn vier overkoepelende thema's ontstaan, namelijk:

- De rol van vriendschappen bij autonoom bewegen
- De invloed van de mate van interesse in beweegactiviteiten
- Het bewuste leerproces en inzicht in het eigen kunnen
- De behoefte aan vrijheid binnen het bewegingsonderwijs

Per thema worden de belangrijkste bevindingen beschreven die worden onderbouwd met citaten, gesprekken en discussies van de deelnemende leerlingen. In het verslag worden pseudoniemen gebruikt om de identiteit van leerlingen anoniem te houden.

Bij de leerlingen staat een autonomie-ondersteunende les bewegingsonderwijs bekend als een "vrije les". De vrije les bestaat uit minstens zes activiteiten. Leerlingen worden in een les vrij gelaten wat betreft het kiezen van onderdelen, de duur van het oefenen, de groepssamenstelling en de volgorde van oefenen. De leerlingen worden dus niet verplicht om in groepjes te werken en na een bepaalde tijd te wisselen. De digitale lesmethode waarbij zelfregulatie centraal staat zoals beschreven in het hoofdstuk *Digitale lesmethode* wordt in de interviews "Sportfolio" genoemd. In de resultaten beschrijving wordt het Sportfolio vaak vervangen door de term Zelfregulatie.

De rol van vriendschappen bij autonoom bewegen

Dit thema gaat over de bevindingen rondom de rol van vriendschappen, het bewegen met klasgenoten en factoren die de motieven beïnvloeden om een activiteit te beoefenen.

In het onderzoek vond het werken met het Sportfolio plaats binnen een autonomie-ondersteunende les. De leerlingen hebben veel ervaring met autonomie-ondersteunende lessen en het is gebleken dat de meeste leerlingen veel motivatie hebben om autonoom te werken. Al heel snel bleek dat het aandeel van de rol van vriendschappen groot is tijdens een autonomie-ondersteunende les. De leerlingen refereerden bij het discussiëren over een “vrije les” vrijwel meteen naar het bewegen met vrienden.

Uit het onderzoek is dan ook gebleken dat de rol van vriendschappen bij veel leerlingen een groot aandeel heeft in de verhoogde motivatie om een activiteit te beoefenen. De leerlingen beoefenen tijdens de autonomie-ondersteunende les vaak met hun vriend(en) dezelfde activiteit, ze besluiten samen om de activiteit te beëindigen en starten in overleg met hun vrienden aan een nieuwe activiteit. Uit de onderstaande discussie wordt duidelijk dat de vriendschap invloed heeft op de beweegreden om een activiteit te kiezen, ondanks het talent of de interesse in een activiteit wordt er door de leerling gekozen voor een andere activiteit omdat hij samen wil bewegen met zijn vrienden.

Jip: Maar voetbal heeft bij jou ook uitdaging, waarom doe je die niet?

Yassin: Ja voetbal vind ik niet zo leuk nee.

Kaylee: Want jij gaat ook niet voetballen, terwijl jij wel op voetbal zit en het wel heel leuk vindt.

Yassin: Jawel.. Maar, mijn vrienden die doen wat anders en dat ga ik dan ook doen.

Uit het bovenstaande gesprek blijkt dat vriendschappen een belangrijke drijfveer zijn om voor een bewegingsactiviteit te kiezen. Overigens blijkt dat leerlingen door deze lesmethode met elkaar het bewegen regelen. Er wordt met elkaar overlegd en de leerlingen nemen met elkaar keuzes waarbij er rekening wordt gehouden met de ander.

Voor het grootste deel van de leerlingen zijn hun vriendschappen de drijfveer om een onderdeel te kiezen. Echter, dit geldt niet voor alle leerlingen blijkt uit de volgende discussie. Voor enkele leerlingen is de motivatie om voor een activiteit te kiezen is gebaseerd op hun persoonlijke interesse:

Milou: Ik doe gewoon wat ik leuk vind.

Jayden: Nou ik heb wel een beetje dat ik wel vaak met m'n vrienden speel, en niet echt wat anderen doen.

Edanur: Soms is het dus dat ik een spel wil spelen en dan komen mijn vrienden er ook bij, en ook andere mensen. Dus een beetje van allebei.

Jayden: Vandaag waren er ook best wel veel mensen die mee deden met ons spel en dat waren niet allemaal mijn vrienden. Dus ik speel ook wel met andere mensen.

De meeste leerlingen blijken vaak met dezelfde klasgenoten te bewegen blijkt uit meerdere interviews, in de meeste gevallen zijn dat hun vrienden of klasgenoten met dezelfde interesses. Het blijkt dat de leerlingen in een autonomie-ondersteunende situatie contact maken met een beperkte, en vaak dezelfde, groep leerlingen. Bovendien wordt in onderstaande discussie ook het tegendeel bewezen:

Interviewer: Heb je het gevoel dat je iedereen tegen komt in de les?

Nova: Ik bedoel, ik speel meestal gewoon met dezelfde personen altijd.

Antonio: Net als ik, want ik speel ook altijd met dezelfde personen.

Interviewer: Dus in zo'n les ben je veel met je vrienden?

Antonio: Ja dat wel, want met hun heb ik dan een goeie band en je wilt hem niet in de steek laten om andere vrienden te maken.

Angel: Nou ik vind het niet zo erg om met iemand anders te spelen. Ik doe vaak bij gym dan doen we een spelletje, en dan zie ik andere kinderen en dan ga ik gewoon mee doen. Ook als het geen vrienden zijn.

Volgens de leerlingen leert men in een autonomie-ondersteunende les zowel elkaar als de docent beter kennen, er wordt volgens hen op deze manier een band gecreëerd met elkaar. Dit blijkt uit de volgende uitspraken van Milou:

Interviewer: Heb je in de vrije les het gevoel dat je met al je klasgenoten en de meester in contact komt?

Milou: Ja want, dat spel wat ik vandaag speelde, het koningsspel, dan moet je steeds doorschuiven enzo. Dan heb je wel veel contact met je klasgenoten en je leert ze ook beter kennen, en de meester ging mee doen enzo. Dus dan krijg je vanzelf wel een band.

Interviewer: Heb je dat met iedereen?

Milou: Als ik met hun speel en ik vind dat spel leuk.

Bovendien zijn er in de autonomie-ondersteunende les zowel situaties waarin leerlingen zich alleen kunnen voelen als situaties waarin er nieuwe vriendschappen ontstaan in de les door de autonomie-ondersteuning, volgens Badr:

Nou het kan afwisselend zijn. Want als niemand met je mee wil spelen dan kan je je buitengesloten voelen, maar als je zeg maar mee gaat doen met andere mensen en je vind het op een gegeven moment wel leuk. Dan kan iemand groter worden en misschien zijn er kinderen waar je niet zo vaak mee speelt. Dan kan je er misschien wel vrienden mee worden omdat je er vaak mee speelt in de gymles.

Naast de raakvlakken op het gebied van interesse speelt het niveau van klasgenoten ook een rol in de bewegreden om te kiezen voor een activiteit. Yassin doet hierover de volgende uitspraak: "Vroeger vond ik voetbal wel leuk maar nu niet meer. Vooral omdat al die jongens erin zitten die duwen je gewoon opzij enzo en zij zijn.. Er zitten niet echt kinderen van jou niveau daar dan."

In dit thema is gebleken dat vriendschappen een grote rol spelen bij de keuze om een activiteit te beoefenen. De meeste leerlingen blijken vaak met dezelfde klasgenoten te bewegen in een autonomie-ondersteunende les. Het contact maken wordt in een "vrije les" in de meeste gevallen beperkt tot vrienden en klasgenoten met dezelfde interesses. Dit betekent dat bepaalde leerlingen niet of weinig in contact komen met elkaar tijdens de autonomie-ondersteunende lessen. Bovendien geven de leerlingen wel aan dat het samenwerken in deze samenstellingen goed gaat, er worden samen keuzes gemaakt waarbij er rekening wordt gehouden met de ander.

De invloed van de mate van interesse in beweegactiviteiten

Dit thema gaat over de bevindingen van de invloed van de persoonlijke interesse op de motivatie voor activiteiten en de behoefte aan plezier en uitdaging tijdens de activiteiten.

De motivatie om een onderdeel te beoefenen hangt, naast de belangrijke rol van vriendschappen, grotendeels af van de interesse in een onderdeel waarbij het plezier als doel centraal staat. In vergelijking met de traditionele groepjesles was er destijds altijd wel een activiteit waar leerlingen niet gemotiveerd voor waren. In een vrije les zijn er vrijwel altijd activiteiten aanwezig die leerlingen aanspreken, het blijkt dat leerlingen met name kiezen voor die interessante activiteiten. De volgende uitspraak van Yassin onderbouwt deze veronderstelling:

Ja ik vind het fijn dat je ook mag kiezen wat je wilt gaan doen. Want we hadden vroeger best wel vaak dat je dan gewoon meerdere spellen had en dat we moesten door wisselen, en bij sommige dingen denk je dan echt ja super saai. Maar dit is gewoon alles wat je leuk vind kan je doen.

Uit de observaties blijkt dat er bij elke klas andere activiteiten populair zijn onder de leerlingen. De motivatie voor activiteiten binnen een autonomie-ondersteunende situatie, al dan niet gericht op zelfregulering, verschilt dan ook per onderdeel. Dit blijkt tevens uit de uitspraak van Ebad: "Bij mij ligt het er aan per onderdeel. Als ik het leuk vind dan ga ik het denk ik wel nog even doen. Maar niet de hele tijd. Als ik het niet leuk vind dan kies ik er niet voor."

Volgens Rana is het "logisch" dat ze activiteiten kiezen die ze leuk vinden. Nora spreekt over de zelfregulerende activiteit en bevestigt bovenstaande veronderstelling, overigens lijkt de mate van ontwikkeling een rol te spelen. Ebad benadrukt vervolgens nogmaals zijn mening over de motivatie voor onderdelen in een autonomie-ondersteunende situatie:

Nora: Bij mij verschilt het zeg maar per onderdeel, als het over iets leuks gaat zoals voetbal dan zou ik het wel graag willen doen maar als het iets is wat ik niet zo leuk zou vinden dan zou ik het wel minder graag willen doen. Maar ik zou het wel doen want ik wil wel weten of ik gegroeid ben.

Interviewer: Willen jullie daar iets op aanvullen?

Ebad: Omdat je zelf mag kiezen. Is er vaak wel iets wat je leuk vindt dus dat is wel fijn. Alleen aan de andere kant. Soms is er dat Sportfolio onderdeel dat vind je dan niet zo leuk en dan heb je er niet zo veel zin in.

De leerlingen geven aan dat wanneer je beter leert bewegen, het plezier in het onderdeel vergroot. Chris bevestigt dit in de volgende uitspraak "Ik vond in het begin trapeze zwaaien ook niet leuk. Maar naarmate je het doet wordt je er beter in en als je er beter in wordt ga je het leuker vinden."

De leerlingen hebben behoefte aan uitdagende activiteiten. De interesse in een activiteit gaat in dit geval samen met de uitdaging van de activiteit. Dit blijkt uit de volgende uitspraken van Amelie "Gewoon, omdat ik het wil doen. Het moet lukken. Als het me niet lukt en ik heb nog meer kans om te oefenen dan vind ik het wel leuk." En Yassin: "Nou ik vind het wel fijn als het uitdaging heeft. Dus bijvoorbeeld bij het ringzwaaien was het best wel spannend nu voor de eerste keer. Want je springt zomaar, en je kan zo maar naar beneden vallen.". Wanneer er geen uitdaging meer is valt de motivatie bij veel leerlingen weg.

Door middel van de levels zijn er verschillende opbouwende bewegingsuitvoeringen mogelijk om het beweegprobleem op te lossen, voor elke leerling is er een uitdaging. Als het niveau behaald is dan kunnen de leerlingen verder met de volgende uitdaging. Dit blijkt uit een uitspraak van Angel: "Je

leert dat je steeds verder kan gaan, je wordt steeds beter als je maar oefent. Dus niet dat je zegt van ik oefen dit één keer en dan kan ik het.”

De drijfveer voor de intrinsieke motivatie van leerlingen volgt dus in de meeste gevallen uit het plezier en uitdaging in een activiteit. De leerlingen zijn geïnteresseerd omdat activiteiten leuk en uitdagend zijn. Het belang van plezier blijkt uit antwoorden van de respondenten op de vraag van de onderzoeker over het bewust deelnemen en verantwoording van het leerproces:

Milou: Nou kijk, je bent niet echt bezig met wat je moet leren. Wij zijn gewoon kinderen, wij willen gewoon spelen. En als je het speelt, dan ga je toch oefenen omdat je wel beter wilt worden. En als je beter wordt, vindt je het leuker. Maar je hebt het niet in de gaten, je bent je er niet heel bewust van.

Interviewer: Ok, en hoe vind jij dat 2? Maak je bewuste keuzes in je gymles?

Jayden: Ja.

Interviewer: Kun je er wat meer over vertellen?

Jayden: Ik ben me er wel bewust van dat ik niet de hele tijd hetzelfde moet doen omdat ik ook een keer wat nieuws wil proberen.

Interviewer: Wil jij daar nog iets over zeggen?

Edanur: Ik ben me soms wel bewust, en soms ook niet. Soms heb ik wel zin in voetbal, en soms niet en dan doe ik iets anders.

Interviewer: En doe je het dan vooral omdat je het leuk vindt of omdat je wat wilt leren?

Edanur: Allebei een beetje, bij voetbal kan je bijvoorbeeld leren om beter te worden in passen.

In een ander interview bevestigt Lina dat zij bewust kiest voor plezier zonder een specifiek doel te hebben:

Interviewer: Ok, maar toch oefen je het wel. Wat is daar de reden van, dat je vandaag ging oefenen?

Lina: Ik weet niet, ik ging gewoon oefenen. Ik had er zin in.

In dit thema is gebleken dat de motivatie voor activiteiten vooral wordt bepaald door de interesse in de activiteit. Er is dan ook niet in alle gevallen een verhoogde motivatie voor de zelfregulerende activiteit. Het voornaamste doel blijkt plezier hebben in de les bewegingsonderwijs, daarnaast is er wel een behoefte aan uitdagende activiteiten. De leerlingen raken geïnteresseerd in activiteiten omdat het er uitdagend en leuk uit ziet. De motivatie om activiteiten te beoefenen binnen de autonomie-ondersteunende les verschilt per activiteit. Overigens is gebleken dat leerlingen op een onbewuste wijze deelnemen aan de les.

Het bewuste leerproces en inzicht in het eigen kunnen

Dit thema gaat over de gecreëerde bewustwording en het inzicht dat tot stand komt bij leerlingen naar aanleiding van het werken met het Sportfolio door middel van zelfregulatie.

In de voorgaande paragraaf is gebleken dat de leerlingen op een onbewuste wijze deelnemen aan de autonomie-ondersteunende les. De beweegredenen om voor een activiteit te kiezen en de motivatie wordt veelal bepaald door vriendschappen en de interesse in een activiteit. Het doel is om een leuke en uitdagende activiteit te beoefenen. Uit het onderzoek bleek dat er door het Sportfolio bewuster wordt bewogen.

Door middel van het Sportfolio creëren de leerlingen bewustwording van en inzicht in het eigen kunnen. Ebad doet hierover de volgende uitspraken “Ik vind het wel goed werken want zo zie je heel

makkelijk wat je vorige keer hebt gehaald en of je vooruit bent gegaan.” En “ ... maar het is wel duidelijk of je er beter in wordt.”.

Door middel van de video-instructie leren de leerlingen stapsgewijs beter bewegen omdat ze inzicht krijgen in waar voor hen de uitdaging ligt. Dit blijkt uit de volgende uitspraken van respondenten:

Lina: Ja maar ik vind het juist leuk met levels, want je gaat steeds een stapje hoger.

Ricky: Ja, maar ik doe het in stappen. Zeg maar, je moet eerst dit doen, en dan heb je level 1..

Lina: Bijvoorbeeld ik leer de stapjes eerst, en daarna doe ik het gewoon tegelijk. En dan leer je het.

Door het inzicht weten leerlingen waar hun uitdaging ligt, dit leidt ertoe dat leerlingen bewuster beter leren bewegen. De leerlingen maken bovendien gebruik van de video-feedback en ze vragen de docent of klasgenoten om hulp als daar behoefte aan is. Uit de volgende uitspraken blijkt dat leerlingen door middel van de methode beter leren bewegen. Nora: “Ik wordt er wel beter van. Want dan kan je die laptop, dan kan je die sprong terug kijken en dan kan je ook zeggen of ik het beter doe of slechter. En dan kan je jezelf verbeteren.” En Storm: “Als je kan zien wat je best wel goed hebt gedaan en wat je uitdaging is dan kan je daar mee oefenen en dan wordt je weer beter.”

Overigens zijn er ook leerlingen die niet het idee hebben beter te leren bewegen door middel van de zelfregulerende methode. Zij spreken overigens wel over het inzicht in het eigen kunnen, waardoor de uitdaging zichtbaar wordt. Ebad: “ik word niet perse beterder denk ik. Maar je kan wel beter inzicht hebben van kan ik het al of niet.” En Kaylee: “Nou je wordt niet beter maar dan kan je soms even terugkijken van wat moet ik nog, of wat kan ik nog meer doen. En als je dat dan goed kan, dan kan je er weer meer mee oefenen.”. Ondanks dat de leerlingen niet het gevoel ervaren beter te worden in bewegen, motiveert het Sportfolio de leerlingen wel om een niveau hoger te behalen. Dit blijkt uit de volgende uitspraken van Jip:

Jip: Ja kijk ik vind het wel fijn, de levels en dus dat je kan zien wat je nog kan doen. Maar het is ook weer niet dat je, er zomaar opeens beter van wordt.

Interviewer: En waarom niet?

Jip: Het motiveert je wel meer om een level hoger te halen, maar ja, eigenlijk wordt je dus wel beter maar ja.

Het is gebleken dat de zelfregulerende methode vooral invloed heeft op het proces van zelfstandig reflecteren. In onderstaand gesprek wordt dit duidelijk:

Dagmar: Sportfolio vind ik meer dat je reflecteert, over jezelf. Hoe je het doet, welk level je hebt. En het heeft niet echt heel veel invloed over wat je doet.

Lea: Ja het is gewoon, dat filmpje nou dat moet je doen en dat is het maar ik denk dat niemand eigenlijk ooit die oefeningen zou gaan doen om beter te worden.

Dagmar: Ja dat klopt, niemand oefent.

Lea: Wel als de opdracht is doe de oefeningen op de filmpjes.

Interviewer: Dat was vandaag wel meer.

Lea: Ja, maar we moesten ook een keer de handstand leren en dan moest je bepaalde oefeningen doen om dat te kunnen en dan moest je die filmpjes wel gaan kijken. Maar nu is het een extra toevoeging en bij ons is het meestal; hoe minder, hoe beter.

Bovendien blijken de leerlingen de voorkeur te hebben voor het werken met het Sportfolio omdat de

levels inzicht verschaffen over je bewegingsuitvoering en de uitdagingen. Dit blijkt uit de volgende uitspraak van Jayden: “Omdat je dan zeg maar gewoon het op je eigen tempo kan doen. Bijvoorbeeld, als je dan meteen een vier krijgt, dan weet je niet waarom en als je level 2 doet, dan weet je wat je moet aanpassen.”

De bewustwording en het inzicht leiden overigens tot meer interesse en plezier in de activiteit, één van de belangrijkste drijfveren. Naast het inzicht in het eigen kunnen zeggen leerlingen zichzelf beter te leren kennen door de methode. De volgende discussie onderbouwt deze veronderstellingen:

Interviewer: Wat heb je, naast dat je de wendsprong leert, nog meer geleerd van het Sportfolio?

Jayden: Je leert jezelf inschatten.

Milou: Je leert jezelf beter kennen.

Jayden: Ja, en je komt erachter wat je echt leuk vindt en wat je wat minder goed kan, en daardoor kan je misschien ook als je nog niet op een sport zit, je sport erop baseren zeg maar een sport die je bij gym heel leuk vond dat je daar misschien op gaat. Dus dat je jezelf eigenlijk gewoon beter leert kennen.

Interviewer: Ok. Wat wilde jij zeggen Milou?

Milou: Ja sommige kinderen die zien niet in hunzelf wat ze wel goed kunnen en niet goed kunnen en het Sportfolio helpt voor hun wel om te weten wat ze wel en niet kunnen. Want als ze bij level 4 zitten dan denken ze misschien dat ze niet zo ver zijn en dan willen ze nog meer oefenen. En dan denken ze opeens hé dat kan ik. Door het Sportfolio kan je wel zien dat je goed bezig bent.

Interviewer: Mooi, kan ik dan zeggen dat je bewuster wordt van wat je al kan? En dat je zelfbeeld verandert?

Milou: Ja.

De leerlingen denken hun eigen niveau van bewegen, de mate van oefenen en de daarbij horende inzet goed te kunnen inschatten. Daarnaast monitoren en evalueren de leerlingen zelfstandig of met behulp van de docent op basis van hun bewegingsuitvoering en de inzet. Op de vraag van de onderzoeker wat leerlingen hebben geleerd in de lessenreeks reageert Milou als volgt “Je leert zelfstandig gymmen”.

In dit thema is gebleken dat in tegenstelling tot de autonomie-ondersteunende situatie op zich, de bewustwording van het leerproces wel tot stand komt naar aanleiding van de aangeboden methode rondom zelfregulatie. De leerlingen krijgen inzicht in hun eigen kunnen. Bovendien blijken ze een voorkeur te hebben voor formatief beoordelen in plaats van een summatieve beoordeling.

De behoefte aan vrijheid binnen het bewegingsonderwijs

Dit thema gaat de behoefte van leerlingen aan de vrijheid om autonoom keuzes te maken binnen een les bewegingsonderwijs.

Uit het onderzoek bleek al snel dat de leerlingen erg gemotiveerd zijn voor een vrije les, in tegenstelling tot een groepjesles. De reden van de verhoogde motivatie voor de autonomie-ondersteunende lessen is vanwege de vrijheid om zelf de keuze te maken welke activiteit hij of zij beoefent. Dit blijkt uit de uitspraken van de respondenten Angel: “Ik vond het zelf super leuk om te doen, vooral omdat je zelf mocht kiezen.” En Antonio: “Ik vind het ook gewoon leuk dat je zelf mag kiezen.” En Nova: “Eigenlijk krijg je gewoon veel meer vrijheid. Want vaak moeten we gewoon één spelletje kiezen dus dan zegt de meester je moet dit spel doen. Maar in deze lessen mag je ook wel ja, zelf kiezen.”.

Uit de gesprekken blijkt dat de meeste leerlingen de voorkeur hebben voor autonomie-ondersteunende lessen in plaats van groepjeslessen. In de uitspraak van Lina komt dit duidelijk naar voren “Als de meester zegt wat je moet doen, dat we in groepjes zitten. Dan is het niet leuk. Het is leuker als je zelf je sport mag kiezen, dat vind ik.”.

Leerlingen vinden het prettig de vrijheid te ervaren zelf activiteiten te kiezen en hun tijd in te delen. Dit heeft ook te maken met de overige verplichte en opgelegde (sport)activiteiten in een week van een leerling. Leerlingen ervaren het gevoel dat hen, behalve bewegen, niks wordt verplicht tijdens een autonomie-ondersteunende gymles. Jip beschrijft dit als volgt:

Je moet niks. Zeg maar, ja je moet wel sporten want het is nou eenmaal gym. Maar, het is niet zo dat je naar een onderdeel móet gaan die je niet leuk vindt. Meestal heb je alleen maar leuke onderdelen en dan kan je ook gewoon één ding de hele les doen omdat je dat leuk vindt.

Uit de bovenstaande uitspraak van Jip blijkt dat leerlingen in een autonomie-ondersteunende les soms maar één onderdeel beoefenen. Bovendien zijn leerlingen in die situatie meer gefocust voor die activiteit, blijkt uit de uitspraak van Angel “Stel als je de hele les één spel speelt dan ben je meer geconcentreerd in dat ene spel.”.

Het blijkt dat er in de autonomie-ondersteunende les gehoor wordt gegeven aan de behoeftes van leerlingen. De leerlingen geven eigen inbreng aan de regels en de bewegingsuitvoering binnen een bestaand arrangement. Activiteiten worden aangepast zodat elke leerling een uitdaging heeft in de les. Angel bevestigt deze veronderstelling als volgt “Daarna wilde ik weer een uitdaging, toen gingen we vandaag de kast draaien. Dus de lange kant zo, en dat vond ik nog wel lastig en toen had ik gevraagd of ik matten erbij mocht, en dat mocht.”.

De behoefte aan vrijheid om autonoom keuzes te maken over de bewegingsuitvoering blijkt ook uit uitspraken over de zelfregulerende methode, het Sportfolio. Leerlingen raken soms gefrustreerd omdat ze vinden dat ze gestuurd worden door in niveaus te werken en het moeten monitoren. Jip zegt hierover het volgende:

Maar soms vind ik dat een beetje dat ze te veel uitleg geven dat je dan te weinig nog zelf kan doen. Want ik vond het wel leuk dat je dit keer gewoon een beetje zelf kon uitvogelen hoe het werkte en zo het zwaaien en dat het niet was dat je gelijk met allemaal niveaus. Want ik zou het wel leuk vinden dat we dan de eerste les, net zoals we dan nu vandaag hadden en dan de volgende les dat we het Sportfolio en de filmpjes erbij doen.

Er wordt volgens Jip te veel uitleg gegeven over de bewegingsuitvoering waardoor de leerlingen hun eigen inbreng niet kunnen doorvoeren. In een andere uitspraak benadrukt Jip het nogmaals “Ik vind het goed dat het op je rapport komt maar ik vind dat het wel iets minder leuk maakt. Want je moet perse in levels, en je moet het opschrijven en dat is soms wel een beetje irritant.”.

De behoefte van leerlingen om autonoom keuzes te maken over de bewegingsuitvoering en het beweegprobleem op te lossen door ontdekkend leren blijkt groot. Imran bevestigt bovenstaande uitspraken: “Ik vind het niet persé vervelend, levels zijn wel handig maar soms ik wil ook gewoon zelf een manier verzinnen om het te doen.”.

Uit het onderzoek blijkt dat leerlingen niet altijd de essentie in zien van zelfregulatie, de beperking van bewegingsvrijheid door middel van levels kan het plezier en de motivatie in het bewegen

verminderen. Daarnaast is ook gebleken dat de meeste leerlingen weinig gebruik maken van de extra instructie-video's met oefeningen. De leerlingen hebben overigens niet altijd de behoefte om zelfregulerend te werken. Dit blijkt uit de uitspraak van Lea:

Nou ik vind de levels wel fijn maar soms denk ik, ik wil wel springen maar ik wil niet level 4 halen want dan denk ik wat kan ik daarmee. Het is leuk, als je buiten speelt om ergens overheen te springen maar je hoeft dan niet ook nog een hele grote radslag te maken.

Bovendien is uit dit onderzoek gebleken dat plezier een belangrijke drijfveer is in het autonoom werken.

Leerlingen hebben in een autonomie-ondersteunende les bewegingsonderwijs meer tijd om te oefenen voor een bepaalde vaardigheid, leerlingen kiezen zelf de duur van het oefenen. Leerlingen hoeven in dit geval niet te wisselen wanneer de docent dit aangeeft. Er wordt door middel van autonomie-ondersteunend lesgeven en in de zelfregulerende methode gehoor gegeven aan de behoeftes van de leerling met betrekking tot de oefentijd, dit blijkt uit een uitspraak van Dagmar: "Het is fijner omdat je dan zeg maar gewoon het op je eigen tempo kan doen."

Dit brengt met zich mee dat leerlingen meer gemotiveerd zijn in een vrije les, in vergelijking tot een groepjesles. Leerlingen vinden het fijn om de vrijheid te ervaren zelf te kiezen wat en hoelang ze een activiteit beoefenen in de les. Dit blijkt uit de volgende uitspraken van Amelie:

Interviewer: En hoe zit het dan met jullie motivatie in een vrije les?

Amelie: Beter, want anders.. Want ik werd eerst ook wel eens een beetje boos als ik dan weg moest gaan naar een ander spel.

Interviewer: Dus dan had je langer willen oefenen?

Amelie: Ja.

De leerlingen zijn ervan overtuigd beter te leren bewegen in de autonomie-ondersteunende les en door middel van de zelfregulerende methode. De belangrijkste factor om tot beter leren bewegen te komen is volgens hen de hoeveelheid tijd die zelf wordt bepaald. Dit wordt bevestigd in het antwoord van Imran op de vraag hoe leerlingen beter worden in bewegen: "Gewoon, zo lang mogelijk doorgaan met iets."

De leerlingen ervaren de vrijheid om zelf te bepalen of behoefte hebben in de activiteit. Lea spreekt zich uit over de waarde die zij hieraan hecht: "Maar ik vind het wel fijn dat je echt zelf mag bepalen of je er echt wel zin in hebt." Als men een les minder oefent kan er in een volgende les weer meer geoefend worden, dit is mogelijk door de aangeboden lessenreeks. En als het niet lukt dan kan er op een later moment of in een volgende les weer geoefend worden.

Een leerling krijgt de vrijheid om zelf te kiezen of hij of zij een onderdeel wil beoefenen. Echter, deze vrijheid brengt ook met zich mee dat leerlingen uitdagingen uit de weg gaan. Dit blijkt uit een uitspraak van Rana:

Als ik een onderdeel niet echt leuk vind of het is zeg maar te vermoeiend.. dan zeg ik ook gewoon nee dat kan ik niet. En dan wil ik het eigenlijk ook niet leren. Als het te moeilijk is dan wil ik het het liefst gewoon niet doen.

Rana bevestigt zijn mening nogmaals op een ander moment in het interview:

Ik heb altijd dat stukje van als ik het leuk vind dan ga ik misschien verder. Maar als ik geforceerd, als ze zeggen dat ik het verder moet doen dan doe ik het misschien maar als het zo'n vrije les is dan doe ik het niet.

Milou deelt deze mening: "Iets met een bal bijvoorbeeld voetbal dat vind is niet iets wat ik heel leuk vind, dus dat is niet iets wat ik zou doen maar als de les erom draait dan probeer ik wel echt mijn best te doen."

De autonomie-ondersteunende gymles geeft volgens de respondenten in sommige gevallen te veel vrijheid, met name als de activiteiten de leerlingen niet aanspreken. Kaylee spreekt zich op een onbewuste toon uit over de les: "We waren gewoon een beetje aan het praten en zwaaien enzo."

De onderstaande uitspraken bevestigen het gedrag van de leerlingen:

Dagmar: Het ligt er ook aan wat voor materiaal meester dan neer legt. Want sommige dingen vind ik dan wel leuk en sommige wat minder.

Interviewer: Ok, en wat voor invloed heeft dat? Dus of je het wel of niet leuk vindt.

Dagmar: Nou zeg maar, hoe moet ik dat uitleggen.

Lea: Gewoon saai.

Dagmar: Ja saai, dan heb je niks te doen en dan blijf je dan maar gewoon rondlopen ofzo alsof je dan iets doet.

De leerlingen zijn over het algemeen gemotiveerd voor de autonomie-ondersteunende lessen maar ze erkennen ook de gevolgen van de vrijheid wanneer ze onderdelen niet interessant vinden. Dit leidt ertoe dat in sommige gevallen de effectieve beweegtijd minder wordt, terwijl er juist meer tijd beschikbaar is vanwege de verkorte uitleg en het ontbreken van wisselrondes. Dit blijkt uit de volgende uitspraken van Jayden: "Ik vind het wel heel leuk alleen je gaat toch sneller misschien wat praten. Dus je bent niet de hele les aan het gymmen denk ik."

Bovendien zorgt de vrijheid naar behoefte te wisselen van onderdeel er ook voor dat je, in het geval je afhankelijk bent van je klasgenoten, niet tot leren komt. Dit blijkt uit de uitspraak van Ebad:

Aan de ene kant, vind ik het fijn want dan kan je gewoon zelf kiezen en wat, ja er is altijd wel iets bij wat je denk ik leuk vind. Maar aan de andere kant, is het dan wel zo. Als je iets doet, soms zit er ook iets bij wat je niet leuk vind en dan vraag je je af wat moet ik nu doen. En dan ja, zeg maar het is je bent niet meteen met een groepje, en soms is dat wel nodig.

De rol die de docent aanneemt tijdens een autonomie-ondersteunende les heeft invloed op het gedrag van leerlingen, blijkt: "Als je een onderdeel niet leuk vindt dan merk ik toch wel sneller dat de meester er wat minder snel wat van zegt en daardoor ga je sneller praten met elkaar zeg maar."

Op de vraag of de autonomie-ondersteunende gymles te veel vrijheid geven leerlingen de volgende respons:

Lina: Jawel, maar ik heb er zelf geen last van. Ik vind het zelf heel leuk.

Ricky: Ja.

Lina: Als je zo'n les bijvoorbeeld alleen maar praat ja dan begrijp ik het wel, dan moet meester weer gewoon echt lesgeven. Dat hij dan bepaalt wat wij gaan doen, in groepjes.

Opvallend is dat Lina de vrije les niet interpreteert als “echt lesgeven”. Wanneer de docent de autonomie van leerlingen wegneemt, vermindert de motivatie van de leerlingen. Dit blijkt uit de uitspraak van Badr “Dan zouden andere mensen dat misschien niet meer leuk vinden, want dan heeft meester dat bepaalt.”

In aanvulling daarop deden de respondenten de volgende uitspraken waaruit blijkt dat het gedrag van leerlingen verandert ten opzichte van een groepjesles:

Badr: Ik zie wel, de meiden praten wel heel veel. Dan gaan ze bijvoorbeeld.. er was vandaag ook een groepje die gingen eigenlijk alleen maar een klein beetje te springen en ook heel veel praten. Dat zie ik heel veel.

Interviewer: Is dat dan anders in een groepjesles?

Badr: Dan is dat niet. Kijk bij vrije spelen praat ik ook wel soms, maar als meester zelf uitleg geeft praat ik soms ook wel maar dan durf ik het wel minder.

De afwisseling met klassikale- en groepjeslessen waarin je verplicht wordt bepaalde onderdelen te beoefenen is volgens leerlingen om bovenstaande redenen belangrijk.

In dit thema is gebleken dat leerlingen gemotiveerd zijn om autonoom te werken omdat zij waarde hechten aan de vrijheid die ze krijgen in de les. De behoefte aan vrijheid is ook gebleken uit de gesprekken over het Sportfolio, waarin leerlingen een beperking in de uitvoering en daardoor frustratie ervaren. De leerlingen kunnen in de autonomie-ondersteunende situatie op hun eigen tempo, voor een onbepaalde tijd (zelfregulerend) bewegen. Bovendien heeft de vrijheid ook een keerzijde, namelijk het ontlopen van uitdagingen en minder effectieve beweegtijd voor gedemotiveerde leerlingen.

5. Discussie

Het doel van het onderzoek was om de perspectieven van leerlingen uit de bovenbouw op hun zelfregulerende processen binnen autonomie-ondersteuning van het basisonderwijs in kaart te brengen. De reden hiervoor was dat leden van het Netwerk Bewegingsonderwijs een visie delen over de positieve leerresultaten van autonomie-ondersteunend lesgeven in het bewegingsonderwijs. Een van de uitdagingen in dit netwerk is dat vakdocenten aanliepen tegen minimale bewustwording en eigenaarschap van het leerproces door de leerling. Door de vrijheid in de les om zelf keuzes te maken over welke onderdelen de leerlingen gaan beoefenen voor een onbepaalde tijd, worden leerlingen niet verplicht iedere activiteit een bepaalde tijd te beoefenen. Volgens de leden van het netwerk zijn leerlingen in veel gevallen niet doelgericht hun bewegen aan het verbeteren. De verantwoordelijkheid van het leerproces ligt in deze lessen bij de leerling, maar volgens de vakdocenten zijn niet alle leerlingen zich daarvan bewust. Bovendien was niet elke leerling gemotiveerd om alle activiteiten te beoefenen. Dit leidde er toe dat enkele leerlingen weinig effectieve beweegtijd hadden in de autonomie-ondersteunende les en dat sommige leerlingen aan het eind van de les maar één onderdeel hadden beoefend.

De leden van het netwerk veronderstellen dat zelfregulatie een manier is om deze processen te activeren. Door middel van zelfregulatie zouden leerlingen op een bewustere wijze kunnen deelnemen aan de les bewegingsonderwijs door eigenaar te worden van hun leerproces door doelen te stellen, plannen, monitoren, reflecteren en evalueren. De leden hopen door middel van de digitale methode waarbij het draait om zelfregulatie, dat dit een positief effect heeft op de motivatie van leerlingen. In het onderzoek is onderscheid gemaakt tussen de perspectieven op de motivatie, de metacognitie en het gedrag waarop leerlingen actief participeren in het leerproces. Volgens Zimmerman (2002) gaat het proces van zelfregulatie namelijk om de mate waarin leerlingen op het gebied van metacognitie, motivatie en gedrag actief participeren in hun eigen leerproces (2002). De focus in het onderzoek ligt op deze drie componenten, en niet op de fasen van zelfregulatie die Zimmerman (2002) aanduidt.

Door middel van de beantwoording op de deelvragen zal aan het einde de hoofdvraag van het onderzoek worden beantwoord. De beantwoording van de vragen is tot stand gekomen door de resultaten te interpreteren vanuit het theoretisch kader.

Deelvraag 1

Wat zijn de perspectieven op de motivatie, van leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog, waarbij zelfregulatie wordt vormgegeven op basis van een digitale methode binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs?

Uit het onderzoek is gebleken dat leerlingen over het algemeen meer gemotiveerd zijn voor autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs in vergelijking met groepjeslessen. De belangrijkste factoren die volgens leerlingen invloed hebben op de verhoogde (intrinsieke) motivatie van leerlingen binnen de onderzochte lessituatie zijn de mogelijkheden om samen te werken met vrienden, om de activiteiten te beoefenen die zij zelf interessant vinden en de ervaren vrijheid in de autonomie van leerlingen.

De rol van vriendschappen speelt een belangrijke factor in de motivatie van leerlingen. Leerlingen zeggen te bewegen met klasgenoten die kiezen voor dezelfde onderdelen omdat zij het uitdagend of interessant vinden. De beweegreden om voor een activiteit te kiezen in de autonomie-

ondersteunende les wordt dus veelal gebaseerd op wat vrienden kiezen. In de autonomie-ondersteunende les zeggen de leerlingen vaak met dezelfde klasgenoten aan het bewegen en samenwerken. De invloed van vriendschap heeft dus ook een rol gespeeld bij de motivatie voor de zelfregulerende activiteit. De reden om de wendsprong niet te oefenen is volgens leerlingen vaak omdat hun vrienden iets anders gingen doen.

Naast de invloed van vriendschappen blijkt het aanbod van activiteiten een andere belangrijke factor die invloed heeft op de intrinsieke motivatie van leerlingen binnen een autonomie-ondersteunende les. De motivatie van leerlingen om een onderdeel te beoefenen hangt volgens hen grotendeels af van de interesse in een onderdeel waarbij het plezier centraal staat. Het is gebleken dat leerlingen met name kiezen voor beweegactiviteiten die zij interessant vinden met als doel dat ze er veel plezier aan zullen beleven.

Wanneer activiteiten leerlingen niet aanspreken omdat ze niet interessant of uitdagend zijn dan zeggen leerlingen dat ze niet meer gemotiveerd zijn. De leerlingen zeggen naast plezier ook graag iets te willen leren in de les bewegingsonderwijs. Wanneer er geen uitdaging meer is, of de uitdaging is te groot, gaan leerlingen de activiteit uit de weg. Als een activiteit te makkelijk is zeggen leerlingen niet gemotiveerd te zijn. De leerlingen beweren dat ze een activiteit niet proberen als ze het te moeilijk of spannend vinden, het wordt bovendien niet verplicht.

De resultaten liggen in lijn met de theorie van Zimmerman (2002) waarin hij zegt dat leerlingen keuzevrijheid moeten hebben in uitdagende en afwisselende leeractiviteiten, aansluitend op hun eigen niveau en doel. De doelstellingen zijn volgens leerlingen meestal om plezier te hebben of iets nieuws te leren. Uit het onderzoek blijkt dat activiteiten in de autonomie-ondersteunende gymles niet altijd aansluiten op het niveau of de doelen van de leerlingen, maar de behoefte van leerlingen is aanwezig. Er is uit het onderzoek bovendien wel gebleken dat leerlingen de ruimte ervaren om te differentiëren binnen activiteiten zodat het aansluit bij het eigen niveau. Het onderzoek bevestigt de behoefte van leerlingen binnen de autonomie-ondersteunende lessituatie aan uitdagende en afwisselende activiteiten.

De autonomie-ondersteunende lessen beïnvloeden de motivatie op een positieve manier door de vrijheid in autonomie van de leerling. Meerdere malen benadrukken de leerlingen de vrijheid waarin ze kunnen en mogen spelen. De leerlingen zeggen gemotiveerd te zijn voor de autonomie-ondersteunende lessen vanwege de vrijheid om zelf de keuze te maken welke activiteit hij of zij gedurende een onbepaalde tijd beoefent. De leerlingen kunnen in deze situatie meer tijd besteden aan een activiteit waarvoor ze gemotiveerd zijn, dit ervaren zij als heel prettig. Voorheen moesten leerlingen verplicht wisselen waardoor de gemotiveerde leerlingen moesten stoppen met het oefenen.

De leerlingen ervaren daarnaast het gevoel dat hen, behalve bewegen, niks wordt verplicht tijdens een autonomie-ondersteunende gymles. Bovendien zeggen ze al veel verplichte situaties te ervaren in een schoolweek bij andere vakken en bij buitenschoolse sportactiviteiten. De behoeftes en de eigen inbreng van de leerlingen worden in de autonomie-ondersteunende les veelal beantwoord, dit heeft volgens leerlingen een positieve werking op hun motivatie. Overigens beweren leerlingen dat wanneer de docent de autonomie van de leerlingen wegneemt door leerlingen iets te verplichten of te sturen binnen een activiteit, de motivatie van de leerlingen vermindert. Dit blijkt ook uit de uitspraken van de leerlingen over de digitale lesmethode.

De digitale lesmethode rondom zelfregulatie beïnvloedt de motivatie in sommige gevallen op een negatieve manier. Binnen de zelfregulerende methode heerst er de behoefte aan vrijheid om autonoom keuzes te maken over de bewegingsuitvoering. De leerlingen zeggen de behoefte te

hebben om een bewegingsprobleem op te lossen door de bewegingsuitvoering zelf te ontdekken. De leerlingen raken soms gefrustreerd omdat de levels in de methode de bewegingsuitvoering stuurt, er is geen ruimte voor eigen inbreng. Bovendien zeggen de leerlingen in sommige gevallen moeite te hebben met de tijd die zij kwijt zijn aan videofeedback, video-instructie en de monitoring. De leerlingen doen dit liever niet, ze zeggen te willen spelen en bewegen. Deze ervaren randzaken verminderen volgens de leerlingen het plezier en de motivatie voor de beweegactiviteit.

Deelvraag 2

Wat zijn de perspectieven op de metacognitie, van leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog, waarbij zelfregulatie wordt vormgegeven op basis van een digitale methode binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs?

De leerlingen zeggen tijdens een autonomie-ondersteunende les niet bewust gedachten om te zetten naar de praktijk, zij willen spelen. Tijdens het spelen gaan leerlingen oefenen en dit leidt volgens hen tot beter bewegen. De leerlingen worden op een onbewuste manier beter in bewegen en dat vergroot volgens hen het plezier in de activiteiten. Dit gaat met name over leerprocessen tijdens beweegactiviteiten in de autonomie-ondersteunende les, los van de zelfregulatie.

Uit het onderzoek is gebleken dat metacognitieve vaardigheden niet tot stand komen wanneer er geen gebruik wordt gemaakt van de digitale methode. De digitale methode zorgt in tegenstelling tot voorgaande beweringen wel voor een bewust leerproces, geconcludeerd vanuit wat de leerlingen hierover zeggen. Door zelfregulatie zeggen de leerlingen inzicht te krijgen in hun eigen kunnen, hierbij komen de metacognitieve vaardigheden tot stand. De leerlingen ontwikkelen kennis over het eigen denken en handelen.

De leerlingen zeggen onafhankelijk van de docent zelfstandig de instructie te kunnen volgen. De leerlingen leren door middel van de digitale methode zelfstandig te kunnen plannen, monitoren, reflecteren en evalueren op basis van hun beweeggedrag. De leerlingen zijn ervan overtuigd zichzelf goed te kunnen inschatten op basis van hun bewegingsuitvoering en hun inzet.

Volgens de leerlingen leren zij door middel van de video-instructie stapsgewijs beter bewegen omdat ze inzicht krijgen in waar voor hen de uitdaging ligt. De levels bieden volgens de leerlingen voor iedereen een mogelijkheid om het beweegprobleem op te lossen door diverse bewegingsuitvoeringen, in de meeste gevallen is er voor elke leerling een uitdaging en dus een haalbaar doel.

Volgens de leerlingen geeft de digitale methode met name inzicht in de eigen competenties, de leerlingen zeggen te leren reflecteren door middel van het Sportfolio. De leerlingen ervaren door het inzicht te weten leerlingen waar hun uitdaging ligt, dit leidt ertoe dat leerlingen zelfstandig al dan niet beter leren bewegen. De levels hebben volgens leerlingen meer betekenis dan bijvoorbeeld een cijfer voor gym, dit ervaren zij als prettig werken. De bewustwording in het eigen kunnen en het inzicht in de groei van het proces wekt volgens leerlingen bij hen interesse in activiteiten. Door de belangstelling voor de activiteit besteden leerlingen veel aandacht aan de beweegactiviteit, dit verhoogt de motivatie voor zelfregulatie geconcludeerd vanuit wat de leerlingen daarover zeggen.

Deelvraag 3

Wat zijn de perspectieven op het gedrag, van leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog, waarbij zelfregulatie wordt vormgegeven op basis van een digitale methode binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs?

Zelfregulering binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs heeft, zoals eerder benoemd, invloed op het gedrag van leerlingen waarin naar voren komt dat ze met name bewegen met hun vrienden. Daarnaast zorgt deze lessituatie ervoor dat leerlingen activiteiten beoefenen die zij interessant of uitdagend vinden. De leerlingen participeren actiever en bewuster in hun leerproces wanneer de digitale methode wordt ingezet.

De vrijheid van de autonomie-ondersteunende les heeft volgens leerlingen als gevolg dat zij hun uitdagingen niet aan gaan als de activiteit volgens hen te moeilijk of te spannend is. Daarnaast zeggen leerlingen zich te frustreren als de activiteiten niet uitdagend of saai zijn. In beide gevallen zeggen de leerlingen de activiteiten dus niet te beoefenen, zij zijn hier niet gemotiveerd voor. Het aanbod van de activiteiten is volgens leerlingen heel erg bepalend voor hun motivatie en gedrag om actief te participeren aan de les. De aangeboden activiteiten moeten volgens leerlingen leuk en uitdagend zijn.

In de autonomie-ondersteunende les zeggen leerlingen met elkaar het bewegen te regelen en te organiseren zodat elke leerling kan deelnemen aan de situatie en waarbij iedereen wordt uitgedaagd. Er wordt door de leerlingen samengewerkt en overlegd, in de beslissingen wordt rekening gehouden met de ander geconcludeerd uit de uitspraken van de leerlingen. Doordat de zelfstandigheid wordt vergroot door middel van vrijheid in autonomie zeggen de leerlingen de regels en het arrangement aan te passen om een activiteit leuker of uitdagender te maken.

De leerlingen zeggen door middel van de autonomie-ondersteunende methode op een creatieve wijze te leren bewegen, zij ontdekken graag zelf hoe ze bewegingsproblemen moeten en kunnen oplossen. Bovendien activeert deze lessituatie de leerlingen om ook in andere contexten actief te bewegen door bijvoorbeeld op het schoolplein creatief om te gaan met de beweegmaterialen. De activiteiten die gespeeld of bedacht worden beweren de leerlingen ook buiten uit te voeren.

Echter, het gedrag om actief te participeren blijkt niet in alle gevallen tot stand te komen. Volgens de leerlingen is de effectieve beweegtijd van gedemotiveerde leerlingen lager dan in een reguliere les bewegingsonderwijs omdat leerlingen de ruimte nemen om te praten of rond te lopen. De leerlingen zeggen minder snel aangesproken te worden op hun gedrag door de docent. Zij zeggen dat de lessituatie niet voor elke leerling geschikt is, omdat zij op deze manier meer ruimte krijgen om niet actief te participeren in de les. De leerlingen die over het algemeen gemotiveerd zijn voor gym zeggen ondanks de vrijheid wel altijd actief deel te nemen omdat er altijd wel een leuke of uitdagende activiteit wordt aangeboden.

De digitale methode van zelfregulatie heeft invloed op het gedrag waarbij leerlingen bewuster beter leren bewegen, door middel van stappen. Wanneer de leerlingen intrinsiek gemotiveerd om zelfregulerend te werken participeren zij actiever in hun leerproces. Als een leerling niet gemotiveerd is ontwijkt de leerling de activiteit en komt er geen ontwikkeling van zelfregulerende of metacognitieve vaardigheden op gang. De leerlingen ontvangen in de lessituatie zelfgestuurd feedback met behulp van de docent, klasgenoten of de technologie.

Hoofdvraag

‘Wat zijn de perspectieven op zelfregulerende processen, van leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog, binnen autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs vormgegeven op basis van een digitale lesmethode?’

Op basis van dit onderzoek kan men zeggen dat binnen een autonomie-ondersteunende situatie leerlingen gemotiveerd zijn omdat ze de vrijheid hebben om autonoom keuzes te maken. Daarnaast

hebben ze de ruimte om met hun vrienden te bewegen en de leerlingen krijgen de ruimte om activiteiten te beoefenen die zij interessant vinden, deze factoren verhogen volgens de leerlingen hun motivatie. De leerlingen blijken over het algemeen gemotiveerder wanneer de docent een autonomie-ondersteunende leerkrachtstijl aanneemt in tegenstelling tot lessen waarbij de docent een controlerende lesgeefstijl hanteert.

Het gedrag wat leerlingen bij zelfregulatie vertonen is het bewegen met vrienden en het beoefenen van interessante activiteiten waarbij met name plezier het doel is. De leerlingen zeggen te willen spelen en zij zijn zonder de aangeboden digitale methode niet bewust bezig met hun leerproces. Naast plezier hebben zeggen de leerlingen behoefte te hebben aan uitdagende activiteiten en ruimte voor eigen inbreng. Wanneer de autonomie van leerlingen door de docent wordt weggenomen beweren de leerlingen gedemotiveerd te raken. De demotivatie is ook merkbaar bij de digitale methode rondom zelfregulatie. De leerlingen zijn vanwege die reden ook niet altijd gemotiveerd om zelfregulerend te werken.

Uit het onderzoek is gebleken dat metacognitieve vaardigheden alleen tot stand komen bij leerlingen wanneer men de digitale methode aanbied. Door het verkregen inzicht in het eigen kunnen zeggen leerlingen gemotiveerd te worden om door middel van oriëntering op de taak een doel te stellen of bij te stellen. Vervolgens worden leerlingen in de methode verplicht om hun eigen gedrag te monitoren, reflecteren en evalueren. De leerlingen geven aan zichzelf beter te leren kennen door middel van de methode, er treedt bewustwording op van het herkennen van hun talenten.

De aannames van de vakdocenten van het Netwerk Bewegingsonderwijs over dat de leerlingen niet bezig zijn met het inzetten van metacognitieve vaardigheden tijdens autonomie-ondersteunende lessen is door het onderzoek bevestigd. De leerlingen zeggen niet bewust bezig te zijn met een doel, het plannen, sturen en controleren van een bewegingsuitvoering wanneer zij hier geen handvaten voor krijgen aangereikt. Volgens Zimmerman (2002) is zelfregulerend leren ook geen vaardigheid die men van nature bezit of inzet. Elk zelfgereguleerd proces zoals doelen stellen, strategieën inzetten of evalueren over zichzelf wordt geleerd van een instructie of voorbeeld van ouders, leerkrachten of coaches (Zimmerman, 2002).

De digitale methode waarbij zelfregulatie centraal staat blijkt dus een juiste manier om te voldoen aan de visie van de stichting om bij leerlingen bewustwording te creëren van het leerproces door ze eigenaar te maken van het leerproces. Echter, er is gebleken dat de (intrinsieke) motivatie niet in alle gevallen verhoogd door middel van de digitale methode. Dit blijkt in grote mate afhankelijk van de keuze van de activiteit. De motivatie van leerlingen tijdens de autonomie-ondersteunende lessen is volgens hen afhankelijk van de interesse en de uitdaging van de aangeboden activiteiten.

Het belang van motivatie voor zelfregulatie blijkt uit onderzoeken van Duivenvoorden (2021). Volgens Duivenvoorden (2021) kan een leerling zonder voldoende motivatie om te leren in staat zijn om zelfregulatieve processen uit te voeren, maar er desondanks voor kiezen om dat niet te doen of de doelen te makkelijk stellen zodat er nauwelijks of niet geleerd wordt. Het is daarom wel van belang dat leerlingen niet alleen gemotiveerd zijn om autonoom te werken maar ook motivatie hebben om zelfregulerend te werken. Dit blijkt dus nog een punt om als netwerk aandacht aan te besteden.

Herziening theoretisch kader

In deze paragraaf wordt het theoretisch kader, de theorie over zelfregulatie van Zimmerman, kritisch bekeken. Het onderzoek heeft overeenkomsten en verschillen opgeleverd ten opzichte van de beweringen van Zimmerman.

Zelfregulatie behoeft volgens Zimmerman (2002) zelfbewustzijn, intrinsieke motivatie en de vaardigheid om de kennis toe te passen. Dit onderzoek bevestigt dat leerlingen alleen zelfregulerend werken wanneer zij intrinsiek gemotiveerd zijn. De intrinsieke motivatie bleek met name afhankelijk van een uitdagend en plezierig aanbod. Volgens Zimmerman (2002) moeten leerlingen dan ook de keuzevrijheid hebben in uitdagende en afwisselende leeractiviteiten (Zimmerman, 2002). In de autonomie-ondersteunende les is veel keuzevrijheid voor leerlingen, desondanks bleken de activiteiten niet altijd uitdagend te zijn. Dit onderzoek bevestigt de behoefte aan keuzevrijheid en een uitdagend beweegaanbod, wanneer er aan die behoeftes werd voldaan waren leerlingen vaker intrinsiek gemotiveerd.

Overigens is gebleken dat zelfbewustzijn in dit onderzoek tot stand kwam door middel van de digitale methode waarbij zelfregulatie centraal stond. Door middel van de methode ervoeren de leerlingen inzicht te krijgen in hun eigen kunnen. De leerlingen ontwikkelen kennis over het eigen denken en handelen. Dit bevestigt de theorie van Zimmerman (2002) dat zelfregulatie bewustwording creëert bij leerlingen van hun kwaliteiten en zwakke punten. Daarnaast bevestigt het onderzoek de theorie dat metacognitie tot stand komt door zelfregulatie. De leerlingen gingen zich door de digitale methode oriënteren op de taak om vervolgens hun doelen te behalen. Het monitoren en evalueren was onderdeel van de methode. De leerlingen beweerden met name te leren reflecteren op hun eigen gedrag door middel van de methode.

Door middel van de digitale methode rondom zelfregulatie leerden de leerlingen om kennis uit de instructie-video's en uit de monitoring om te zetten naar de praktijk. Volgens de leerlingen leerden zij door middel van de video-instructie stapsgewijs beter bewegen omdat ze inzicht kregen in waar voor hen de uitdaging lag. De levels boden volgens de leerlingen voor iedereen een mogelijkheid om het beweegprobleem op te lossen door diverse bewegingsuitvoeringen, in de meeste gevallen was er voor elke leerling een uitdaging en dus een haalbaar doel. Zelfregulatie refereert volgens Zimmerman (2002) naar zelf-gereguleerde gedachten en gedragingen die tot stand komen naar aanleiding van oriëntatie op een individueel doel aansluitend op hun eigen niveau (Zimmerman, 2002).

Volgens Zimmerman (2002) kan zelfregulatie ook leiden tot verhoging van de motivatie van leerlingen. Het aanbod van uitdagende, plezierige activiteiten en vriendschappen hadden in dit onderzoek een veel grotere invloed op de motivatie dan zelfregulatie. Dit komt overeen met het onderzoek van Koekoek en Knoppers (2015) waaruit blijkt dat sociale interactie een belangrijke rol speelt wanneer kinderen vaardigheden krijgen aangeleerd. In dit onderzoek is dan ook gebleken dat zelfregulatie niet bij elke leerling leidt tot een verhoging van de motivatie voor bewegingsonderwijs.

Zelfregulerende leerlingen zijn volgens Zimmerman (2002) gemotiveerd, ze zijn bewust bezig met het halen van doelen en leren effectief. De onderzoeker kan deze theorie bevestigen door de eigen interpretatie, de leerlingen die over het algemeen gemotiveerd zijn voor bewegingsonderwijs waren ook de leerlingen die bewust kozen voor de zelfregulerende activiteit.

De leerlingen beweerden onafhankelijk van de docent zelfstandig de instructie te kunnen volgen, volgens Zimmerman (2002) activeren zelfregulerende leerlingen hun vaardigheden dan ook in een onafhankelijke context. Bovendien zoeken zelfregulerende leerlingen wel hulp van anderen om hun leerproces te verbeteren (Zimmerman, 2002). Dit wordt bevestigd in het gedrag van leerlingen, zij

ontvingen in de lessituatie zelfgestuurd feedback naar hun eigen behoefte met behulp van de docent, klasgenoten of de digitale middelen.

Tijdens zelfregulatie moet de verantwoordelijkheid in het gehele leerproces steeds meer bij de leerling komen te liggen volgens Zimmerman (2002). In dit onderzoek lag de verantwoordelijkheid om zelfregulerend te werken grotendeels bij de leerlingen omdat de digitale methode werd aangeboden in een autonomie-ondersteunende les. Ondanks dat de verantwoordelijkheid bij de leerlingen lag koos niet elke leerling ervoor om zelfregulerend te werken. Wanneer de docent dit graag zou willen is het mogelijk nodig dat de docent hierin stuurt en meer begeleid in het proces van reflecteren en monitoring. De zelfregulerende vaardigheden moeten namelijk door de leerkracht worden aangeleerd door gerichte instructie te geven (Zimmerman, 2002).

Echter, er heerst binnen de zelfregulerende methode de behoefte aan vrijheid om autonoom keuzes te maken over de bewegingsuitvoering. Wat leerlingen definieert als zelfregulerend is dan ook niet het werken met zelfstandige methodes, maar het tonen van initiatief, doorzettingsvermogen en het toepassen van vaardigheden (Zimmerman, 2002). Uit het onderzoek is gebleken dat leerlingen uit het primair onderwijs niet op een proactieve manier zelfregulerend leren (Zimmerman, 2002).

Men kan uit dit onderzoek concluderen dat zelfregulatie leidt tot de ontwikkeling van metacognitieve vaardigheden. Daarnaast creëren leerlingen meer zelfbewustzijn door middel van zelfregulatie. In het proces van de ontwikkeling van zelfregulerende vaardigheden blijkt de begeleidende rol van de docent van groot belang. Echter, er heerst ook een behoefte aan autonomie bij de leerlingen. Bovendien leidt zelfregulatie niet in alle gevallen tot een verhoging van de motivatie.

Kritische kanttekeningen

In deze paragraaf worden de (methodologische) kanttekeningen van het onderzoek besproken. Er wordt ingegaan op de methode, de generaliseerbaarheid en de resultaten van het onderzoek.

Uniek aan het onderzoek is dat zelfregulatie plaats vindt binnen een autonomie-ondersteunende gymles. De aanleiding hiervoor is dat leden van het Netwerk Bewegingsonderwijs van de op deze manier (willen) werken met zelfregulatie. Beide onderwerpen nemen een grote plek in, in het netwerk. Echter, dit heeft ook gezorgd voor hele brede perspectieven waarin er overeenkomsten en verschillen zijn. Men had ook de keuze kunnen maken om zich op één van deze twee didactische onderwerpen te richten. Bovendien levert het onderzoek wel veel nieuwe inzichten op over beide didactische thema's voor het netwerk.

In eerste instantie wilde de onderzoeker werken met een draw-and-write methode door de focusgroep interviews te starten met het maken van een tekening over de beleving van de lessituatie. Door vragen te stellen over de tekeningen zou het interessante data kunnen opleveren vanuit het perspectief van de leerling. De draw-and-write methode veel tijd te kosten en bovendien leverde het volgens de onderzoeker te weinig interessante data op. Daarom is er door de onderzoeker gekozen om na 4 interviews te stoppen met de draw-and-write methode.

In het onderzoeksvoorstel was het idee om als onderzoeker gebruik te maken van de monitoring. Achteraf gezien had de onderzoeker hier meer gebruik van kunnen maken. De monitoring van de deelnemende leerlingen aan het interview had meer data kunnen opleveren over de ontwikkeling van de metacognitieve vaardigheden van leerlingen. Het observeren in de les door de aanwezigheid van de onderzoeker heeft wel meer opgeleverd voor de interviews, zoals het geobserveerde gedrag waarin leerlingen wel of niet actief deelnamen aan hun leerproces en de waargenomen (de)motivatie. Het is een waardevolle toevoeging dat de onderzoeker de les heeft beleefd en gebeurtenissen heeft gezien.

De keuze voor de centrale activiteit wendsprong heeft invloed gehad op de validiteit en de betrouwbaarheid van het onderzoek. Al snel werd er opgemerkt dat veel leerlingen niet voldoende interesse hadden in deze activiteit. Ondanks dat er voor elke leerling een uitdaging was draaide het niet om een nieuwe beweegactiviteit. Hierdoor is mogelijk de motivatie en het gedrag om actief te participeren tijdens zelfregulatie beïnvloed. De resultaten waren wellicht anders geweest wanneer er een andere activiteit centraal stond. De leerlingen gaven dit zelf ook aan, de behoefte aan zelfregulatie is grotendeels afhankelijk van de interesse in de centrale activiteit. De vakdocent merkte dit ook op en bevestigde dat het gedrag per centrale activiteit verschilt.

De begeleiding door de docent bij het zelfregulerende onderdeel is dan ook van groot belang. De vakdocent heeft tijdens het onderzoek de leerlingen vrij zelfstandig zelfregulerend laten werken. Meer begeleiding zou mogelijk meer motivatie of actief participerend gedrag als gevolg van zelfregulatie kunnen hebben. Ondanks dat de leerlingen ervan overtuigd waren dat ze goed kunnen monitoren, reflecteren en evalueren twijfelden zowel de onderzoeker als de vakdocent hier soms aan. Hieruit blijkt ook het van belang is dat de docent hierin ondersteund in de door Zimmerman benoemde fases: voorbereidings-, uitvoerings- en evaluatiefase (2002).

De resultaten van de perspectieven van de leerlingen over de autonomie-ondersteuning kunnen als betrouwbaar worden ondervonden. De leerlingen krijgen al een aantal jaar op deze manier les en het onderzoek naar de perspectieven binnen autonomie-ondersteunend lesgeven kon dus ook gekoppeld worden aan eerdere ervaringen met deze manier van lesgeven.

Wanneer men het onderzoek op een andere school zou uitvoeren zullen de perspectieven, motieven en gedragingen van de leerlingen mogelijk vergelijkbaar zijn. De resultaten zijn namelijk besproken met leden van het netwerk. Daaruit blijkt dat de uitkomsten van het onderzoek vergelijkbaar zijn met de ervaringen die netwerkliden hebben met autonomie-ondersteunend lesgeven aan de bovenbouw van het primair onderwijs. Desondanks kan het onderwijstype invloed hebben op de zelfstandigheid in het leren van leerlingen, het huidige onderzoek is namelijk uitgevoerd op een Daltonschool waar individuele ontplooiing centraal staat door middel van een vergrote zelfstandigheid bij leerlingen.

Bovendien zal het onderzoek tot andere resultaten leiden op een school waarbij leerlingen nog onbekend zijn met autonomie-ondersteuning en zelfregulatie in het bewegingsonderwijs. Belangrijk acht men dan ook dat de basis van autonomie-ondersteuning moet staan, voordat men in deze situatie start met zelfregulatie. Zelfregulatie kan bovendien ook worden toegepast in een groepjesles, de vraag is echter hoe leerlingen reageren als ze verplicht worden om zelfregulerend te werken.

Onderzoek naar de perspectieven van leerlingen op basis van het model van Zimmerman (2002) door middel van interviews bleek beperkt. Zoals eerder beschreven wordt zelfregulatie veelal gemeten door middel van vragenlijsten. Dit onderzoek is een toevoeging aan het onderzoek van het model. Echter, in dit onderzoek is er met name ingegaan op de factoren motivatie, metacognitie en het gedrag om actief te participeren in het leerproces. Als suggestie voor vervolgonderzoek lijkt het interessant om in te zoomen op de drie fasen van zelfregulatie van Zimmerman (2002).

Zelfregulatie in het bewegingsonderwijs wordt momenteel met name toegepast in het voortgezet onderwijs. Onderzoek naar de manier waarop leerlingen zelfregulatie toepassen in het primair onderwijs ontbreekt. De vraag heerst of het mogelijk en haalbaar is om leerlingen op deze leeftijd al zelfregulerende vaardigheden aan te leren. Uit dit onderzoek blijkt dat de motivatie voor zelfregulatie wisselend is en dat er ontwijkend gedrag optreedt. Desondanks leidt zelfregulatie in het onderzoek ook tot positieve leereffecten zoals de ontwikkeling van metacognitieve vaardigheden, bewustwording van het leerproces en inzicht in het eigen kunnen.

6. Consequenties voor de praktijk

In dit hoofdstuk worden de aanbevelingen naar aanleiding van dit onderzoek besproken. Tevens zal er antwoord worden gegeven op de praktijkvraag die waardevolle resultaten oplevert voor het netwerk.

Aanbevelingen

Eerder is al een suggestie voor vervolgonderzoek genoemd, namelijk het meten van de effectiviteit en haalbaarheid van zelfregulatie in het primair onderwijs door te focussen op de drie fasen van zelfregulatie (Zimmerman, 2002): voorbereidings-, uitvoerings-, en evaluatiefase. In dit onderzoek is hier niet de focus op gelegd, dit is wel een interessant vraagstuk als gevolg van dit onderzoek.

Tevens suggereert dit onderzoek dat het interessant is om onderzoek te doen naar de motorische ontwikkeling van leerlingen in het basisonderwijs naar aanleiding van zelfregulatie. Volgens Kok et al., (2018) beïnvloedt zelfregulerend leren het leren van motorische vaardigheden op een positieve manier. In dit onderzoek gaven veel leerlingen namelijk aan dat zij dachten motorisch niet meer vooruitgang te boeken dan wanneer zij zonder de methode werken.

Volgens Duivenvoorden (2015) is er op basis van onderzoek nog weinig bekend over de effecten van het stimuleren van zelfregulatie in bewegcontexten. In dit onderzoek lag de focus niet op de motorische ontwikkeling maar het zou een mooi neveneffect zijn en bovendien is het wel een doel van het bewegingsonderwijs. De meningen van de leerlingen waren verdeeld over het beter leren bewegen door middel van de digitale methode.

Het onderzoek is voortgekomen vanuit een hulpvraag van het Netwerk Bewegingsonderwijs. De nieuwe inzichten over autonomie-ondersteunend bewegingsonderwijs en het inzetten van zelfregulatie geven de leden van het netwerk nieuwe input om de concepten verder te ontwikkelen. Men kan concluderen dat de bewustwording en eigenaarschap van het leerproces bij leerlingen op gang komt door middel van de digitale methode. Zelfregulatie binnen de autonomie-ondersteunende les is dus van toegevoegde waarde. Bovendien zorgt zelfregulatie voor het inzicht in het eigen kunnen, leerlingen worden bewust van hun uitdaging en door middel van beter bewegen vergroot dit hun motivatie en het plezier. Desondanks blijkt de motivatie in autonomie-ondersteunende lessen bewegingsonderwijs met name af te hangen van andere factoren namelijk vriendschappen, plezier en uitdaging.

In het onderzoek was tevens een praktijkvraag die interessante data en aanknopingspunten oplevert voor het Netwerk Bewegingsonderwijs van de , zij zijn op zoek naar de manier of methode waarop zelfregulatie het best kan worden toegepast. In de volgende paragraaf wordt antwoord gegeven op de praktijkvraag.

Praktijkvraag

‘Hoe kunnen autonomie-ondersteunende lessen op basis van een digitale lesmethode op de Regenboog verbeterd worden?’

De antwoorden op de bovenstaande vraag zijn van groot belang voor het Netwerk Bewegingsonderwijs van de . Veel leden (willen) werken met zelfregulatie en voor hen heeft het veel meerwaarde als de ervaringen van de leerlingen worden gedeeld om de methode te optimaliseren.

De antwoorden op de praktijkvraag komen, net als de resultaten van dit onderzoek, vanuit de leerlingen.

Het Sportfolio, de digitale methode maakt de gymles niet persé leuker, maar het is niet erg om te doen volgens leerlingen. Volgens de leerlingen uit groep 7 en 8 van de Regenboog is het Sportfolio niet te uitgebreid. Bepaalde leerlingen geven aan dat zij de video-instructie met oefeningen alleen kijken als de docent hiervoor de opdracht geeft. Hierin blijkt weer de invloed van de sturing van de docent. Desondanks zijn er ook leerlingen die aangeven een level hoger te hebben gehaald door middel van de video-instructie. De video-instructie met oefeningen om een hoger level te halen is volgens leerlingen wel een toevoeging. Daarnaast zeggen de leerlingen dat het van meerwaarde zou zijn als de videofeedback ook eens van een andere kant gefilmd wordt, zowel het vooraanzicht als het zijaanzicht.

De duur van de lessenreeks, namelijk vier lessen, is volgens de meeste leerlingen goed. Een leerling geeft aan dat het nooit vervelt, er zijn altijd nieuwe uitdagingen en tips van de docent beschikbaar. Bovendien kan je volgens de leerlingen trots zijn op je resultaat na een reeks oefenen omdat je er veel tijd aan hebt besteed.

Sommige leerlingen hadden in de eerste les van de lessenreeks het hoogste level behaald, het gevolg hiervan was dat leerlingen niet planden om gedurende de reeks vaker te oefenen, hun doel was in de eerste les al behaald. Deze leerlingen ervoeren de activiteit als gemakkelijk en hadden behoefte aan meer levels. Bovendien gaat het gebrek aan uitdaging gepaard met demotivatie en minder effectieve beweegtijd.

Omdat de leerlingen veel waarde hechten aan de vrijheid om zelf de bewegingsuitvoering te bepalen en ontdekkend te leren raden zij aan om de eerste les van de lessenreeks nog geen video-instructies aan te bieden. De leerlingen bedachten dat challenges interessanter zullen zijn dan verplichte levels. Binnen de challenges zou volgens hen nog ruimte zijn om zelf de uitvoering te bedenken, omdat je een opdracht geeft die behaald moet worden maar de bewegingsuitvoering wordt niet voorgeschreven. Mogelijk zou dit kunnen leiden tot meer motivatie en actieve participatie voor zelfregulatie bij leerlingen. Daarnaast zouden zij ook aanbevelen in de reeks één les te organiseren waarbij je verplicht het zelfregulerende onderdeel moet doen omdat je anders activiteiten misschien helemaal niet beoefend.

De afwisseling van de autonomie-ondersteunende lessen met groepjes- en klassikale lessen is volgens leerlingen dan ook goed. In sommige situaties blijkt het volgens leerlingen goed te zijn dat de vrijheid in autonomie wordt weggenomen, de docent geeft dan "echt" les. Dan is er volgens de leerlingen een zekerheid dat elke leerling de activiteit beoefent en dat zij geen uitdaging uit de weg gaan. Echter, het is gebleken dat de sturing van de docent heeft voor sommige leerlingen wel tot gevolg dat ze minder gemotiveerd zijn.

Het enige nadeel van de autonomie-ondersteunende gymles is volgens leerlingen dat je soms afhankelijk bent van andere leerlingen. Leerlingen mogen ten allen tijden een onderdeel verlaten. Er ontstond een situatie waarin de lummel meerdere keren het spel verliet, toen hij of zij de lummel was. Wanneer er een nieuwe lummel gekozen werd kwam de vorige leerling weer terug in het spel. De oplossing is volgens leerlingen om bij spelactiviteiten een verplichte tijd in te stellen waarbinnen je de activiteit niet mag verlaten.

Uit het onderzoek is gebleken dat leerlingen soms niet voor een activiteit kiezen omdat de leerlingen die het onderdeel beoefenen geen vrienden zijn of op een ander niveau deelnemen. De leerlingen geven aan dat de groepjesles geen oplossing is voor het ontwijken van een activiteit door het

beweegniveau en het beweeggedrag van medeleerlingen. Hun idee is om niveaugroepen te maken binnen een autonomie-ondersteunende les.

Er ontstonden ook situaties waarin leerlingen soms niet aan de beurt kwamen omdat ze lang moesten wachten. De regels die leerlingen hadden bedacht waren dus niet efficiënt, het leverde weinig effectieve beweegtijd op voor een aantal leerlingen. Volgens de leerlingen is de oplossing voor dit probleem een groepsgesprek over de regels.

7. Literatuurlijst

- Baarda, B., Hulst, M., & de Goede, M. (2012). *Basisboek interviewen. Handleiding voor het voorbereiden en afnemen van interviews*. Groningen-Houten: Noordhoff Uitgevers bv.
- Baartman, H., Graas, D., Groot, R., & Zandberg, T. J. (2004). Naar verantwoorde zelfregulatie in opvoeding, onderwijs en diagnostiek. *Wie maakt de dienst uit? Macht en onmacht in opvoeding en hulpverlening* (pp. 187-198). Utrecht: Agiel.
- Chow, J. Y., Davids, K., Button, C., & Renshaw, I. (2015). *Nonlinear pedagogy in skill acquisition: An introduction*. Oxon: Routledge.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2004). *Handbook of Self-determination Research*. Rochester: The University of Rochester Press.
- Dekker, S. (2019). *Zelfregulatie/Self-Regulation* (afstudeeronderzoek). Alkmaar: Hogeschool Inholland Alkmaar.
- Delrue, J., Reynders, B., Broek, G.V., Aelterman, N., De Backer, M., Decroos, S., De Muynck, G.J., Fontaine, J., Fransen, K., van Puyenbroeck, S., Haerens, L., & Vansteenkiste, M. (2019). Adopting a helicopter-perspective towards motivating and demotivating coaching: A circumplex approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 40, 110–126.
- Domville, M., Watson, P.M., Richardson, D., & Graves, L.E.F. (2019). Children's perceptions of factors that influence PE enjoyment: a qualitative investigation. *Physical Education and Sport Pedagogy*.
- Duivenvoorden, J. (2021). Zelfregulatie in het bewegingsonderwijs. *Lichamelijke Opvoeding*, 1, 34-35.
- Duivenvoorden, J., van der Kamp, J., Van Hilvoorde, I., & Salversbergh, G. (2021). Self-regulated learning strategies during self-controlled practice in physical education. *Journal of Physical Education and Sport*, 21 (2), 111, 894 – 903.
- Duivenvoorden, J., & Schakel, K. (2018). Samen leren met behulp van video-instructie. LO Bonus. *Lichamelijke Opvoeding*.
- Ennis, C.D., & Chen, S. (2012). Interviews and focus groups. In K. Armour, D. Macdonald, *Physical Education and Youth Sport* (pp. 217-236). Routledge: University of Rochester Press.
- Harinck, F. (2013). *Basisprincipes praktijkonderzoek*. Antwerpen-Apeldoorn: Garant.
- Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The Power of Feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81-112.
- Hornstra, L., Weijers, D., van der Veen, I., & Peetsma, T. (2016). *Motiverend lesgeven*. Universiteit

Utrecht, Kohnstamm Instituut en Universiteit van Amsterdam.

Janelle, C. M., Champenoy, J. D., Coombes, S. A., & Mousseau, M. B. (2003). Mechanisms of attentional cueing during observational learning to facilitate motor skill acquisition. *Journal of Sports Sciences*, 21(10), 825–838.

Karels, M. (2020). *21st century skills - 21e eeuwse vaardigheden*. Geraadpleegd op 08-01-2021, van <https://wij-leren.nl/21st-century-skills-21e-eeuwse-vaardigheden.php>

Koekoek, J. (2020). *Exploring task-related student peer interactions in physical education* (Proefschrift). Universiteit Utrecht, Utrecht.

Koekoek, J., & Knoppers, A. (2015). The role of perceptions of friendships and peers in learning skills in physical education, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20:3, 231-249.

Kok, M., & van der Kamp, J. (2013). Digitale video en (zelf-)modellering in de gymles. *Lichamelijke Opvoeding*. 7, 10-13.

Kok, M., Komen, A., van Capelleveen, L., & van der Kamp, J. (2020). The effects of self-controlled video feedback on motor learning and self-efficacy in a Physical Education setting: an exploratory study on the shot-put, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25:1, 49-66.

Lewthwaite, R., Chiviacowsky, S., Drews, R., & Wulf, G. (2015). Choose to move: The motivational impact of autonomy support on motor learning. *Psychonomic Bulletin & Review*, 22(5), 1383-1388.

Meusen-Beekman, K., Joosten-ten Brinke, D., & Boshuizen, E. (2016). De retentie van zelfregulatie, motivatie en self-efficacy in het voortgezet onderwijs na formatieve assessments in het basisonderwijs. *Pedagogische Studiën*, 93(3), 136-153.

Nationaal Expertisecentrum Leerplanontwikkeling. (2020). *Zelfregulering*. Geraadpleegd op 09-01-2021, van <https://www.slo.nl/thema/meer/21e-eeuwsevaardigheden/zelfregulering/>

Ontwikkelteam Bewegen & Sport. (2019). Leergebied Bewegen & Sport. *Samen bouwen aan het primair en voortgezet onderwijs van morgen*.

Pruim, A., & van der Wal, D. J. (2019). *Goalkeeper in het basisonderwijs: een methode gericht op het ontwikkelen van zelfregulatieve vaardigheden binnen een les bewegingsonderwijs*.

Reeve, J. (2009). Why teachers adopt a controlling motivating style toward students and how they can become more autonomy supportive. *Educational Psychologist*, 44, 159-175.

Reeve, J. (2002). Self-determination theory applied to educational settings. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research*, 183–203. Rochester: University of Rochester Press.

Reynders, B., Vansteenkiste, M., Van Puyenbroeck, S., Aelterman, N., De Backer, M., Delrue, J., De Muynck, G.-J., Fransen, K., Haerens, L., & Broek, G. V. (2019). Coaching the coach: Intervention effects on need-supportive coaching behavior and athlete motivation and engagement. *Psychology of Sport & Exercise*, 43, 288–300.

Regenboog Daltonschool. (2021). *Brede School*. Geraadpleegd op 08-01-2021, van <https://www.deRegenboog.nl/de-school/brede-school/>

Regenboog Daltonschool. (2021). *Daltonschool*. Geraadpleegd op 08-01-2021, van <https://www.deRegenboog.nl/de-school/onze-geschiedenis/>

Regenboog Daltonschool. (2021). *De Vreedzame School*. Geraadpleegd op 08-01-2021, van <https://www.deRegenboog.nl/de-school/de-vreedzame-school/>

Regenboog Daltonschool. (2021). *Over ons*. Geraadpleegd op 08-01-2021, van <https://www.deRegenboog.nl/de-school/>

Spithoff, M., Naayer, H. M., Hartman, E., & Timmermans, A. C. (2017). *Peiling Bewegingsonderwijs 2017. Verdiepende studie naar huidige lesgeefpraktijk van leerkrachten*. Groningen: GION Onderwijs/Onderzoek.

Thijs, A., Fisser, P., & van der Hoeven, M. (2014). *21e eeuwse vaardigheden in het curriculum van het funderend onderwijs*. Enschede: SLO.

Tiemeijer, W., Thomas, C., & Prast, H. (2009). *De menselijke beslisser*. Amsterdam: Amsterdam University Press.

Tromp, M. (2016). *Leerkrachtgedragingen bij autonomie-ondersteuning en structuur* (masterthesis). Utrecht: Universiteit Utrecht.

Van der Kamp, J., Duivenvoorden, J. Kok, M., & Van Hilvoorde, I. (2015). Motor skill learning in groups: Some proposals for applying implicit learning and self-controlled feedback. *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte*, 39(11), 33-47.

Van der Sluis, A., Mombarg, R., van Aart, I., Leistra, S., & Pruim, A. (2017). Goalkeeper! Stimuleert zelfregulatie in sport en leefstijl. *Lichamelijke Opvoeding*, 31-33.

Veenman, M. (2015). *Het herkennen en instrueren van metacognitieve vaardigheden*. Presentatie Symposium Talentontwikkeling in de 21^e eeuw.

Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70.

8. Bijlagen

8.1 Interviewschema's

Week 1

Twee focusgroep interviews

Groep 7 en 8

Regenboog

15-03-2021

Small talk (toestemming)

Inleiding

- *Teken of schrijf iets over jouw beleving met het werken met het Sportfolio.*

Topics	Subtopics
Video-instructie	Levels
	Oefeningen
Video-feedback	Camera
	Jezelf bekijken
Motorische ontwikkeling	Sportfolio
	Vrije les
Self-efficacy	Vertrouwen
Motivatie	Intrinsiek/extrinsiek
	Sportfolio
	Vrije les
Relatie met docent	Band
Relatie met klasgenoten	Samenwerking

Afsluiting

Week 2
Twee focusgroep interviews
Groep 7 en 8
Regenboog
22-03-2021

Small talk (toestemming)
 Inleiding

- Teken iets wat je beleefd hebt in de les met Sportfolio en de vrije les. Schrijf er kort iets bij.

Topics	Subtopics
Motivatie	Reden motivatie voor vrije les
	Beweegreden: onderdeel
	Reden niet extra gemotiveerd Sportfolio
Beter leren bewegen	Geen extra motorische ontwikkeling door Sportfolio
	Vorige week: lessenreeks, vier weken (saai)
Autonomie-ondersteunend les	Voordelen
	Nadelen
	Vorige week: afhankelijkheid klasgenoten
Video-instructie	Aanpassingen
Stelling	Vorige week: waarom leer je niet als je het niet leuk vindt?

Afsluiting

Week 3
Twee focusgroep interviews
Groep 7 en 8
Regenboog
22-03-2021

Small talk (toestemming)
 Inleiding

Topics	Subtopics
Leerprocessen vrije les	<u>Wat</u> leer je?
	Beter leren bewegen
Vrijheid	Interesse andere klas
	Te veel vrijheid
	Buitensluiten
Eigen inbreng	Vrije les
Sportfolio; wendsprong	Waarom wel/niet?
	Verschil vorige week
	Vorige week: beperking vrijheid
Video-instructie	Hetzelfde als de uitleg
Zelfgestuurde feedback	Video-instructie
	Video-feedback
	Hulp vragen (docent)

Afsluiting

Week 4
Twee focusgroep interviews
Groep 7 en 8
Regenboog
22-03-2021

Small talk (toestemming)
 Inleiding

Topics	Subtopics
Lessenreeks	Ervaring
	Combinatie Sportfolio en vrije les
Vrije les	<u>Wat geleerd?</u>
	De hele les bij één onderdeel
	Eigenaar van de les
	Bewust leerproces
Sportfolio	<u>Wat geleerd naast wendsprong zelf?</u>
	Te uitgebreid?
Zelfstandig	Uitgevoerde processen
Evalueren	Voor- tijdens en na de lessenreeks
	Inschatten
Self-efficacy	Vertrouwen
	Bewustwording
	Zelfbeeld
Reflecteren	Vorige week: Sportfolio is om te reflecteren. Oefeningen zijn overbodig.
Motivatatie	Autonomie
	Relatie
	Competentie

Afsluiting

8.2 Interviews

Interview 1

15-03-2021

11.00 uur

3 leerlingen uit groep 7 (jongen, meisje, meisje)

Regenboog

Small talk

Toestemming

Inleiding

O: En wat heb jij opgeschreven?

1: Super leuk.

O: Jullie hebben allemaal 'Leuk' of 'Super leuk' opgeschreven zie ik. Kun jij daar wat over vertellen?

2: Ik vind het gewoon leuk om wat te leren bij gym.

O: Ok, en wat leer je dan door het Sportfolio?

2: Uhm, hoe je moet springen zonder dat je valt, hoe je moet landen.

O: Ok, en hoe leer je dat dan?

2: Door de filmpjes.

O: Welke filmpjes?

2: Met de voorbeelden. En gewoon veel oefenen. Ik ga die Barani echt landen.

O: Dus als ik jou zo hoor ben je wel gemotiveerd, of niet?

2: De komende drie lessen ja.

O: En wat ga je de komende drie lessen doen?

2: Er voor zorgen dat ik goed land.

O: Ok, en wat vinden jullie? Jullie mogen allemaal gewoon op elkaar ingaan of tegen elkaar in gaan als je het er niet mee eens bent. Je mag alles vinden.

3: Ik vind het leuk om trampoline dingen te doen, want ik hou echt van trampoline springen.

2: Jij houdt helemaal niet van de trampoline.

O: Zullen we elkaar wel uit laten praten? Want ze zit midden in haar verhaal.

3: En eh.. De komende tijd ga ik de wendsprong veel oefenen.

O: Ok, en wat nou als we een ander onderdeel doen bij het Sportfolio?

3: Nou, dan ga ik ook gewoon leren. Ook als ik het niet leuk vind, dan ga ik het wel gewoon doen.

O: Ok, en wat vond jij ervan?

1: Eh, ik vind het super leuk om al die dingen te leren.

O: Dus hebben jullie het idee dat je niet of anders leert zonder het Sportfolio?

1: Nee.. Nou als we ons filmpje zien dan leren we wel een beetje. Maar normaal doet de meester het, maar dan weten wij nog niet of we het kunnen. Dan eerst moeten wij het proberen. En eh, als we dat kunnen ja dan doen we dat gewoon de hele tijd.

O: Ok en ... hoe vind jij het dan dat je het voorbeeld ziet op een filmpje? In plaats van dat meester alles verteld en voor doet?

3: Dat vind ik ook gewoon leuk om te zien, want dan kijk je ook nog eigenlijk gewoon een filmpje.

2: En het is leerzaam.

O: En waarom is het leerzaam?

2: Om die stappen te leren voordat je het laatste level gaat doen. Want anders kan je je nek breken.

O: Ok, dus omdat het in stapjes is weet je ook waar je uitdaging ligt. Zeg ik dat goed?

2: Ja dat klopt.

O: En hoe vinden jullie dat dan? De instructie in een filmpje?

1: Ja dat is wel goed.

O: En waarom is dat goed?

1: Omdat je ook zelf aan de slag kunt gaan.

2: Zelfstandig, zonder de meester.

O: Oke, en wat vinden jullie van het kijken naar jezelf?

3: Ja dan kun je zelf kijken of je nog wat moet aanpassen, bijvoorbeeld je hebt ..

2: Kunt u de volgende keer 10 levels maken?

O: Ja, we gaan inderdaad de levels een beetje aanpassen. Zodat iedereen een uitdaging heeft.

2: Ja want het is makkelijk.

O: Heb jij het idee dat je beter wordt in bewegen door het Sportfolio?

1: Jawel.

2: Ja.

O: En waarom?

1: Omdat we veel oefenen.

O: Dus van veel oefenen wordt je beter?

1: Ja want wij hebben op het plein ook trampolines en dan kan je daar ook oefenen.

2: Jaa, dus dan kun je daar beter oefenen om te landen.

O: Dus zeggen jullie nu dat je ook buiten de gymles gaat oefenen, buiten bijvoorbeeld?

2: Jaa, eigenlijk mag je geen salto's maken ofzo. Maar dan leggen we gewoon wat jassen neer zodat het zacht was.

O: Ah ok, de Barani die jij deed, level 5. Die kan jij buiten wel oefenen. Hoe gemotiveerd ben je daar voor?

2: Ja die ga ik oefenen.

O: Ok, leuk! Uhm, en heb jij het idee dat je er beter van wordt? Van het Sportfolio.

3: Ja.

O: En waarom?

3: Omdat je dan ook in die vier weken dat je ook steeds vooruit gaat.

O: Ok, en hoe komt dat dan?

3: Omdat je meer oefent.

O: En wat voor invloed heeft het opschrijven daarbij? In het Sportfolio.

3: Ik houd het soms bij.

O: Wat vinden jullie van het opschrijven? En het aanpassen daarvan? Werkt dat voor jullie?

1: Ja als het nog een keer doet. Bijvoorbeeld je oefent het nu buiten, en dan misschien wel de volgende keer ben je dan veel beter daarin. Dan is je level omhoog gegaan.

O: En hoe zit het met het vertrouwen in jullie zelf? Verandert er iets door het opschrijven of het terugkijken?

2: Ja dan kijk je, en misschien kan je nog iets aanpassen ofzo.

O: En krijg je daardoor meer vertrouwen?

3: Nou het is niet perse vertrouwen.

2: Gewoon dat je het kan. Je moet gewoon in jezelf geloven.

O: Ok, en helpt dit dan?

2: Ja, nou gewoon veel oefenen.

1: Oefenen, bewegen.

2: Bewegen want anders wordt je dik. Bijvoorbeeld als je veel eet. Ik eet veel maar dan ga ik voetballen en dan verbrand ik alle calorieën.

3: En ik eet maar dan ga ik soms hardlopen met mijn moeder.

O: Nou volgens mij vinden jullie gym en sporten wel heel leuk en belangrijk.

1: Ja ik ging zelfs een keer huilen toen ik was geschorst toen ze gingen voetballen.

O: Nog even over het Sportfolio. Wat zijn jullie voor de volgende les van plan? Want je mag natuurlijk zelf kiezen hoe lang je gaat oefenen in de les. Hoe vinden jullie dat?

2: **Dan ga ik de hele les oefenen.** Want dan ga ik echt proberen goed te landen bij de Barani.

O: En hoe zit het dan met jullie motivatie in een vrije les?

2: **Beter, want anders.. Want ik werd eerst ook wel eens een beetje boos als ik dan weg moest gaan naar een ander spel.**

O: Dus je had langer willen oefenen?

2: Ja.

O: Ok, dus hoe vinden jullie dat gevoel dat je zelf je gymles een beetje plant?

1: Gymles moet langer vind ik.

3: Jaa. Gymles is veel te kort.

1: Ja we kunnen ook gewoon een kwartier buiten spelen en langer gymmen.

O: Ok, en vinden jullie gym leuker of minder leuk als jullie met het Sportfolio werken?

2: Eh..

O: Wat doet het met jou als je ziet dat je gaat werken met het Sportfolio?

2: **Ja leuk.**

1: Leuk.

3: **Het is wel een beetje saai dat je steeds hetzelfde moet doen.**

O: En wat bedoel je daarmee?

3: Dat we nu de hele tijd de wendsprong moeten doen. Terwijl ik ook wel wat anders wil doen.

O: Ok, en wat vind jij ervan?

1: **Ja ik vind dat wel leuk maar als je ja het een paar lessen achter elkaar doet gaat het op een gegeven moment niet meer leuk worden.**

2: Nee, **pas als ik het kan dan pas is het saai.**

O: En hoe komt dat?

2: Gewoon, omdat ik het wil doen. Het moet lukken. **Als het me niet lukt en ik heb nog meer kans om te oefenen dan vind ik het wel leuk.**

O: Hoe vinden jullie de rol van de meester in de vrije les? Want meester neemt wel een beetje een andere rol aan.

1: Ja hij.. We lopen de gym in, en dat zit iedereen op zijn plek. En dan gaat hij eerst uitleggen. En daarna ga je gewoon spelen.

O: En wat vind je daarvan?

1: Dat is fijn, anders weet je niet wat je moet doen.

O: En dat meester steeds rondloopt, hoe vinden jullie dat?

3: **Ja soms gooit iemand de bal of iemand doet wat fout en dan zegt meester ja dit mag je niet doen of je moet dit doen.**

2: Als je het fout gaat doen ja dan leer je het niet.

O: En wat doe je dan als je daar hulp bij wilt als het niet lukt. Hoe los je dat op?

3: **Gewoon vragen. Dan gaat meester het ons leren en tips geven enzo.**

2: **Of je kijkt bijvoorbeeld naar het filmpje.**

1: **Je kan ook aan andere kinderen vragen.**

O: En hoe gaat het samenwerken met je klasgenoten in zo'n les?

1: **Dat vind ik wel goed.**

O: En waarom?

1: Want soms is één iemand alleen in een spel, dus dan vraag ik bijvoorbeeld iemand aan.. Dus bijvoorbeeld die vraagt aan die, dus als het nee is dan ga ik eerst even met diegene meedoen en dan gaat zij even met mij meedoen.

2: Nee, eigenlijk is het. Bijvoorbeeld jij wilt voetballen en ik niet? Dan doen we vandaag iets wat jij wilt en de andere keer iets wat ik wil.

3: Of een kwartiertje wat ik wil en dan een kwartiertje wat jij wilt.

2: Of gewoon een andere dag.

1: En samenwerken lukt ook wel goed.

O: En waarom gaat dat goed in zo'n les?

1: Bijvoorbeeld je kunt het niet dan help je diegene. Bijvoorbeeld hij moet zo'n radslag maken dan help je hem.

O: Dus jullie hebben wel wat aan elkaar in de les. Ok en is het nou, het Sportfolio. Hebben jullie er zin in? Jullie schreven allemaal op dat je het leuk vond vandaag. Doe je het Sportfolio omdat je het echt leuk vind, je wilt beter worden en je bent gemotiveerd. Of omdat je denkt dat het moet?

2: Nee, dat eerste.

O: Vertel.

2: Dat ik het leuk vind en dat ik wil leren.

3: Je leert bijvoorbeeld je ...

2: Aan de andere kant je moet het eigenlijk ook.

O: En wat vind je daarvan?

2: Gewoon goed. Ik vind die kinderen moeten toch ook leren bewegen als we op school zijn, niet alleen maar taal.

1: En als je het niet leuk vind ja dan heeft het ook geen nut.

O: En dat mag je ook invullen he als je het niet leuk vindt.

2: Ik vind het heel leuk, super super leuk.

3: En eigenlijk, jaa. Ik vind..

2: Ik wil wel een aparte gymzaal in mijn huis.

3: Ja ik vind het wel leuk dat je kan oefenen. Want ja bijvoorbeeld mijn moeder doet sporten in huis omdat het niet meer echt kan. En dan ga ik soms mee doen. Maar daar leer je van. Ook al vind je het niet leuk, want dat maakt niks uit je moet het wel gewoon doen.

O: Ik heb wel heel erg het idee dat jullie gym niet alleen maar heel leuk vinden maar dat het ook belangrijk is dat je er wat leert.

Allen: ja.

O: Dat vind ik wel heel erg leuk.

1: Wat vind u van gym?

O: Super leuk, het is heel belangrijk.

2: Op welke school geef jij gym?

O: Op de Rosa Boekdrukker in de Baarsjes?

2: Maar komt u hier op school gymles geven?

O: Nee meester Sven die is hier. En ik blijf daar.

2: Meester is wel streng soms.

O: Nou ik vond het wel meevallen van wat ik heb gezien. Dat is ook wel goed toch, dat de meester duidelijk is.

2: Ja.

EINDE

Interview 2

15-03-2021

11.45 uur

3 leerlingen uit groep 8 (jongen, jongen, meisje)

Regenboog

Small talk

Toestemming

Inleiding

1: Moet je schrijven of tekenen?

O: Dat mag je zelf weten.

2: Is het zo goed?

O: Ja helemaal goed. We wachten even tot iedereen klaar is.

O: Ok, ik begin met jou. Wat heb je opgeschreven?

2: Ik vind het leuk en slim bedacht van de meester.

O: En wat heb je getekend?

2: Het Sportfolio.

O: Met heel veel tekst?

2: Zegt dat ook iets over hoe jij erover denkt?

2: Jawel, omdat je heel veel levels hebt. En je moet het steeds aanpassen.

O: En vind je het ook te veel?

2: Nee dat niet maar er staat gewoon heel veel tekst.

O: Ok, en wat vind je er zo leuk aan?

2: Omdat, eh vroeger had je geen Sportfolio. En nu heeft meester het bedacht en dat vond ik slim, en dat is ook leuk want nu heb je het niet alleen maar van vakken en van school maar nu heb je het ook van gym.

O: Ok, en wat vind je er slim aan?

2: Dat hij die Sportfolio heeft bedacht.

O: Ok, dus je vind het knap? En kan ik zeggen dat je het leuk vind om mee te werken?

2: Ja.

O: En ook leuker dan wanneer het er niet is of was?

2: Nee, het maakt het niet leuker ofzo.

O: Ok, dus het maakt het niet perse leuker, maar het is niet erg om te doen?

2: Nee klopt.

O: Ok, en wat heb jij opgeschreven?

3: Eh, ik vind het wel goed werken want zo zie je heel makkelijk wat je vorige keer hebt gehaald en of je vooruit bent gegaan.

O: Ok, dus het is inzichtelijk voor je? Je groeit.

3: Ja.

O: Ok, en wat vind je daar van?

3: Fijn.

O: Ok, dus je vind het goed werken. En wat vind je van het filmen, opschrijven en aanpassen?

3: Dat gaat goed.

O: En vind je dat je er beter van wordt?

3: Ehm, nou. Als je het op een andere manier doet. Niet perse maar het is wel duidelijk of je er beter in wordt.

O: Ok, ja want het is natuurlijk ook ok als je het niet leuk vind en dat opschrijft. Doordat het een vrije les is mag je zelf bepalen hoe lang en hoe vaak je ervoor gaat oefenen.

3: Ja.

O: En wat heb jij getekend? Ik ben benieuwd, vooral naar waarom je het hebt getekend.

1: Eh ik heb mezelf getekend die het Sportfolio maakt en ik denk aan pizza want daar denk ik altijd aan en het motiveert me.

O: Het motiveert je. De pizza of het Sportfolio?

1: Nou kijk zeg maar ik denk aan pizza, want pizza is vet en ja als je die dingen die je doet bij Sportfolio. Als ik denk aan pizza dan denk ik, ik ga beter mijn best doen want dan kan ik de pizza eten zonder dat er extra bij komt.

O: Ok, en heb je die gedachte ook als je niet het Sportfolio doet?

1: Bij de gym ja, eigenlijk heb ik het altijd.

O: Hoe vind jij het dat je het voorbeeld ziet door middel van een filmpje?

2: Ik vind het ook wel slim bedacht, dan hoeft meester ook niet bij elk kind het voor te doen. Dan is er gewoon één filmpje en dan kan iedereen dat steeds kijken. En als je het dan niet hebt gezien hoeft meester het niet opnieuw te doen. Je kunt het zelf gaan kijken.

O: Ok, en werkt dat voor jou?

2: Ja.

O: En hoe is dat voor jullie?

1: Ik vind het niet perse nodig, want ik begrijp dingen best wel snel. Ik leer best wel snel dingen, eh.. alleen soms heb ik er moeite mee. Maar met dit soort sportdingen, dan eh, als de meester het één keer voor doet dan snap ik het meestal meteen en anders vraag ik het nog een keer na.

O: Maar dan moet meester wel vier levels voor doen dus? Want het is nu wel zo dat als je één hebt gehaald, je naar het volgende level wilt toch?

1: Eh jaa, nou ja bijvoorbeeld. Als meester level 4 doet, en dan vertellen wat de andere levels zijn. Want als je naar level 4 kijkt weet je al een beetje wat je moet doen. En dan snap je dat dat de moeilijkste is.

O: Dus jij hebt het niet perse nodig zeg je?

1: Nee klopt.

O: En hoe vind jij dat?

3: Nou kijk, eerst hadden we van dan moet iemand anders zeggen hoe het ging. Maar dan kan je toch minder bedenken hoe je het deed. Want de één kind vind dat dan heel goed en de andere niet. Dus dan kan je ook zelf denken van kan ik het of niet?

O: Dus doordat je het filmpje kijkt, kun je dat beter beoordelen zeg je?

3: Ja.

O: En hoe vind je het dan om je eigen sprong te zien? Wat doet dat met je?

3: Eh ja ik vind het niet zo erg, want bijna niemand ziet het dus.

O: En helpt het je ook?

3: Ja ik denk het wel.

O: Dus wat je eigenlijk zegt ik kijk naar mezelf maar mijn klasgenoten helpen me ook.

3: Ja nou eigenlijk, als ik mezelf zie dan kan ik wel bedenken van oh dat gaat nog niet echt heel goed. En als anderen je helpen. Dan kan je dat minder zien zeg maar.

O: Ok, dus de filmbeelden van jezelf vind je wel fijner?

3: Ja.

O: Een vraag aan jou, wat doet het Sportfolio met het beter worden in bewegen?

2: Ik wordt er wel beter van. Want dan kan je die laptop zeg maar, ja want dan kan je die sprong

terug kijken en dan kan je ook zeggen of ik het beter doe of slechter. En dan kan je jezelf verbeteren.

O: Ok, en is dat anders in de gewone lessen?

2: Nee niet zo perse anders, maar het helpt wel.

O: Dan is er geen camera, laptop en filmpjes. Wat is dan het verschil?

2: Dan is het wel echt anders, en niet zo fijn als nu met de telefoon en de laptop. Maar je komt er wel vind ik.

O: Ok, en hoe zit dat bij jullie? Hebben jullie het idee dat jullie er beter van worden of niet?

1: Van het filmen?

O: Ja van het Sportfolio en alles er om heen. Wat doet dat met je bewegen, je ontwikkeling?

1: Nou kijk. Het Sportfolio is niet perse dat het me beter helpt omdat je vult in wat je wel al kan en wat je nog wilt proberen. Alleen als je zelf weet, dat je het wilt, dan kan je het ook ergens anders opschrijven voor jezelf. Want jij wilt eraan denken, want het Sportfolio kun je niet elke dag zien en dat doen we niet elke week.

O: En zou je dat doen? Het zelf opschrijven?

1: Dat zou ik wel doen, maar ik denk wel dat ik het misschien ga vergeten maar als we het onderdeel doen dan denk ik er wel meteen weer aan.

O: En wat wou jij zeggen?

3: Eh ja ik vind, ik wordt niet perse beterder denk ik. Maar je kan wel beter inzicht hebben van kan ik het al of niet.

O: Ok, wat heb je dat mooi verwoord. Hoe werkt het Sportfolio op je vertrouwen in wat je kan? Krijg je een ander beeld?

2: Dat blijft hetzelfde.

1: Ja dat blijft wel gewoon hetzelfde. Iedereen moet gewoon aan pizza denken.

O: Hé, doen jullie het voor jezelf of omdat je het idee hebt dat het moet? Het Sportfolio.

1: Nou ik doe het eigenlijk wel omdat ik denk dat het moet. Want als ik het niet doe, dan.. Ja ik weet niet, van de meester moet het. Ik zou er niet zelf voor kiezen.

O: Deze week moest je je beginlevel invullen, maar volgende week mag je zelf weten of je het gaat oefenen en aanpassen. Ga je het dan weer doen denk je?

1: Nee.

3: Bij mij ligt het er aan per onderdeel. Als ik het leuk vind dan ga ik het denk ik wel nog even doen. Maar niet de hele tijd. Als ik het niet leuk vind ja dan kies ik er niet voor.

2: Ik vind het ook, maar ik zou het wel.. Ik vind het ook wat 3 zegt over het onderdeel, het verschilt. Maar ik vind zeg maar ook, je doet het niet voor de meester je doet het voor je zelf. Want ja uiteindelijk wil je ook zelf groeien en kijken of je een level hoger bent gegaan dan vorig jaar.

O: Mooi, uiteindelijk krijg je het ook te zien hé op je rapport. Leuk.

O: Hoe vinden jullie de rol van de meester? Want meester geeft nu natuurlijk wel een beetje op een andere manier les. Hoe ervaren jullie dat?

1: Fijn. Ik vind, hij laat de kinderen zeg maar gaan. Hij zegt zeg maar niet perse wat ze wel en niet moeten doen. Je mag zelf het spel kiezen, dus als je zin hebt om iets te doen en je ziet een onderdeel wat er best wel bij past en er liggen allemaal materialen op de grond. Dan kan je dat, dan kan je zeg maar mensen vragen of ze dat met je mee willen doen. En dan kan je misschien, als ze nee zeggen. Dan kan je misschien vragen van, anders ga ik eerst met jullie mee doen en daarna jullie met mij. En dan kan je zo, een compromis sluiten. Is dat een goed woord?

O: Ja, heel goed.

1: Net als met het stoeien wat we vandaag deden, je mocht daar van alles doen. En bijna iedereen koos voor stoeien. Omdat, want als meester daar gewoon een mat neerlegt voor bijvoorbeeld wat anders. Dan zouden andere mensen dat misschien niet meer leuk vinden, want dan heeft meester

dat bepaalt. En nu, liet de meester de kinderen gewoon gaan.

O: Ok, willen jullie daar iets over zeggen?

3: Aan de ene kant, vind ik het fijn want dan kan je gewoon zelf kiezen en wat, ja er is altijd wel iets bij wat je denk ik leuk vind. Maar aan de andere kant, is het dan wel zo. Als je iets doet, soms zit er ook iets bij wat je niet leuk vind en dan vraag je je af wat moet ik nu doen. En dan ja, zeg maar het is je bent niet meteen met een groepje, en soms is dat wel nodig.

O: En kies je dan omdat je iets leuk vind of omdat je iets wilt leren? Wat is je reden om voor iets te kiezen?

3: Ehm, ja ik denk. Een beetje allebei.

O: Ok, wou jij daar nog wat over zeggen?

2: Nee eigenlijk niet, ik ben het er wel mee eens.

O: Het samenwerken heb jij ook al wat over verteld, dat je elkaar helpt met beoordelen. Hoe vinden jullie dat in zo'n vrije les?

1: Het samenwerken?

O: Ja, en de band met je klasgenoten in een vrije les?

1: Nou het kan afwisselend zijn. Want als niemand met je mee wil spelen dan kan je je buitengesloten voelen, maar als je zeg maar mee gaat doen met andere mensen en je vind het op een gegeven moment wel leuk. Dan kan iemand groter worden en misschien zijn er kinderen waar je niet zo vaak mee speelt. Dan kan je er misschien wel vrienden mee worden omdat je er vaak mee speelt in de gymles.

O: Ok. Nog één vraag, als jullie binnen komen bij gym en je ziet het Sportfolio staan, wat denk je dan?

2: Ehm bij mij verschilt het zeg maar per onderdeel, als het over iets leuks gaat zoals voetbal dan zou ik het wel graag willen doen maar als het iets is wat ik niet zo leuk zou vinden dan zou ik het wel minder graag willen doen. Maar ik zou het wel doen want ik wil wel weten of ik gegroeid ben of.. eh ja.

O: Willen jullie daar iets op aanvullen?

3: Eh ja vaak, omdat je zelf mag kiezen. Is er vaak wel iets wat je leuk vindt dus dat is wel fijn. Alleen aan de andere kant, ehm. Soms is er dat Sportfolio onderdeel dat vind je dan niet zo leuk en dan heb je er niet zo veel zin in.

1: Als ik het Sportfolio zie liggen dan denk ik van, eerst denk ik van we gaan een leuke gymles hebben en dan wordt ik van dat balkje af geduwd. Ik vind het Sportfolio niet echt heel leuk om in te vullen, want ik ben nogal druk en dan ja.. Kan ik me niet zo concentreren daarop, omdat het is een grote zaal en ja meestal ben ik dan druk en dan moet ik opeens wat dingen gaan invullen. Dat vind ik niet heel fijn.

O: Ok, dus dat is duidelijk over het Sportfolio. En wat vind je dan van de vrije les?

1: Dat vind ik helemaal top.

2: Ik ook.

EINDE

Interview 3

22-03-2021

11.00 uur

3 leerlingen uit groep 7 (meisje, meisje, jongen)

Regenboog

Small talk

Toestemming

Inleiding

O: Teken iets wat je beleeft hebt in de vrije les. Schrijf daarna iets op over je tekening.

1: Nou ik heb de trapeze getekend met de dikke mat en een zachte mat, en dit is een trampoline. En dan springt iemand vanaf de trampoline naar de trapeze toe, en dat vond ik gewoon super leuk.

O: Dus ik begrijp dat je dit hebt getekend omdat je het gewoon heel erg leuk vond vandaag?

1: Ja klopt. Eén keer wilde ik dat ding pakken maar ik was te laat, dus toen kon ik hem net niet pakken en toen viel ik met mijn hoofd, of naja gewoon free fall. Als die mat er niet was had ik echt een hersenschudding.

O: Oh jee, nou gelukkig lag er een mat. Maar als ik het goed begrijp vond je dit het leukste vandaag. Vind je het dan ook fijn dat je dit de hele les mag doen, doordat het een vrije les is?

1: Ja ik vind het fijn dat je ook mag kiezen wat je wilt gaan doen. Want we hadden vroeger best wel vaak dat je dan gewoon meerdere spellen had en dat we moesten door wisselen, en bij sommige dingen denk je dan echt ja super saai. Maar dit is gewoon alles wat je leuk vindt kan je doen.

O: Ok. En wat heb jij getekend? Wat heb je beleefd vandaag?

2: Eh ik heb.. met het zwaaien.

O: En waarom heb je het zwaaien getekend?

2: Omdat ik dat super leuk vond.

O: Ok, dus dat was het leukste van de les van vandaag?

2: Ja.

O: En waarom vond je het zo leuk?

2: Ja je kan gewoon lekker.. het is leuk als je gaat springen en dan.. ja ik weet niet.

O: Gewoon een leuke activiteit?

2: Ja.

O: En jij?

3: Ik heb hetzelfde getekend.

O: En waarom heb je hetzelfde getekend?

3: Omdat het leuk is om te vliegen naar de stok, en ook dat je dan valt haha. Het is gewoon heel spannend.

O: En hoe zouden jullie het dan vinden als het portfolio bij het zwaaien gaan doen?

3: Heel leuk.

O: Zou je het dan ook tekenen als leukste activiteit? Dus als we bij het zwaaien de filmpjes doen, dat je jezelf kan terug kijken en dat je je level opschrijft. En dan vier weken herhalen.

1: Ja dat lijkt mij wel leuk. Maar soms vind ik dat een beetje dat ze te veel uitleg geven dat je dan te weinig nog zelf kan doen. Want ik vond het wel leuk dat je dit keer gewoon een beetje zelf kon uitvogelen hoe het werkte en zo het zwaaien en dat het niet was dat je gelijk met allemaal niveaus enzo. Want ik zou het wel leuk vinden dat we dan de eerste les, net zoals we dan nu vandaag hadden en dan de volgende les dat we het portfolio en de filmpjes erbij doen.

O: Ok dus je zou het zwaaien nog steeds heel leuk vinden met het Portfolio. Maar dan de eerste les van de reeks nog niet. Vind je vier weken dan ook te lang? Dat werd vorige week gezegd.

1: Ja dat is leuk, maar dat er wel nog losse onderdelen zijn dat je niet perse dat moet doen. Misschien één les lang dat je het wel moet doen maar dan dat je de les daarna het niet perse meer hoeft te doen.

O: Ok, en dat is in principe ook hoe we het nu doen hé. Het is niet verplicht. Maar ja, het komt

uiteindelijk wel mee in je rapport.

O: Ik ben heel erg benieuwd wat jullie reden is in een vrije les om wel of niet een onderdeel te doen? Bijvoorbeeld vandaag kiezen jullie veel voor het zwaaien, waarom zou je iets wel of niet kiezen?

1: Nou ik vind het wel fijn als het uitdaging heeft. Dus bijvoorbeeld bij het ringzwaaien was het best wel spannend nu voor de eerste keer. Want je springt zomaar, en je kan zo maar naar beneden vallen.

2: Maar voetbal heeft bij jou ook uitdaging, waarom doe je die niet?

1: Ja voetbal vind ik niet zo leuk nee.

O: Dus de reden om een onderdeel niet te doen is omdat je het niet leuk vindt?

1: Klopt. Vroeger vond ik voetbal wel leuk maar nu niet meer. Vooral omdat al die jongens erin zitten die duwen je gewoon opzij enzo en zij zijn.. Er zitten niet echt kinderen van jou niveau daar dan.

2: Maar dat hoort erbij ook hé bij voetbal.

O: En hoe kunnen we dat dan oplossen? Want ik merk dat je het wel leuk vind maar door andere kinderen het niet gaat doen.

2: Aparte groepjes maken.

1: Ja inderdaad.

O: Aparte groepjes? En hoe kunnen we dat doen in de vrije les? Of moeten we dan weer terug naar de groepjesles?

2: Ja, nee..

1: Ja, maar dat is dan ook weer niet leuk.

O: Want wat is jouw reden dan om iets wel of niet te doen?

1: Want jij gaat ook niet voetballen, terwijl jij wel op voetbal zit en het wel heel leuk vindt.

2: Jawel, jaa.. Maar ehm, mijn vrienden die doen wat anders en dat ga ik dan ook doen.

O: Dus omdat je vrienden iets anders willen doe je het niet?

2: Ja ik vind gewoon, ik vind voetbal wel leuk maar ik vind het zeg maar alleen een sport om te trainen op de club en niet op school.

O: Dat is ok, het is ook anders hé op school. Dus jouw vrienden spelen wel een rol in jouw keuze?

2: Ja.

O: Vind je dat ook fijn dat je die keuze hebt om met je vrienden te gymmen?

2: Ja.

* 1 steekt haar vinger op *

O: Jij mag zo, wat vind jij 3?

3: Ehm..

O: Dus bijvoorbeeld heb je vandaag gevoetbald?

3: Nee.

O: En waarom niet?

3: Omdat, ik was gewoon lekker bezig met E en we waren gewoon een beetje aan het praten en zwaaien enzo. En dat vonden wij super leuk dus ja..

O: Ok, en heb je de wendsprong geoefend?

3: Ehm..

O: Waar het Sportfolio stond.

3: Ik heb het een paar keer gedaan.

O: Ok, en heb je het ook bijgehouden enzo?

3: Oh nee, het was meer even gewoon.. We gingen het meer doen omdat we het gewoon leuk vonden om even te springen enzo.

O: Dus jouw reden om voor iets te kiezen heeft echt te maken met of je het leuk vindt als ik het goed begrijp.

3: Ja dat klopt.

O: Wat wou jij zeggen net?

1: Nou, bijvoorbeeld, ik vind, over dat voetbal. Bijvoorbeeld een wendsprong dat heeft te maken met atletiek enzo en dat vind ik veel leuker dan voetbal en dat is ook een beetje de reden waarom ik het

heb gekozen. Maar stel je voor, je had alleen maar stomme dingen behalve voetbal dan zou ik het wel doen.

O: Dus je belangrijkste motivatie is of je het leuk vind of niet?

1: Jaa.

O: Ok, ik begrijp uit de gesprekken dat iedereen de vrije lessen heel fijn vindt. De kinderen van vorige week gaven dat ook aan, dat jullie er zin in hebben en gemotiveerd zijn. Als dat niet zo is mag je het natuurlijk ook zeggen. Maar wat zorgt er dan voor dat jullie zo gemotiveerd zijn? Wat is de reden dat je er zo'n zin in hebt als je binnenkomt?

1: Je moet niks. Zeg maar, ja je moet wel sporten want het is nou eenmaal gym. Maar, het is niet zo dat je naar een onderdeel móet gaan die je niet leuk vindt. Meestal heb je alleen maar leuke onderdelen en dan kan je ook gewoon één ding de hele les doen omdat je dat leuk vindt.

O: Ok, maar denk je ook dat je daar ook van leert? Als je alleen maar doet wat je leuk vindt. Want stel er is elke week voetbal, dan doe je dat elke week. Dan leer je misschien niet het turngedeelte wat je minder leuk vindt.

1: Ja maar soms hebben we ook lessen dat het wel moet. Laatst hadden we een les met basketbal en dan konden we voetballen en dan konden we alles doen. Dus dat vond ik vooral leuk.

O: Dus die afwisseling in de lessen vind je goed?

1: Ja.

2: Laatst hadden we ook dat er dan zo'n random ding kwam, hockey ofzo.

O: Ohja, allesbal?

1: Jaa dat was echt super leuk, dat wil ik ook nog een keer doen want dat is gewoon. Je zit met je team zo, en dan gaat één iemand terwijl die nog niet mag en dan moet je weer terug. Nee, het is gewoon super grappig en het is ook leuk want het is ook met winnen en verliezen. Ja als je verliest is het misschien wat minder leuk maar het is heel leuk als je wint. Maar het gaat eigenlijk niet om het winnen, het is meer gewoon dat het leuk is om te doen. Dan heb je weer basketbal, en dan hoop je zo dat je wint en dan ja het is gewoon heel grappig.

2: Hockey vond ik het leukst.

1: Ik basketbal.

3: Ik voetbal.

1: Maar daarom ga ik nu ook basketbal oefenen hé.

O: Oh, dat is mooi. Dus die les motiveert jou om nu basketbal te oefenen in een vrije les?

1: Ja.

O: Vorige week werd er ook vaak gezegd, het Sportfolio is leuk maar het maakt de les niet leuker. Kunnen jullie daar iets meer uitleg over geven?

1: Nee dat vind ik ook.

2: Het wordt niet perse leuker, maar het wordt ook niet minder leuk. Het is gewoon zeg maar, ervaring op doen. Je bent niet jarig ofzo.

O: En heb je er wel wat aan?

2: Ja.

O: Kun je dat uitleggen?

2: Eh ja het kan je motiveren. Zo van, o mijn god als mijn ouders zien dat ik helemaal geen voetbal doe dan worden ze boos en dan..

1: Maar dat gebeurt niet.

O: Ok, dus het speelt wel mee dat het op je rapport komt?

2: Ja.

1: Nou ik vind het wel goed dat het op je rapport komt maar ik vind wel, dat het wel iets minder leuk maakt. Want je moet perse in levels enzo, en je moet het perse opschrijven en dat is soms wel een beetje irritant.

O: Dus dat opschrijven en bijhouden vind je minder leuk?

1: Ja, maar ik vind het wel goed dat het op je rapport komt want dan bijvoorbeeld kun je het later

weer terug zien en dat is dan wel weer leuk.

O: Ok, en 3, vorige week werd er gezegd; we worden niet perse beter in bewegen door het Sportfolio? Het is hetzelfde als zonder het Sportfolio. Kun jij dat uitleggen?

3: Nou je wordt niet beter maar dan kan je soms even terugkijken van wat moet ik nog, of wat kan ik nog meer doen. En als je dat dan goed kan, dan kan je er weer meer mee oefenen.

O: Ok, dus je weet beter waar je staat als je begint? Of vind je dat je er wel beter van wordt?

3: Nou, als je kan zien wat je best wel goed hebt gedaan en wat je uitdaging is dan kan je daar mee oefenen en dan wordt je weer beter.

O: En hoe vind je dat je dat zo kan zien in het Sportfolio en op de video's?

3: Ehm, soms is het wel leuk om even terug te kijken van wat je goed hebt gedaan enzo.

O: Ok, en kunnen jullie daar nog iets over zeggen? Of je er beter van wordt, of niet? En waarom?

1: Ja kijk ik vind het wel fijn, de levels en dus dat je kan zien wat je nog kan doen. Maar het is ook weer niet dat je ehm, er zomaar opeens beter van wordt.

O: En waarom niet?

1: Het motiveert je wel meer om een level hoger te halen, maar ja, eigenlijk wordt je dus wel beter maar ja.

O: Ok, nog iets anders. Kinderen gaven vorige week aan dat het saai wordt als je het vier weken lang hetzelfde doet. Je bent natuurlijk niet verplicht, het is in een vrije les. Maar je hebt wel vier weken lang de tijd om de wendsprong te oefenen. Kunnen jullie daar iets over zeggen?

1: Ja ik vind het wel leuk, maar ik zou eerder doen. De eerste week heb je dat, dan de tweede week iets anders, en dan de derde week weer het eerste onderdeel, en dan weer de andere. Tot je uiteindelijk acht weken lang wel elke les toch iets anders doet maar dat je bijvoorbeeld vier weken lang elke maandag dat doet en elke woensdag vier weken lang dat andere doet?

O: Dus wat je zegt is wat meer afwisseling van activiteiten?

1: Ja.

O: Ok, en willen jullie daar wat over zeggen? Zijn jullie het hiermee eens?

2: Nee ik vind het niet saai, het verveelt niet.

O: Dus eigenlijk ben je het er niet mee eens?

2: Nee daar ben ik het niet mee eens.

O: Ok, en hoe komt dat dan dat het niet saai wordt?

2: Nou je kunt altijd nieuwe trucs proberen en meester geeft ook altijd nieuwe tips en trucs van je kan beter dit doen. En dan, als je dan terug kijkt aan het einde van het jaar van; ja ik heb het goed gedaan op dat onderdeel dan ben je ook gewoon trots op jezelf.

O: Wat mooi gezegd. 3, wat is jouw mening erover?

3: Ik vind het wel wat saai..

O: En wat is dan saai?

3: Gewoon het onderdeel.

O: En stel het was ringzwaaien?

3: Ja dat zou ik wel twee jaar kunnen doen.

O: Dus wat je er mee zegt is dat het afhangt van het onderdeel? En of je het leuk vindt?

3: Ja.

1: Misschien is het anders dat we nieuwe levels krijgen. Want bij de wendsprong had ik de eerste les level 4, en daardoor ging ik de tweede les niet nog een keer doen omdat ik het wel.. Ja ik vind het dan niet leuk genoeg zeg maar.

O: Ok, goeie opmerking. Nog één ding over de filmpjes. Er waren vandaag namelijk ook extra beelden. Vinden jullie dat we daar nog iets aan kunnen veranderen?

1: Misschien dat het filmding er naast staat. Naast bijvoorbeeld de kast.

O: Dus dat je jezelf van een andere kant ziet?

1: Ja.

O: Ok, goeie. En wat vind jij van de filmpjes 3? Dat je de levels daarop kan zien en de oefeningen om beter te worden.

3: Ja die vind ik ook saai.

O: En waarom saai?

3: Ik heb er niet veel aan.

O: Dus voor jou is het genoeg als meester het voor doet?

3: Ja.

O: Wil jij nog wat kwijt over de filmpjes, 2?

2: Nee, ik vind het zeg maar neutraal. Het is ook een beetje handig maar het is wel een beetje zeg maar irritant om het terug te kijken. Om dan weer helemaal tijd te verspillen aan het terugkijken zonder dat je het opnieuw kan doen.

O: Dus het heeft twee kanten volgens jou.

2: Ja.

O: Helpt het je wel dat je het terug kan kijken?

2: Ja dat wel.

O: Ik denk dat we een beetje bij het einde van het gesprek zijn gekomen. Willen jullie nog wat kwijt over de verbeteringen of veranderingen van de vrije les of het Sportfolio?

1: Nou ik vind het wel goed zoals het is.

2: Ja we hebben veel verteld, maar ik heb geen goeie tip meer.

1: Je hebt echt een coole horloge trouwens Juf.

EINDE

Opvallend is wel dat per klas andere onderdelen in trek zijn. Ringzwaaien – touwzwaaien/judo/voetbal

Interview 4

22-03-2021

11.45 uur

3 leerlingen uit groep 8 (meisje, jongen, jongen)

Regenboog

Small talk

Toestemming

Inleiding

O: Teken iets wat je beleeft hebt in de vrije les. Schrijf daarna iets op over je tekening.

O: Waar denk je aan bij je tekening?

1: Touwzwaaien vond ik heel leuk vandaag. En ik denk dat ik morgen wel een beetje spierpijn heb, maar dat is goed. Dus het was het leukste onderdeel van vandaag. En het stoeien was ook best wel leuk.

O: Ok, dus je hebt getekend wat je het leukste vond vandaag. Is dat dan voor jou een reden om te kiezen voor zo'n onderdeel in een vrije les? Omdat je het leuk vindt.

1: Ja, ringzwaaien vind ik ook heel leuk. Ik houd er gewoon van om te zwaaien en te vliegen.

2: Lekker snelheid maken.

1: Ja.

O: **Dus jij kiest voor die onderdelen omdat je het leuk vindt?**

1: Ja en ook gewoon omdat ik nog maar één keer in mijn leven met een vliegtuig ben geweest en ik vind het gewoon super grappig om met mijn voeten boven de grond te hangen.

O: Wat heb jij getekend?

2: Ik heb het touwzwaaien en de trapeze getekend.

O: En waarom?

2: Omdat ik het leuk vond, net als voetbal.

O: Ok, dus de leukste dingen van vandaag heb jij getekend.

2: Ja, vooral de trapeze heb ik heel lang gedaan vandaag maar het touwzwaaien was ook leuk.

O: En wat heb jij getekend?

3: Het touwzwaaien want dat vind ik altijd zo leuk. Vooral die ene was heel fijn, die andere kon ik niet zo goed op staan. Maar iedereen wilde daar op. En stoeien was ook leuk maar ik kwam niet echt aan de beurt omdat iedereen wou stoeien.

2: Ik heb niet gestoeid.

O: En waarom niet?

2: Omdat ik heel veel spierpijn heb en ik ben 99% botje en 1% vet, en ik hou gewoon niet zo van stoeien en vechten.

O: Dat is ok. Dus ik begrijp dat, als ik jullie zo hoor, als je binnenkomt in de les, dat je vooral de dingen doet die je leuk vindt.

Allen: Ja.

1: **Maar dat is logisch.**

O: Wat me ook is opgevallen is dat bijna niemand de wendsprong ging oefenen bij het Sportfolio.

1: Ik wel, ik heb het één keer gedaan.

3: Bijna niemand.

1: Ik ging zo, en toen vielen mijn benen bijna helemaal over me heen en toen viel ik bijna op mijn nek. Het was wel grappig.

O: Kunnen jullie uitleggen wat de reden is dat je niet oefent? Want je weet, we gaan het vier weken

oefenen en je krijgt straks een Sportfolio mee.

2: Omdat we het al vaker hebben gedaan en ik kan het al.

O: Ok, dus jij zit in level 4?

2: Ja.

O: Dus jouw reden is; ik heb het al gehaald, dus ik hoef niet meer.

2: Precies.

1: Maar jij bent zo licht als een veertje jij springt er zo over heen.

O: En hoe denk jij daarover, 3?

3: Ehm, ik vind, ik had, ik heb altijd dat stukje van als ik het leuk vind dan ga ik misschien verder.

Maar als ik geforceerd, als ze zeggen dat ik het verder moet doen dan doe ik het misschien maar als het zo'n vrije les is dan doe ik het niet.

O: Je bent ook niet verplicht om het te doen inderdaad. Ben je wel van plan om het de komende weken te oefenen?

3: Misschien als ik niks te doen heb haha.

O: Kan ik dan zeggen dat het ook afhangt van de andere onderdelen in de les?

3: Ja, meestal wel.

2: Ja.

O: En wil jij daar nog wat over zeggen?

1: Zeg maar, als ik een onderdeel niet echt leuk vind of het is zeg maar te vermoeiend.. Als het echt te vermoeiend is bijvoorbeeld 1 min in de zithouding zonder stoel, of 2 minuten hangen aan een touw met je handen. Dat is gewoon te zwaar, dan zeg ik ook gewoon nee dat kan ik niet. En dan wil ik het eigenlijk ook niet leren. Als het te moeilijk is dan wil ik het het liefst gewoon niet doen.

* Allen: wijden uit over de challenge in de zithouding met de klas.*

O: Ok, even terugkomend op het Sportfolio. De kinderen van vorige week gaven aan dat ze eigenlijk altijd gemotiveerd zijn voor de vrije les. Ze vertelden ook dat het Sportfolio de les niet perse leuker maakt. Wat vinden jullie daar van?

2: Ik vind gewoon een extra toevoeging wel leuk.

3: Ik vind gewoon iets wat je moet invoeren voor te laten zien waar je bent.

O: Wat vind je daar van?

3: Niet zo erg, maar het is niet waar ik naar uit kijk ofzo. Het is niet vervelend maar ook niet leuk.

2: Ik kijk uit naar de piepjestest.

2: Soms zijn er best wel stomme onderdelen bij het Sportfolio en dan gaan mensen het niet doen.

1: Ja precies.

O: Dus dat heeft invloed?

3: Ja, wat het is.

2: De wendsprong, ik denk niet dat heel veel mensen dat leuk vinden.

3: Piepjestest.

1: Ja, piepjestest is super leuk.

3: Voor sommige kinderen is het leuk.

* Allen: wijden uit over de piepjestest en Mac Donalds. *

O: Ok, we dwalen weer een beetje af. Vorige week werd ook aangegeven, dat het Sportfolio niet helpt om nog beter te worden. Wat vinden jullie daar van?

3: Mee eens, ik denk niet dat het veel veranderd. Dus misschien, het laat een beetje een voorbeeld zien. Maar verder..

1: Over de filmpjes? Hoe je het moet doen?

O: Of je er beter van wordt.

1: Naja, nee. Want het wordt letterlijk echt uitgelegd zoals meester het normaal voor doet.

3: Het is gewoon een voorbeeld voor als meester er niet is.

O: Is er iets wat jullie eraan zouden veranderen of verbeteren? Het Sportfolio.

2: Misschien.. de piepjestest weghalen? Ik haat de piepjestest.

1: Nee, de piepjestest is juist leuk!

O: Los van de piepjestest, vinden jullie het goed gaan zo?

2: Ja.

1: Als de meester een beetje moe is.

O: Dat is niet de reden waarom we dit doen. We hopen dat jullie zelf je doelen stellen en het plannen over de lessen. Zodat je ook wat bewuster wordt van wat je al kan en wat je leuk vindt.

2: Maar dan kan ik ook gewoon overal level 4 invullen.

O: Nee want als meester ziet dat je jezelf verkeerd inschat gaat hij het zeker even met je bespreken.

2: Ja want anders kan je jezelf voor doen als een geweldige leerling.

O: Nog even over de vrije les. Ik hoor veel dat jullie keuze voor een onderdeel afhangt van wat je vrienden doen. Vorige week kwam er ook ter sprake dat je soms een groepje nodig hebt, en dat je dus niet genoeg mensen hebt die mee willen doen. Hoe los je dat op?

2: Niet doen.

3: Gewoon niet het spelletje doen en dan wat anders doen. En misschien, andere mensen erbij halen om te vragen. En als ze dan niet willen dan doe je wat anders.

2: Maar meestal willen wel kinderen mee doen.

O: En gaat het dan goed zoals het nu gaat?

3: Ja.

1: Ja, ja. We kennen de kinderen ook.

O: En hoe gaat het samenwerken verder in de les?

2: Nou je hebt soms wel zulke opdrachten, dan moet je op elkaar gaan staan. Hoe heet dat ook al weer? Yoga ofzo?

O: Acrobatiek.

2: Ja.

* Allen: wijden uit over blessures. *

O: Ik heb nog één stelling, want ik merk heel erg dat er gekozen wordt op basis van of je het leuk vindt. Dus ik kies voetbal, want ik vind voetbal heel erg leuk. Maar dat betekent misschien ook dat je heel goed wordt in één onderdeel, omdat je de rest niet oefent. Ben je het eens met de stelling dat je niet leert als je het niet leuk vindt?

2: Nee, ik ben het er niet mee eens want ik vond in het begin trapeze zwaaien ook niet leuk. Maar naarmate je het doet wordt je er beter in en als je er beter in wordt ga je het leuker vinden.

O: Ok, en hoe kwam het dan dat je het wel ging doen?

2: Omdat ik het wel interessant vond en niks anders te doen had.

O: Dus je bent het uiteindelijk wel zelf gaan doen?

2: Ja.

3: En door vrienden denk ik?

1: Ja want wat het ook is, zeg maar met mij met Engels. Ik was vroeger, er totaal niet geïnteresseerd. En dan moest ik leren tellen van mijn moeder. Maar toen ging ik denken van ja ik moet het toch leren want ik wil ook op reis enzo en toen ging ik het toch leren en nu word ik heel vaak uitgekozen voor bijvoorbeeld een Engelse rondleiding.

O: En herken je dit ook in de gymles?

2: Ja.

1: Ja zeg maar, ik ging zeg maar van de handstand helemaal niet kunnen en door mijn handen zakken naar de handstand wel kunnen en niet goed landen.

O: En wat was dan jouw reden om het toch te doen?

1: Ja, omdat ik dacht van ja aan de ene kant vind ik het wel leuk om gewoon dingen te leren qua sport enzo.

O: Ok, dus ik hoor nu toch ook weer wat anders. Dat naast dat je het leuk vind dat je soms ook even doorzet omdat je het interessant vindt en als je dan beter wordt dan wordt het dus leuker. Klopt dat?

1/2: Ja.

O: Klopt het dan dat het leuker wordt als je beter wordt?

1/2: Ja!

O: Wil jij daar nog wat over zeggen, 3?

3: Niet echt.

1: Hoe het mens eigenlijk is gemaakt, wat de meeste mensen doen. Is dat als je het niet kan dan vind je het niet leuk.

3: Ja maar dan gaat niemand iets doen. Dan doet niemand iets.

O: Dat is vaak wel wat je vaak hoort.

3: Meestal wel ja. Dus soms moet je er ook even doorheen.

EINDE

Interview 5

29-03-2021

11.00 uur

3 leerlingen uit groep 7 (jongen, jongen, meisje)

Regenboog

Small talk

Toestemming

Inleiding

O: Allereerst ben ik benieuwd naar de vraag, waarom heb je vandaag wel de wendsprong geoefend en vorige week niet? Dus de wendsprong is wat we bij het Sportfolio doen.

1: Ik heb het vorige week heel even geoefend, en vandaag wel langer. Maar ik vind het eng.

O: Je vind het eng?

1: Ja want als ik zo ga, en dan met mijn benen recht, dan denk ik dat ik naar achter ga.

O: Ok, maar toch oefen je het wel. Wat is daar de reden van, dat je vandaag ging oefenen?

1: Ik weet niet, ik ging gewoon oefenen. Ik had er zin in.

O: Ok, en jij? Waarom heb je het vandaag geoefend? Want vorige week heb je het niet gedaan.

2: Nee klopt, ik heb het vorige week niet gedaan, vandaag wel. De eerste week heb ik het ook gedaan.

O: Vorige week liet meester het helemaal vrij om te oefenen, vandaag ging meester wat meer helpen. Maakt dat uit?

2: Ik ging vandaag wel oefenen omdat ik gewoon wil leren. Ik ben een beetje zwaar enzo en dan is het moeilijker als ik spring, dan moet ik veel kracht zetten. Stel je voor je bent licht, dan is het juist heel makkelijk.

O: Ok, en waarom ging je dan vorige week niet oefenen?

2: Ja, ik vond het toen nog niet.. Volgens mij ging ik wel oefenen. Had u toen die ene schoenen aan?

O: Ja, klopt.

1: Ik heb ook Jordans.

2: Toen ging ik inderdaad niet oefenen, eh ja..

O: Toen was de het bij de wendsprong veel vrijer.

2: Het was misschien te vrij. En we hadden ook voetbal enzo, en we hebben bijna nooit voetbal bij gym.

1: Ja, we hebben misschien één keer per half jaar voetbal. Of verstoppertje houden we ook heel veel van.

O: Ok, dus het kwam omdat een ander spel leuker was? En omdat het te vrij was? Dat je te weinig hulp kreeg?

2: Ja. Nee, ik wou het gewoon niet.

O: Ok. En jij? Waarom heb jij het vandaag niet gedaan?

3: Ik heb het.. Meester heeft helemaal niet mijn naam opgenoemd dus ik ben helemaal niet wezen springen.

O: Maar volgens mij heeft meester geen enkele naam genoemd.

3: Jawel, hij heeft gezegd; 'iedereen van dit groepje..'

O: Volgens mij heeft meester aan het begin van de les verteld dat je je moest inschrijven voor een les. Dus volgens mij lag het niet aan meester. Maar goed, jij hebt dat gemist. Had je dan niet zoiets van ik wil het alsnog oefenen?

3: De les was over, ik dacht dat ik misschien in één van de laatste groepjes zat.

O: Ok. En hoe kun je dat oplossen? Als je de uitleg mist van de meester.

3: Ik heb geen idee.

O: Hebben jullie een tip?

2: Misschien, de volgende keer als je weer gym hebt wat langer oefenen omdat je vandaag niet hebt geoefend.

1: Of gewoon even vragen aan de meester of aan andere kinderen.

O: Ok, goed. We doen de afgelopen weken steeds een vrije les, dus dat je zelf mag kiezen wat je op welk moment doet. Wat leren jullie in zo'n les?

2: De wendsprong.

O: Ok, nog meer?

2: Nou kijk, ik leer anders omdat ik een beetje zwaar ben. Ik zat eigenlijk in level 2 maar dan moet ik nog steeds springen, dan op mijn voeten landen en daarna moet ik dat steeds sneller doen.

Waardoor ik steeds sneller gewend wordt.

1: Ik ben in level 4, die ben ik nu aan het oefenen.

O: Ok, snappen jullie wat ik bedoel met de vrije les? Dus het gaat niet alleen over het Sportfolio. Maar ook over de andere onderdelen, en dat je zelf mag kiezen wat je doet.

1: Eh.. je leert ook andere dingen, andere spellen. Ik doe bijna elke keer wel iets anders.

O: Ok, dus omdat je elke keer wat anders doet leer je veel verschillende activiteiten?

1: Ja. En als de meester zegt wat je moet doen, dat we in groepjes zitten. Dan is het niet leuk. Het is leuker als je zelf je sport mag kiezen, dat vind ik.

O: Ok, heel goed. Wat leer jij in zo'n les als vandaag?

3: Ehm, er zit nooit iets tussen wat je super leuk vindt dus dan ga je meestal naar het eerste wat je opvalt. Dus bijvoorbeeld naar het klimmen dat heb ik de hele tijd gedaan en daar leer je ook weer iets van.

O: Ok, prima.

O: Worden jullie ook beter in bewegen in zo'n les denk je? Of maakt het geen verschil?

1: Ja, want je doet wel veel. Als je bijvoorbeeld één sport elke keer doet in de vrije les dan is het ook weer niet goed, maar dat mogen we zelf weten maar.. Ik vind het niet fijn om elke keer hetzelfde te doen, ook wel leuk om iets anders te doen.

2: Ja.

O: Dus je gaat wel vooruit in bewegen?

1/2: Ja.

1: Bijvoorbeeld met voetbal doe ik heel veel, buiten ook.

2: Het is leuk als dan je één keertje basketbal doet ofzo.

O: Ok, en vinden jullie niet dat je te veel vrijheid hebt? Vorige week viel het me op dat er ook een aantal kinderen veel aan het kletsen waren, en alles maar heel kort uitprobeerden, ze gaven het snel op, en daardoor bewogen ze niet zo veel. Is het niet te vrij?

1: Jawel, maar ik heb er zelf geen last van. Ik vind het zelf heel leuk.

2: Ja.

1: Als je zo'n les bijvoorbeeld alleen maar praat ja dan begrijp ik het wel, dan moet meester weer gewoon echt lesgeven. Dat hij dan bepaalt wat wij gaan doen, in groepjes.

O: Ok, dus wat je zegt; het verschilt per leerling?

1: Ja, maar het maakt voor mij niet heel veel uit wat ik doe. Ik vind altijd gym gewoon leuk, dat is m'n lievelingsvak.

O: En hoe vind jij dat? Is het voor jou te vrij? Want jij hebt de hele les hetzelfde gedaan.

3: Niet persé, maar soms praten hun ook gewoon over turnen die kinderen. Dus hoe je je handen moet neerzetten ofzo.

1: Ik zie wel, de meiden praten wel heel veel. Dan gaan ze bijvoorbeeld.. er was vandaag ook een groepje die gingen eigenlijk alleen maar een klein beetje te springen en ook heel veel praten. Dat zie ik heel veel.

O: Is dat dan anders in een groepjesles?

1: Nee, dan is dat niet. Kijk bij vrije spelen praat ik ook wel soms, maar als meester uitleg geeft praat ik soms ook wel maar dan durf ik het wel minder.

2: Ik heb maar één keertje vrij in de hele week, als ik voetbal bij gym of buiten dan heb ik eigenlijk alleen woensdag maar vrij. Want de andere keren dat ik voetbal is het training.

O: Wat me ook is opgevallen, dat bij de ene klas een onderdeel populairder is dan bij de andere klas. Dus jullie waren vorige week veel aan het trapezezwaaien. En de andere klas ging vooral naar het stoeien en touwzwaaien. Hoe komt dat volgens jullie?

1: Misschien houden ze in groep 8 gewoon meer van stoeien.

2: Ik deed ook gewoon stoeien.

1: Ja ik ook wel een beetje. Maar bij de trapeze misschien durven ze niet. Ik durf het zelf niet.

2: Ik durf het ook niet, als ik heel hoog spring en ik maak een fout en ik land op m'n knieën. Dan voel ik mijn knieën niet meer.

O: Ok, wat er vorige week ook gezegd werd; dat het Sportfolio minder leuk is dan onderdelen zonder Sportfolio, omdat je wordt beperkt door de levels. Dus bij het Sportfolio heb je minder vrijheid om zelf regels te bepalen, of een sprong te bedenken, in vergelijking met andere onderdelen.

1: Ja maar ik vind het juist leuk met levels, want je gaat steeds een stapje hoger.

2: Ja, maar ik doe het in stappen. Zeg maar, je moet eerst dit doen, en dan heb je level 1..

1: Bijvoorbeeld ik leer de stapjes eerst, en daarna doe ik het gewoon tegelijk. En dan leer je het.

2: Ja, ik heb dan level 1. En daarna doe ik level 2 ook weer in stapjes.

1: Maar level 4 durf ik niet met stapjes, want dan moet je recht en dat kan ik niet.

O: Maar als ik het zo hoor vinden jullie het dus wel prettig werken. Wat vind jij er dan van 3?

3: Ik vind het niet persé vervelend, levels zijn wel handig maar soms ik wil ook gewoon zelf een manier verzinnen om het te doen.

O: Dus je bent het een beetje eens met deze jongens en ook met de kinderen van vorige week.

3: Ja klopt.

O: Er werd ook gezegd dat het Sportfolio een vervanger is van de uitleg van meester. Het Sportfolio bestaat uit een instructie-filmpje, oefeningen, het invullen en je kan jezelf terugkijken. Zien jullie dat ook zo of heb je daar een andere mening over?

2: Nee.

1: Nee, nooit. Meester kan ondertussen ook andere kinderen helpen. Bijvoorbeeld, wij gaan springen en dan heeft het niet heel veel zin als meester er gaat staan. Want dan kan hij gewoon iemand anders helpen, en ik vind het wel goed zo hoor. Ik denk niet dat meester het doet omdat hij lui is.

O: Ok, het Sportfolio bestaat natuurlijk ook niet alleen uit een uitleg van de oefening. Hoe zie jij dat 3?

3: Meester kan niet iedereen helpen op hetzelfde moment.

O: Ok, laatste vraag. Als je hulp wilt in de les? Bijvoorbeeld omdat iets niet lukt, of omdat je beter wilt worden. Hoe los je dat op?

1: Dan vraag ik het aan de meester of aan andere kinderen die het wel goed kunnen.

O: Ok, nog meer?

1: De filmbeelden.

2: Ja daar heb ik wel wat aan.

3: Ik soms ook niet, soms vind ik het wel fijn dat iemand het gewoon laat zien.

O: Dus als ik jullie hoor zijn er wel genoeg opties om hulp te krijgen?

1: Ja.

2: Bij mij helpt meester altijd omdat ik een beetje zwaar ben dan doet ie zeg maar uhm.. hoe heet dat. Dat hij het verandert voor mij.

1: Om het makkelijker te maken.

O: Vind je dat fijn?

2: Ja.

O: Heb je het idee dat daar genoeg tijd en ruimte voor is in de vrije les?

2: Ja best wel.

O: Fijn.

EINDE

Interview 6

29-03-2021

11.45 uur

3 leerlingen uit groep 8 (meisje, meisje, jongen)

Regenboog

Small talk

Toestemming

Inleiding

O: Allereerst ben ik benieuwd naar, ik noem het even de vrije les. Dus wat we vandaag, en de afgelopen weken doen. De lessen waarbij je zelf kiest wat je doet, met wie en hoe lang. Wat leren jullie in de vrije les?

1: Ik denk dat je dan creatief bent, omdat je zeg maar eigen spellen kan verzinnen. Dus als je buiten bent en je hebt materiaal, dan kan je er toch iets van maken.

O: Ok, mooi. Hebben jullie daar aanvullingen op?

2: Nee ik denk wat 1 zegt, dat dat wel waar is.

O: Mooi. Ben jij het daar ook mee eens? Wat leer jij in de les?

3: Ja, zeg maar.. hetzelfde als 1.

O: Ok, en wordt je beter in bewegen in de vrije gymles?

3: Ja, soms wel ja.

O: Hoe wordt je dan beter?

3: Gewoon, zo lang mogelijk doorgaan met iets.

O: Ok, dus veel oefenen?

2: Het ligt er ook aan wat voor materiaal meester Sven dan neer legt. Want sommige dingen vind ik dan wel leuk en sommige wat minder.

O: Ok, en wat voor invloed heeft dat? Dus of je het wel of niet leuk vindt.

2: Nou zeg maar, hoe moet ik dat uitleggen.

1: Gewoon saai.

2: Ja saai, dan heb je niks te doen en dan blijf je dan maar gewoon rondlopen ofzo alsof je dan iets doet.

O: Ok, dus ik begrijp; als iets saai is, ga je het niet doen?

2: Ja, omdat het niet leuk is.

O: Ok, en dan loop je rond. Dat viel mij vorige week ook op, dus dan komen we meteen bij mijn volgende onderwerp. Ik zie vaak veel kinderen druk bezig, maar ook een aantal die aan het kletsen zijn, die rondlopen, en alle spelletjes maar heel kort of niet spelen. Is de vrije les volgens jullie niet té vrij?

1: Ik vind het wel leuk dat dan één onderdeel moet, want dan weet je een beetje waar je aan toe bent. Alleen ik vind het idee dat je zelf mag kiezen super leuk maar dan moeten er wel leuke dingen te doen zijn. Want er was nu één leuk ding, en dat moet dan. En dat mocht je vandaag niet de hele tijd doen. En ik wilde niet persé iets nieuws leren, maar het is gewoon leuk om te springen. Alleen voor de rest kan je dan niet echt iets anders doen want dat vind ik dan saai.

O: Ok, dus is het dan wel of niet te vrij volgens jullie?

3: Het is wel leuk, maar dan met leuke onderdelen.

2: Vorige week vond ik het wel leuk met stoeien.

1: Ja ik vond het toen leuk met die rekstok enzo.

2: Dus vorige week waren er leukere onderdelen dan vandaag.

O: Ok, dus kan ik concluderen dat als het minder leuke onderdelen zijn het soms te vrij wordt?

2: Ja.

O: Jullie gaan vanzelf al langs al mijn onderwerpen. Want mijn volgende vraag gaat over de onderdelen in de les. Vorige week was bijna de hele klas aan het stoeien en touwzwaaien, maar bij de andere klas vonden ze het trapezezwaaien veel interessanter. Hoe denken jullie dat dat kan? Dat het bij de ene groep bij een onderdeel veel drukker is dan bij de andere groep.

3: Bijvoorbeeld, stel je voor ik vind voetbal leuk en de andere kinderen hebben een andere mening omdat ze iets anders leuker vinden.

O: Ok, dus door een andere mening.

1: Ik denk ook, omdat we iets groter zijn en wij doen niet meer dat agressie en huilen maar een beetje met elkaar zitten te vechten dat vinden we dan wel leuk.

O: Ah ok, wou jij daar nog wat over zeggen 2?

2: Nee eigenlijk wat zij zeggen, daar ben ik het helemaal mee eens.

O: Prima. Wat me vorige week ook op viel, bijna niemand ging de wendsprong oefenen. En dat is ok, maar vandaag gingen er wel veel meer mensen er mee aan de slag. Wat is daar de reden voor?

1: Omdat de andere onderdelen gewoon echt niet zo heel erg interessant waren. En bij de andere les had je stoeien en trapeze zwaaien en voetbal, en dat is gewoon leuk. En dan ga je ook niet de wendsprong doen als je iets anders leukers kan doen.

O: Ok, wilde jij ook antwoord geven?

3: Een beetje dezelfde mening.

O: Ok, vandaag kon je ervoor kiezen om met meester en een groepje van jouw niveau te oefenen om een level hoger te komen. Vorige week was het helemaal vrij, en kon je zelf aan de slag met de video's met de uitleg en oefeningen, je werd opgenomen en je kon zelf het Sportfolio invullen. Wat voor invloed heeft dat? De manier waarop je te werk kan gaan? Dus het verschil met vorige week.

1: Ik denk wel dat meester, als iemand het wilde oefenen vorige week dat hij alsnog zou helpen dus ik denk niet dat je minder hulp krijgt. Maar ik vind het wel fijn dat je echt zelf mag bepalen of je er echt wel zin in hebt. Maar vandaag dacht ik, ik hoef het niet te doen dus dan ga ik het ook niet doen. Maar er was niks anders leuks, dus dan ging ik het toch maar wel doen.

O: Ok, dus het maakt niet zo veel verschil als ik het zo hoor.

1: Ja klopt.

O: Dus stel, deze les zouden we hetzelfde doen als vorige week. Dus de onderdelen van vandaag, en dat meester dan zegt; dit zijn de filmpjes, Sportfolio, succes! Zou je het dan ook doen?

1: Dan zou ik het denk ik wel doen. Ik vond het niet echt een hele interessante les, nou het was wel een beetje leuk maar bijvoorbeeld bij lummelen dan lopen er mensen weg en dan opeens komen er weer anderen terug. Dus dan zou ik wel springen want dan kan je zelf wel andere sprongen bedenken en dat is leuk.

O: Ok, over dat gaan en komen van mensen bij spellen, dit werd in een ander interview ook gezegd. In een groepjesles heb je er geen last van omdat je standaard in een groepje zit ingedeeld. Hoe vinden jullie dat in een vrije les, dat je af en toe mensen nodig hebt maar je hebt niet genoeg?

1: Nou, ik denk dat er altijd wel mensen zijn. Als je iemand ziet rondlopen vraag je gewoon doe je mee en dan doen ze mee. Alleen nu was het vooral zo, nu was je de lummel, dan liep je weg, dan was iemand anders de lummel en dan kwamen ze weer terug. Dus dat is dan niet heel erg leuk want dan kan je gewoon wegllopen en dat is denk ik het enige nadeel.

O: En hoe kunnen we dat oplossen?

3: Dat je een onderdeel voor een bepaalde tijd moet doen.

1: Ja dat je wel zelf mag kiezen wat je gaat doen, maar als je er bent dat je er dan bijvoorbeeld 10 minuten bent en niet weg kan gaan. Naja mag wel maar liever dat je gewoon 10 minuten blijft. Dus

dat je bijvoorbeeld denkt nou ik wil wel nu 10 minuten de wendsprong doen, en dan kan je niet toch even weglopen.

O: Dus eigenlijk, hoe het vandaag bij de wendsprong ging, zouden jullie ook wel willen bij de andere onderdelen?

1: Ja, die tijd. Je mag wel zelf kiezen, alleen dan kan je niet de hele tijd kiezen.

O: Dus dan wordt de vrijheid toch een beetje beperkt. Misschien is dat ook een oplossing voor het kletsen, haha.

1: Kletsen is ook leuk.

O: Vorige week werd ook gezegd, dat je in de vrije les altijd zelf de regels mag bedenken en bijvoorbeeld hoe je springt. En het Sportfolio zou jullie daar dan weer in beperken door de levels, want dan moet het er toch op een bepaalde manier uitzien. Hoe zien jullie dat?

2: Nou ik vind het veel chiller dan dat je cijfer krijgt zeg maar. Want op normale scholen, zoals bij de *, daar zat ik op. Dan kreeg je in plaats van levels cijfers. Dus dan vind ik levels veel fijner.

O: En waarom?

2: Omdat je dan zeg maar gewoon het op je eigen tempo kan doen. Bijvoorbeeld, als je dan meteen een vier krijgt, dan weet je niet waarom en als je level 2 doet, dan weet je wat je moet aanpassen.

O: Ok, dus je vindt de levels wel fijn.

2: Ja.

O: Top, wat vinden jullie daar van?

1: Nou ik vind de levels wel fijn maar soms denk ik, ik wil wel springen maar ik wil niet level 4 halen want dan denk ik wat kan ik daarmee. Het is leuk, als je buiten speelt om ergens overheen te springen maar je hoeft dan niet ook nog een hele grote radslag te maken.

2/3: *lachen instemmend*

1: Dus meer dat je dan iets zou bedenken van nou je moet in één keer over de kast heen springen, zonder je handen ofzo, dat is ook wel leuk. Maar ja, levels ja.. Cijfers. Ik vind de levels zelf heel fijn, ik zou niet cijfers willen maar.. of niks. Ja dat je zelf mag kiezen.

2: Gewoon challenges.

1: Ja of challenges, het lijkt wel op levels maar, ja ik weet niet. Dat je ook een level zelf mag bedenken, zo van ja dat vind ik ook leuk.

O: Ok, dus eigenlijk wil je toch wat meer vrijheid daarin?

1: Ja.

O: Er werd vorige week ook gezegd dat het Sportfolio hetzelfde is als de uitleg van meester. En het Sportfolio bestaat uit twee filmpjes, het invullen, de beelden van jezelf. Zijn jullie het met de andere kinderen eens? Dus is het een vervanging voor de uitleg?

1: Nou ik vind, de uitleg duurt bij ons altijd best wel lang omdat kinderen erdoor heen praten en dan is al 10 minuten van je les weg. Dus het is wel leuker, gewoon geen uitleg en gewoon uitzoeken want daar leer je ook iets van.

O: En wat leer je daar van?

1: Nou om zelf dingen te bedenken weer. En misschien, je leert het te lezen en daarna te doen.

O: Ok. Nog even over de vrije les, los van het Sportfolio. Wordt jij beter in bewegen in een vrije les?

3: Soms wel en soms niet.

O: En waarom wel of niet?

3: Bij voetbal heb ik het soms wel, maar bij stoeien..

2: Ja bij stoeien, dan gingen maar twee mensen op de mat en de rest ging allemaal gewoon aanmoedigen, dus dan leer je wat minder.

O: En waarom leer je minder?

2: Omdat steeds, heel veel mensen willen en dan heb je eigenlijk heel weinig de kans om op de mat te komen en dan te stoeien.

O: Dus je kwam niet aan de beurt?

2: Klopt.

O: En dan ben je de halve les aan het wachten bedoel je?

2: Ja.

O: Komt dat dan ook door de vrije les?

2: Ik denk het wel.

O: En kunnen we dat oplossen?

2: Nou het was meer zo van, de winnaar bleef staan en dan waren dat meestal ... of ... want die zijn heel sterk en dan duwen zij iedereen weg. Dus dat is dan wel lastig.

O: Ja, en was er dan geen regel voor de winnaars?

2: Nee.

O: Maar dat is wel aan jullie dan toch, om daar iets op te verzinnen?

1: Ja.

O: En lukt dat ook?

2: Je hebt zeg maar van die drukke kinderen en die willen dan gelijk doen zonder de regels zeg maar.

1: Die willen gelijk beginnen.

O: Dus wat is er nodig?

1: Een groepsgepraak.

2: Overleg over de regels.

O: Dit brengt ons weer bij een ander onderwerp, in een eerder interview werd er ook gezegd dat je in een vrije les soms wordt buitengesloten omdat er bijvoorbeeld vier mensen nodig zijn bij een onderdeel, en dan ben jij bijvoorbeeld de vijfde. Hoe ervaren jullie dat?

2: Ik heb dat niet echt heel vaak meegemaakt.

1: Nee volgens mij niet. Wel gewoon, ik snap wel dat als je met z'n tienden bent dat het dan niet heel handig is als er dan nog een elfde bij komt.

O: Maar jullie lopen daar niet steeds tegen aan in een vrije les?

3: Nee.

2: Dat valt wel mee.

1: Anders wisselen we wel door, zeg maar, als er één iemand af is dan kan die eruit. Dan kan de eerste erin en dan achter aan sluiten.

O: Als ik het zo hoor regelen jullie al heel veel zelf in de vrije les, en gaat dat ook goed.

3: Ja, opzich wel.

O: Fijn. Hebben jullie ook het idee dat je inbreng hebt in de les? Dat je zelf dingen mag bepalen?

1: Ja, en dat vind ik leuk.

2: Af en toe verzint meester Sven van die gekke, rare spellen.

1: Dat je denkt, waarom?

2: Ja, en af en toe zijn ze leuk en af en toe zijn ze echt saai. Maar als we dan niet vrij spel hebben, dan in groepjes, dan moet je dan bijvoorbeeld vijf minuten doen en dat is dan saai. Dus het is wel chill dat je je eigen spel kan verzinnen.

O: Dus dat zelf verzinnen, mag in de vrije les wel?

2: Ja dat wel.

O: En in de groepjesles niet?

1/2: Nee.

O: Top, een laatste vraag en dan heb ik alles besproken. Als je hulp nodig hebt, dus er lukt iets niet, hoe los je dat op?

3: Vragen aan iemand anders bijvoorbeeld aan meester Sven wat je moet doen.

O: Ok, en als meester Sven iemand anders aan het helpen is?

3: Ja stel je voor, hij geeft uitleg, dan kan je wel gewoon opletten en dan als je het nog steeds niet weet kan je vragen aan de mensen die in je groepje zitten.

O: Ok, dus je kan het ook aan andere kinderen vragen.

1: Ja, en bijvoorbeeld ... is heel goed in dat springen en dan zou ik misschien aan ... vragen; 'Hoe moet ik dat nou doen?'.

O: Ok. En heeft Sportfolio daar nog invloed op? De filmpjes en de filmbeelden van jezelf?

2: Sportfolio vind ik meer dat je reflecteert, over jezelf. Hoe je het doet, welk level je hebt. En het heeft niet echt heel veel invloed over wat je doet.

1: Ja het is gewoon, dat filmpje nou dat moet je doen en dat is het maar ik denk dat niemand eigenlijk ooit die oefeningen zou gaan doen om beter te worden.

2: Ja dat klopt, niemand oefent.

1: Wel als de opdracht is doe de oefeningen op de filmpjes.

O: Dat was vandaag wel meer.

1: Ja, maar we moesten ook een keer de handstand leren en dan moest je bepaalde oefeningen doen om dat te kunnen en dan moest je die filmpjes wel gaan kijken. Maar nu is het een extra toevoeging en bij ons is het meestal; hoe minder, hoe beter.

3: Haha, ja dat is waar,

O: Vinden jullie het wel goed zo dan, hoe het Sportfolio nu is? Of zou je iets willen veranderen?

1: Ja is wel prima, ik kan niet echt.. Het is wel lastig zeg maar, om iets anders te bedenken.

O: Je bedoelt dat je die vrijheid niet hebt? Om een andere sprong te doen over de kast bijvoorbeeld?

1: Ja.

O: Maar die heb je wel bij de andere onderdelen toch?

1: Ja.

O: Wat vind jij van het Sportfolio 3?

3: Ja, ik vind het wel goed zo en leuk dat er een Sportfolio überhaupt is op onze school.

O: Dat vind ik ook, ik zou er ook wel één willen op mijn school.

1: Op welke school zit jij dan?

...

EINDE

Interview 7

12-04-2021

11.00 uur

3 leerlingen uit groep 7 (meisje, jongen, jongen)

Regenboog

Small talk

Toestemming

Inleiding

O: Hoe vonden jullie de afgelopen vier weken? De vrije lessen met het Sportfolio.

1: Dus dan gaat het over die sprong?

O: Over de gehele les, de vrije les met het Sportfolio erbij.

1: Ik vond het zelf super leuk om te doen, vooral omdat je zelf mocht kiezen. Bij de wendsprong had ik aan het begin, vond ik het best wel lastig, toen ging ik steeds hoger en rechter. Dus eh, ja dat vond ik wel heel leuk. En toen ging ik oefenen voor level 4, dus dan zo recht mogelijk. En daarna wilde ik weer een uitdaging, toen gingen we vandaag de kast draaien. Dus de lange kant zo, en dat vond ik nog wel lastig en toen had ik gevraagd of ik matten erbij mocht, en dat mocht. En de ringen vond ik zelf wel heel leuk om te doen omdat ik daar veel trucs kan. En het touwzwaaien ook, omdat je daar wel veel kracht moest gebruiken, dus het was af en toe wel een uitdaging. Maar als je het eenmaal kon was het wel heel leuk om te doen. Vandaag heb ik vier verschillende spellen gedaan, nog één keer het koningsspel.

O: Ok, dus je hebt veel verschillende dingen gedaan vandaag.

1: Ja, en ik vond het heel leuk.

O: Top, en wat hebben jullie geleerd van het Sportfolio? Naast dat je de wendsprong zelf leert, wat leer je er nog meer van?

1: Nou je leert dat je steeds verder kan gaan, dus ehm, je wordt steeds beter als je maar oefent. Dus niet dat je zegt van ehm ja ik oefen dit één keer en dan kan ik het. Maar het is vooral ook dat je dan ehm, want ik begon zoals ik al zei heel slecht, of naja slecht. Ik begon niet zo heel goed, en ik ging toen meer oefenen, en nu kan ik de wendsprong heel recht en lang en mooi. Dus dat vind ik wel leuk.

O: Ok, fijn. Hebben jullie nog iets geleerd van het Sportfolio? Wat leer je er volgens jou van?

2: Ehm, stel je voor je vind iets lastig bijvoorbeeld je bent bij level 2 en je wilt naar level 3, dan kan je daar nog veel meer tips leren en je kan opnieuw bekijken wat je heel lastig vindt.

O: Mooi, en jij?

3: Nou ik vond bijvoorbeeld met de wendsprong ben ik van level 1 helemaal bij level 3 gekomen. En ik vind het ook gewoon leuk dat je zelf mag kiezen.

O: Fijn, wat hebben jullie zelfstandig gedaan de afgelopen weken? Dus in de hele les, wat regel je dan allemaal zelf?

1: Ehm nou je mag zeg maar kiezen, dus ik doe meestal alle spelletjes die ik zelf heel leuk vind. En eh dan ga ik bijvoorbeeld naar de ringen, en dan ga ik allemaal trucs oefenen die ik nog niet kan of wat lastiger vind. En bijvoorbeeld bij de wendsprong, dan ga ik bij mezelf steeds dat ik denk van ok ik moet harder springen, harder rennen en je handen verder weg zeggen. En dan ga ik dat dus proberen en dan lukt het nog beter, en dan lukt het.

O: Ok, mooi. Kunnen jullie daar nog wat over zeggen? Wat doe je allemaal zelf in de vrije les?

2: Ehm, stel je voor. Eigenlijk krijg je gewoon veel meer vrijheid. Want vaak moeten we gewoon één spelletje kiezen dus dan zegt de meester je moet dit spel doen. Maar in deze lessen mag je ook wel ja, zelf kiezen.

O: En wat vind je daar van?

2: Heel fijn.

O: En waarom?

2: Ja, ik weet het niet echt maar je hebt gewoon meer vrijheid.

O: Dus die vrijheid vind je wel prettig?

2: Ja.

O: Wat wil je zeggen 3?

3: Nou bijvoorbeeld, als je zelf mag kiezen doe ik meestal gewoon alles wat er is.

O: Ok, dat is wel grappig want vorige week werd er ook gezegd; als je één les hetzelfde onderdeel doet, dat is niet goed want dan leer je niet. Hoe staan jullie daarin? Want jij zegt ik doe alle onderdelen. Vertel.

3: Nou ik vind bijvoorbeeld als je steeds hetzelfde doet, dan ga je het uiteindelijk misschien zelf wel saaier vinden. Maar uiteindelijk ga je misschien ook wel zelf het spel spelen.

O: Hoe bedoel je dat?

3: Nou een paar dagen geleden kregen we bijvoorbeeld een frisbee van meester en bijvoorbeeld toen ging ik met mijn vrienden de frisbee overgooien, dus hetzelfde spel als in de gymles.

O: Ok, wat wou jij zeggen 1?

2: Nou als we bij de gymles echt een spel doen, maar echt gewoon één spel met het hele lokaal. Dan leer je er niet echt zoveel van, alleen je wordt in dat spel beter. Maar als je zelf mag kiezen, dan kan je bijvoorbeeld twee spellen leren.

1: Ik vind dat je best wel één spel de hele les kan doen, dat mag, je leert er nog steeds van. Het is niet dat je er niet van leert, maar als je meer spelletjes leert kan je nog meer leren dus. Ja, het is niet erg als je de hele les één spel doet, stel je doet met de hele klas voetbal en ik ben niet zo goed in voetbal, dan leer ik daar wel van. En kinderen die juist goed zijn kunnen wel meer leren van één spelletje. En stel als je de hele les één spel speelt dan ben je meer geconcentreerd in dat ene spel.

O: Ok, want in zo'n les als nu, plan je zelf je eigen gymles, daar ben je zelf verantwoordelijk voor. Je kiest zelf wat je doet. Dus je bent ook verantwoordelijk voor je eigen leerproces, ben je je daar bewust van in de gymles?

1: Nou ik vind het vooral leuk om te doen, maar ik ben me er wel bewust van.

O: Ben je dan ook bewust de onderdelen aan het kiezen?

1: Ja.

O: Je kan natuurlijk ook de hele les gaan Jeux de Boulen, meester verteld je niet meer dat je moet wisselen of wat je moet doen. Want als je de hele les één onderdeel oefent wordt je daar misschien heel goed in, maar niet in de andere onderdelen. Vertel..

2: Stel je voor je bent in een onderdeel heel erg goed. Dan vaak bij spelletjes dan kom je bij het eindniveau, en stel je voor je bent bij voetbal heel erg goed dan ben je ook bij het eindniveau. Stel je voor we moeten één spel doen met de hele klas, dan kan je wel tot het eindniveau komen maar je kan niet veel meer leren. Maar als je zelf mag kiezen ja kan je ook nog meer andere spellen leren, omdat je het dan al gehaald hebt, dan kan je naar iets anders.

O: Ok, mooi. En hoe vinden jullie het evalueren? Dat je het Sportfolio invult over jezelf en jouw proces. Dat deden we aan het begin en het einde van de reeks, maar je kon het iedere week aanpassen. Hoe ging dat de afgelopen weken?

3: Nou het was wel fijn, want dan kan je, stel je voor eerst vond je het heel erg lastig. En dan de tweede keer vind je het nog steeds lastig, maar dan bijvoorbeeld de vierde keer vind je het makkelijk. En dan kan je het steeds veranderen.

O: Ok, dus jij vind het fijn. Vertel 1.

1: Nou ik vind het wel fijn want je kan bijhouden welke les en welk niveau je bent. Stel je hebt nu

level 5 gehaald, dan heb je een ander niveau dan je eerst had. Dus dan kun je dat weer aanpassen en weer op gaan schrijven. Dus eh, ik bedoel ik vind het gewoon fijn.. ik vind het wel fijn ja.

O: En helpt het je ook ergens bij?

1: Half, ik bedoel het helpt me wel want dan denk ik van dan dit level ben ik en daar begon ik, en dit vind ik en dan kun je dat invullen. Maar eh ik weet niet echt waarvoor het is, ja het is voor het Sportfolio maar ik denk niet dat het voor de les heel erg handig is maar ook weer wel. Dus het is een beetje 50/50, dat ik denk ja en nee.

O: En waarom vind je het niet handig?

1: Nou je hebt het niet nodig voor in de les om te gaan doen maar het is wel handig voor je Sportfolio. Maar het is ook wel weer handig om in de les te gaan gebruiken want stel je doet de wendsprong, dan is het wel weer handig. Dus ja, het is handig maar af en toe is het niet handig. Want dan ben je druk bezig en dan wil je verder maarja.

O: Ok, kost het dan te veel tijd?

1: Dat valt wel mee, het is maar 1 minuutje.

O: Wat wilde jij zeggen?

3: Eh ik vind het Sportfolio ook best wel handig, want stel je voor je bent bij level 3 en je vind het best wel saai. En als je bij level 4 bent dan krijg je meer het gevoel, dit is best wel leuk dus je kan het ook weer veranderen maar ja je hebt er niet echt zo veel aan. Want je kan ook wel gewoon zelf onthouden bij welk level je bent of je kan het helemaal opnieuw doen en ja tot welk level je komt, ja dan zie je het wel.

O: Ok, zijn jullie het daar mee eens?

1: Nah, ik vind het wel handig, eigenlijk. Maar af en toe denk je van ik wil verder gaan, maar als ik zou moeten kiezen of ik het zou willen, of niet zou willen. Dan zou ik wel een Sportfolio willen, om dat in te kunnen vullen. Want ik vind het dan ook wel fijn.

O: Ok, en heb je jezelf goed ingeschat? Jij schudt van nee 2.

2: Ja nou bij wendsprong, ik denk dat ik het niet ga gebruiken ooit. Maar sowieso net als bij voetbal, is niet echt een sport voor mij dus als we daar levels mee doen denk ik dat als we daar levels bij doen denk ik dat het ook niet gaat. Maar bijvoorbeeld basketbal vind ik wel weer leuk, dus dan denk ik dat ik daar wel verder mee ga. En dat kan ik dan wel weer onthouden.

O: Ok, vertel.

3: Ehm het is ook wel fijn dat er veel verschillende spelletjes zijn net als wat 2 zei, stel je voor je bent goed in voetbal, ga je iets met voetbal doen. En als je goed bent in basketbal ga je iets met dat doen, maar je moet niet met, gewoon. Kijk ik ben goed in voetbal maar ik moet me niet de hele tijd focussen op dat spel, want ik doe soms ook wel basketbal maar ik vind dat niet echt zo leuk.

1: Nou ik denk dat ik mezelf wel goed kan inschatten. Ik denk dat iedereen wel weet welk level ze zitten. En eh, als je zo naar jezelf kijkt en je zit in level 4 en de vraag is 'vind je het leuk of niet leuk?', dan ga ik sowieso invullen dat ik het leuk vind. Daarna vragen ze 'moet je meer oefenen?' en als je zo kijkt naar je levels je zit in level 4, dan ga je heel snel en dan ben je goed in het oefenen. En de derde vraag is dan ook wel makkelijk want je moet gewoon kijken naar jezelf en ik vind het niet persé lastig om over mezelf in te vullen.

O: Ok, dus je had jezelf goed ingeschat?

1: Ja.

O: Ok, en wordt je ook wat bewuster? Verandert er iets met het beeld over jezelf? Nu dan over hoe je springt en in het vervolg over voetbal bijvoorbeeld, door het Sportfolio.

1: Ehm ja want je kan nog steeds verder gaan, je kan steeds nog meer gaan doen. En dan met het Sportfolio kan je het steeds bijhouden en dan zie je ok dit zijn mijn punten. Van ok, ik ben nu bij level 3, en ik moet nog oefenen dat en dat en dat, als ik dat oefen dan ga ik naar level 4. En dan heb je het

eindlevel. Ja ik vind dat wel fijn ja.

O: Kan ik dan zeggen dat je een beter beeld hebt van jezelf over wat je al kan?

3: Ik kan het met Sportfolio maar ook zonder. Het is wel fijn het Sportfolio, maar als er geen Sportfolio is dan kan ik het ook.

O: En hoe staan jullie daar in? Helpt het om wat bewuster naar jezelf te kijken? Geeft het een ander beeld van jezelf?

3: Nee het helpt niet echt zo veel.

2: *Schudt instemmend*, nee niet echt.

O: Ok, vinden jullie het Sportfolio ook te uitgebreid? Vorige week werd er namelijk gezegd dat de oefeningen niet gedaan worden. Hoe minder, hoe beter, zeiden ze.

1: Welke?

O: Nou we hadden een filmpje met de levels en een filmpje met oefeningen om naar een hoger level te komen.

3: Ja ik weet niet waarom, ik weet niet voor wat we de wendsprong doen maar ik denk niet dat we het in het echte leven gaan gebruiken.

1: Maar op de middelbare wel.

3: Oh?

O: Ja daar ga je nog wel moeten turnen ja. Maar wat vind je van de oefeningen dan? Is het overbodig?

3: Vroeger deden we gewoon drie spelletjes, en dat vond ik nog wel leuk. Maar nu doen we gewoon allemaal verschillenden. Want wat er vandaag nog met mij gebeurde, ik deed een spelletje en toen moest ik gelijk van meester Sven naar een ander spelletje en dat vond ik niet echt zo leuk.

1: Ja we waren op elkaar aan het wachten bij de ringen en toen moesten we weg inderdaad. Maar het maakt niet uit dat is niet heel erg. Nou ik vind bijvoorbeeld, voor mij in level 1, 2, 3 dan heb ik die oefeningen niet nodig. Maar misschien voor iemand anders wel, misschien heeft iemand anders ze wel nodig.

O: Maar het gaat nu over jou.

1: Ik vind het bij level 4 wel nodig want dan is het wat lastiger, en dan weet ik niet echt hoe ik het moet doen. Dan zie ik het wel op het filmpje maar ik denk niet dat het echt nodig is.

O: Ok, nog heel kort. Heb je het gevoel dat je in staat bent het Sportfolio zelf te doen?

2: Ja ik denk het wel, het zelf invullen.

O: En hebben jullie in deze vrije lessen wel het gevoel dat je een band opbouwt met je meester en je klasgenoten? Hoe voelt dat? Meester neemt een andere rol aan, je hebt wat meer vrijheid. Je kiest zelf ook je onderdeel dus je komt misschien ook niet met al je klasgenoten in aanraking.

1: Ja, af en toe doet meester wel grappig en ik denk dat ik met mijn klasgenoten wel aardig kan omgaan.

O: Ok, wil jij nog wat zeggen?

2: Nou ik vind het wel leuker om met iemand met wie je nooit speelt ook een keer een spelletje te doen.

O: En doe je dat dan in zo'n les?

2: Nee.

1: Jawel.

O: Heb je het gevoel dat je iedereen tegen komt in de les?

2: Ik bedoel, ik speel meestal gewoon met dezelfde personen altijd.

3: Net als ik, want ik speel ook altijd met dezelfde personen.

O: Dus in zo'n les ben je veel met je vrienden?

3: Ja dat wel want met hun heb ik dan een goeie band en je wilt hem niet in de steek laten om andere vrienden te maken.

1: Nou ik vind het niet zo erg om met iemand anders te spelen. Ik doe vaak bij gym dan doen we een spelletje, en dan zie ik andere kinderen en dan ga ik gewoon mee doen. Ook als het geen vrienden zijn.

O: Ok, dus je komt wel met meer kinderen in contact.

1: Ja.

EINDE

Interview 8

12-04-2021

11.45 uur

3 leerlingen uit groep 8 (meisje, jongen, jongen)

Regenboog

Small talk

Toestemming

Inleiding

O: Ik wil even beginnen met het hebben over het evalueren. Vandaag hebben jullie de laatste vraag beantwoord bij het Sportfolio. De eerste les moest je ook twee vragen beantwoorden en gedurende de lessen kon je je niveau aanpassen. Jij hebt ingevuld dat je anderen hebt geholpen, kun je daar wat meer over vertellen?

1: Ja klopt. Ik zag dat kinderen er moeite mee hadden, dus ik dacht bij mezelf als ik ze nou ga helpen, want ze moeten het toch leren. Dus ik ging ze helpen, en dat ging heel erg goed. Alleen soms luisterden ze niet, en het is best wel zwaar om kinderen wat te leren. Daar merk je niks van als je zelf bezig bent.

O: Ok, want welk level heb je zelf behaald?

1: Level 4.

O: En heb je dat goed ingeschat? Gedurende de weken. Dus klopte je beginniveau en je eindniveau ook zoals je het had opgeschreven?

1: Eh nou ik begon in level 3. En ik ging al vrij snel naar level 4, of eigenlijk 5 want dat is nu het hoogst.

O: Ok.

1: Ik zit ook niet op een sport ofzo maar het ging gewoon.

O: Ja dat kan, en 2 wat heb jij ingevuld?

2: Nou ik had ingevuld dat ik wel iets meer m'n best kon doen.

O: En waarom? Kan je daar wat meer over vertellen?

2: Nou ik heb zeg maar één les volgens mij de wendsprong gedaan, en dat komt eigenlijk omdat ik niet heel erg mijn best heb gedaan. Omdat ik het gewoon niet een bijzonder leuk onderdeel vind.

O: Had je wel beter willen worden?

2: Nou niet persé, ik kwam tot level 3 ofzo.

O: En daar was je tevreden mee?

2: Ja.

O: Wat had jij ingevuld 3?

3: Ik had ingevuld dat ik het matig had gedaan, want ik had het ook maar één les geoefend. Maar dat kwam omdat ik het niet heel erg leuk vind.

O: En je wilde er ook niet beter in worden?

3: Nee niet echt.

O: Dat is ook ok he, je plant vooraf zelf hoe veel tijd je erin wilt steken en wat je doel is. Konden jullie jezelf wel goed inschatten? Het niveau van jezelf.

Alle drie: Ja.

O: Of heeft meester het nog met je besproken dat het misschien toch anders was.

Alle drie: Nee.

O: Vorige week werd er gezegd dat het Sportfolio vooral helpt bij het reflecteren over jezelf, en dat er met het filmpje met de oefeningen niet zo veel gedaan werd. Zijn jullie het hier mee eens?

1: Nou, de filmpjes helpen wel. Want dan zie je het iemand echt doen en anders zie je een plaatje en dan kan je het verkeerd begrijpen.

O: En de filmpjes met oefeningen die je kon doen, heb je daar ook wat aan gehad?

1: Ja eigenlijk wel, want met het voorbeeld filmpje wist ik eigenlijk niet zo goed wat ik moest doen om level 4 te halen. Dus dat, heb ik wel goed ontvangen zeg maar.

O: En jullie hebben niet veel geoefend dus jullie hebben de oefeningen niet gedaan denk ik?

2/3: Nee klopt.

O: Vinden jullie het Sportfolio dan ook te uitgebreid? Want het bestaat uit veel onderdelen; het voorbeeld filmpje, filmpje met oefeningen, je kan jezelf terugkijken en je moet wat invullen. Is het te veel?

3: Nee.

2: Nee het is wel goed.

1: Nee dat niet.

O: Wat heb je naast dat je de wendsprong oefent/leert, wat leer je nog meer van het Sportfolio?

2: Eh, dat je, je leert jezelf inschatten.

1: Je leert jezelf beter kennen.

2: Ja, en je komt erachter wat je echt leuk vindt en wat je wat minder goed kan, en daardoor kan je misschien ook als je nog niet op een sport zit, je sport erop baseren zeg maar een sport die je bij gym heel leuk vond dat je daar misschien op gaat. Dus dat je jezelf eigenlijk gewoon beter leert kennen.

O: Ok, mooi gezegd. En jij zei ook zo iets?

1: Ja sommige kinderen die zien niet in hunzelf wat ze wel goed kunnen en niet goed kunnen en het Sportfolio helpt voor hun wel om te weten wat ze wel en niet kunnen. Want als ze bij level 4 zitten dan denken ze misschien dat ze niet zo ver zijn en dan willen ze nog meer oefenen. En dan denken ze opeens hé dat kan ik. Door het Sportfolio kan je wel zien dat je goed bezig bent.

O: Want je zei net je leert jezelf beter kennen?

1: Ja.

O: Mooi, kan ik dan zeggen dat je bewuster wordt van wat je al kan? En dat je zelfbeeld misschien wat meer verandert?

1: Ja.

O: Ok.

O: Wat hebben jullie de afgelopen vier weken zelfstandig gedaan, in de vrije les. Wat doe je dan allemaal zelf?

2: Altijd iets met een bal.

1: In die vier weken was het leukste wat ik had gedaan stoeien, er zaten ook kinderen op de bank toe te juichen. We waren toen bijna met de hele klas daar. Gewoon een hele erge uitdaging vind ik wel leuk. Maar iets met een bal bijvoorbeeld voetbal dat vind ik niet iets wat ik heel leuk vind, dus dat is niet iets wat ik zou doen maar als de les erom draait dan probeer ik wel echt mijn best ervoor te doen.

O: Ok, en wat heb je allemaal zelf geregeld in de vrije lessen?

2: We hebben bijvoorbeeld een keer van een ander spel wat we allemaal niet zo leuk vonden, hebben we een voetbalveld van gemaakt. En net hadden we ook in plaats van Jeux de Boules, hadden we het veld net wat groter gemaakt zodat we een kring konden maken en konden lummelen met de bal. En eigenlijk maken we er dan zelf een spel van.

O: Ja, mooi. Kun jij daar nog wat over zeggen? Wat regel je allemaal zelf in de les?

3: Eh, we verzinnen er soms een paar regels bij bijvoorbeeld dat je de bal één keer mag aanraken en als je meerdere keren aanraakte dan ben je de lummel, en dan moet je dus de bal proberen te

pakken.

O: Ok, en passen jullie het soms ook aan?

1: Ja, want als het moeilijker wordt dan gaan we een manier bedenken om het makkelijker te maken.

Dus bijvoorbeeld minder kinderen zodat je er wat meer op moet concentreren, of meer kinderen en dan gooi je gewoon en iemand vangt hem wel. En dan kan je aanpassen, en als je dan met heel veel mensen gaat voetballen ja dat is wel gezellig maar ook heel moeilijk want iedereen stormt op de bal.

O: En lukt dat ook?

1: Ja het lukt wel, alleen soms is er wel een beetje ruzie.

2: Maar meestal is het met voetbal wel goed want meestal gaat er één iemand op de bal en moeten de andere mensen vrij staan.

O: Vorige week werd er ook gezegd, want je kunt er natuurlijk in een vrije les ook voor kiezen om de hele les hetzelfde onderdeel te doen. Vorige week werd er gezegd door jullie klasgenoten; dat is niet goed, dan leer je niet. Wat vinden jullie daar van?

2: Ehm, ik zou meer doen, je mag wel de hele les hetzelfde doen alleen moet je de volgende les weer wat anders doen.

1: Ja.

2: Want anders heb je ook driekwartier, en dan gaat er al weer een kwartier voorbij met alle regels bespreken. Dus dan heb je niet zo lang, en dan heb je een kwartier om te voetballen en als je dan wisselt moet je bij het andere spel eerst weer de regels bedenken en dan heb je weinig tijd.

1: Met het organiseren moet je zeg maar, meteen kijken wie het spel niet leuk vindt. En als de meerderheid het niet leuk vindt, dan verander je het zodat het verandert is. Maar dat kan best wel een tijdje duren. Maar veel handen maken licht werk, dus met z'n allen meteen een plan bedenken en doorgaan.

O: Ok, en zijn jullie je er ook bewust van dat je helemaal zelf je gymles inplant dus dat je zelf verantwoordelijk bent over je gymles. Want je kunt vijf verschillende onderdelen oefenen, of je doet er maar één. Je zorgt dus ook zelf hoe je leerproces eruit ziet. Ben je daar wel mee bezig?

1: Nou kijk, je bent niet echt bezig met wat je moet leren. Wij zijn gewoon kinderen, wij willen gewoon spelen. En als je het speelt, dan ga je toch oefenen omdat je wel beter wilt worden. En als je beter wordt, vindt je het leuker. Maar je hebt het niet in de gaten, je bent je er niet heel bewust van.

O: Ok, en hoe vind jij dat 2? Maak je bewuste keuzes in je gymles?

2: Ja.

O: Kun je er wat meer over vertellen?

2: Uh nou, ik ben me er wel bewust van dat ik niet de hele tijd hetzelfde moet doen omdat ik ook een keer wat nieuws wil proberen.

O: Wil jij daar nog iets over zeggen?

3: Ik ben me soms wel bewust, en soms ook niet. Soms heb ik wel zin in voetbal, en soms niet en dan doe ik iets anders.

O: En doe je het dan vooral omdat je het leuk vindt of omdat je wat wilt leren?

3: Allebei een beetje, bij voetbal kan je bijvoorbeeld leren om beter te worden in passen.

O: Ja dat is ook zo.

O: Hebben jullie bij het Sportfolio het gevoel dat je het zelf kan? En dat geldt eigenlijk ook voor de hele vrije les. Lukt dat zelfstandig? Heb je dat gevoel?

2: Ja.

1: Ja ik heb er niet echt heel veel moeite mee om allerlei dingen te doen, alleen sommige dingen zijn gewoon echt heel moeilijk. Maar je moet gewoon doorzetten, en als het niet lukt dan ga je gewoon een andere keer weer proberen.

O: Heb je in de vrije les ook het gevoel dat je je klasgenoten en de meester tegen komt in de les?

1: Ja want, dat spel wat ik vandaag speelde, het koningsspel, dan moet je steeds doorschuiven enzo. Dan heb je wel veel contact met je klasgenoten en je leert ze ook beter kennen, en de meester ging mee doen enzo. Dus dan krijg je vanzelf wel een band.

O: Heb je dat met iedereen?

1: Als ik met hun speel en ik vind dat spel leuk.

O: Ik heb ook vaak kinderen horen zeggen dat ze vooral kiezen wat hun vrienden doen. Hebben jullie dat ook?

1: Ik doe gewoon wat ik leuk vind.

2: Nou ik heb wel een beetje dat ik wel vaak met m'n vrienden speel, en niet echt wat anderen doen.

3: Soms is het dus dat ik een spel wil spelen en dan komen mijn vrienden er ook bij, en ook andere mensen. Dus een beetje van allebei.

2: Vandaag waren er ook best wel veel mensen die mee deden met ons spel en dat waren niet allemaal mijn vrienden. Dus ik speel ook wel met andere mensen.

O: En hoe is de band met de meester? Want die neemt ook een andere rol aan. Hoe vinden jullie dat?

3: Prima.

2: Nou gewoon prima. Het is eigenlijk een beetje raar om te zeggen maar het is net een kind, die je begeleid. Het is zeg maar net een leeftijdsgenoot, want hij is nog steeds heel speels en dat vind ik wel leuk aan de meester. Want ja hij snapt je, je kan lekker met hem meedoen, hij legt het je goed uit in onze taal.

O: Laatste vraag, heb je het gevoel dat je beter wordt in gymmen bij de vrije les?

2/3: Ja.

1: Ja want je leert zelf gymmen zeg maar, zelfstandig.

O: Kan ik dan ook concluderen dat je gemotiveerd bent in de vrije les?

3: Ja.

1: Ja ik heb er heel veel zin in altijd.

2: Nou, ik vind het wel heel leuk alleen je gaat toch sneller misschien wat praten. Dus je bent niet de hele les aan het gymmen denk ik.

O: Ah ok, dat is vaker voorbij gekomen de afgelopen weken. Je hebt soms wat te veel vrijheid misschien?

2: Ja, als je een onderdeel niet leuk vind dan merk ik toch wel sneller dat de meester er wat minder snel wat van zegt en daardoor ga je sneller praten met elkaar zeg maar.

O: Goed gezegd.

EINDE

8.3 Codering

Interview 1 en 2

Beter leren bewegen	Filmbeelden	Door de filmpjes.
		Ik wordt er wel beter van. Want dan kan je die laptop zeg maar, ja want dan kan je die sprong terug kijken en dan kan je ook zeggen of ik het beter doe of slechter. En dan kan je jezelf verbeteren.
		In gewone lessen is het wel echt anders, en niet zo fijn als nu met de telefoon en de laptop. Maar je komt er wel vind ik (zonder Sportfolio).
	Sportfolio	In gewone lessen is het wel echt anders, en niet zo fijn als nu met de telefoon en de laptop. Maar je komt er wel vind ik (zonder Sportfolio).
		Het Sportfolio helpt niet persé beter. Je kunt het ook zelf opschrijven.
		Ik wordt niet perse beterder denk ik. Maar je kan wel beter inzicht hebben van kan ik het al of niet.
		Nou je wordt niet beter maar dan kan je soms even terugkijken van wat moet ik nog, of wat kan ik nog meer doen. En als je dat dan goed kan, dan kan je er weer meer mee oefenen.
		Ja kijk ik vind het wel fijn, de levels en dus dat je kan zien wat je nog kan doen. Maar het is ook weer niet dat je ehm, er zomaar opeens beter van wordt.
		Mee eens, ik denk niet dat het veel veranderd. Dus misschien, het laat een beetje een voorbeeld zien. Maar verder..
	Herhaling	Met de voorbeelden. En gewoon veel oefenen.
		Buiten op de trampolines oefenen de kinderen verder.
		Omdat we veel oefenen.
		Leerlingen gaan in de vier weken vooruit, door veel te oefenen.

Video-instructie	Stapsgewijs	Leerzaam → om die stappen te leren voordat je het laatste level gaat doen.
		Door de stappen op het filmpje weet je waar de uitdaging ligt.
	Digitalisering	Dat vind ik ook gewoon leuk om te zien, want dan kijk je ook nog eigenlijk gewoon een filmpje.
	Zelfstandig	Goed, omdat je ook zelf aan de slag kan gaan. Zelfstandig en zonder meester.
	Vervanging uitleg	Ik vind het ook wel slim bedacht, dan hoeft meester ook niet bij elk kind het voor te doen. Dan is er gewoon één filmpje en dan kan iedereen dat steeds kijken. En als je het dan niet hebt gezien hoeft meester het niet opnieuw te doen. Je kunt het zelf gaan kijken.
		Ik vind het niet perse nodig, want ik begrijp dingen best wel snel. Ik leer best wel snel dingen, eh.. alleen soms heb ik er moeite mee. Maar met dit soort sportdingen, als de meester het één keer voor doet dan snap ik het meestal meteen en anders vraag ik het nog een keer na.
		Niet persé nodig. Als meester level 4 doet, en dan vertellen wat de andere levels zijn. Want als je naar level 4 kijkt weet je al een beetje wat je moet doen. En dan snap je dat dat de moeilijkste is.
	Beoordeling	Eerst hadden we van dan moet iemand anders zeggen hoe het ging. Maar dan kan je toch minder bedenken hoe je het deed. Want de één kind vind dat dan heel goed en de andere niet. Dus dan kan je ook zelf denken van kan ik het of niet?
		Je kunt door het filmpje jezelf beter beoordelen.
Motivatie	Intrinsieke motivatie - Sportfolio	'Omdat het leuk is'
		'Omdat ik wil leren'
		Gemotiveerd (hele vaardige beweging) → de komende drie lessen gemotiveerd, doel: zorgen

		voor een goede landing. 'De hele les oefenen'.
		Gemotiveerd voor level 5, de leerling gaat buiten verder oefenen.
		Maar ik vind zeg maar ook, je doet het niet voor de meester je doet het voor je zelf. Want ja uiteindelijk wil je ook zelf groeien en kijken of je een level hoger bent gegaan dan vorig jaar.
		Bij mij ligt het er aan per onderdeel. Als ik het leuk vind dan ga ik het denk ik wel nog even doen. Maar niet de hele tijd. Als ik het niet leuk vind ja dan kies ik er niet voor.
		Ehm bij mij verschilt het zeg maar per onderdeel, als het over iets leuks gaat zoals voetbal dan zou ik het wel graag willen doen maar als het iets is wat ik niet zo leuk zou vinden dan zou ik het wel minder graag willen doen. Maar ik zou het wel doen want ik wil wel weten of ik gegroeid ben of.. eh ja.
		Pas als ik het kan dan pas is het saai. Als het me niet lukt en ik heb nog meer kans om te oefenen dan vind ik het wel leuk.
	Levels	De levels motiveren om een level hoger te halen, eigenlijk wordt je dus wel beter maar ja.
	Extrinsieke motivatie	Nou ik doe het eigenlijk wel omdat ik denk dat het moet. Want als ik het niet doe, dan.. Ja ik weet niet, van de meester moet het. Ik zou er niet zelf voor kiezen.
	Demotivatie	Volgende week(les 2) gaat een leerling niet opnieuw oefenen.
		Als ik het Sportfolio zie liggen dan denk ik van, eerst denk ik van we gaan een leuke gymles hebben en dan wordt ik van dat balkje af geduwd.
	Keuze voor een onderdeel	Omdat je zelf mag kiezen. Is er vaak wel iets wat je leuk vindt dus dat is wel fijn. Alleen aan de andere kant. Soms is er dat

		Sportfolio onderdeel dat vind je dan niet zo leuk en dan heb je er niet zo veel zin in.
Sportfolio	Eerste indruk	Leuk.
	Herhaling	Ja ik vind dat wel leuk maar als je ja het een paar lessen achter elkaar doet gaat het op een gegeven moment niet meer leuk worden.
		Het is wel een beetje saai dat je steeds hetzelfde moet doen.
	Inzichtelijk	Niet perse maar het is wel duidelijk of je er beter in wordt.
		Ik wordt niet perse beter denk ik. Maar je kan wel beter inzicht hebben van kan ik het al of niet.
	Uitdaging	Ja kijk ik vind het wel fijn, de levels en dus dat je kan zien wat je nog kan doen.
Autonomie-ondersteunende les	Motivatatie	Meer motivatie want in een groepjesles moest je stoppen terwijl je door wilt oefenen.
	Tijd	Meer motivatie want in een groepjesles moest je stoppen terwijl je door wilt oefenen.
	Autonomie	Aan de ene kant, vind ik het fijn want dan kan je gewoon zelf kiezen en wat, ja er is altijd wel iets bij wat je denk ik leuk vind.
		Je mag zelf het spel kiezen, dus als je zin hebt om iets te doen en je ziet een onderdeel wat er best wel bij past en er liggen allemaal materialen op de grond.
	Afhankelijkheid	Als je iets doet, soms zit er ook iets bij wat je niet leuk vind en dan vraag je je af wat moet ik nu doen. En dan ja, zeg maar het is je bent niet meteen met een groepje, en soms is dat wel nodig.
	Eerste indruk	De vrije les is helemaal top.
Zelfgestuurde feedback	Docent	De meester vragen, dan krijg je tips.
	Digitalisering	Het filmpje bekijken.
	Klasgenoten	Je kan ook andere kinderen vragen.
	Elkaar beoordelen	Als ik mezelf zie dan kan ik wel bedenken van oh dat gaat nog niet echt heel goed. En als

		anderen je helpen. Dan kan je dat minder zien zeg maar.
Video-feedback	Competentie	Nou als we ons filmpje zien dan leren we wel een beetje. Maar normaal doet de meester het, maar dan weten wij nog niet of we het kunnen.
	Levels	'Dan doen we dat gewoon de hele tijd.'
		De filmbeelden(om jezelf te beoordelen) zijn fijner dan elkaar beoordelen.
		Het helpt je wel.
	Eigen filmbeelden	Je kan daarmee zelf kijken of je nog wat moet aanpassen.
		Na het kijken kan je nog wat aanpassen
		Ik vind het niet zo erg, want bijna niemand ziet het dus.
		Soms is het wel leuk om even terug te kijken van wat je goed hebt gedaan enzo.
	Elkaar beoordelen	Als ik mezelf zie dan kan ik wel bedenken van oh dat gaat nog niet echt heel goed. En als anderen je helpen. Dan kan je dat minder zien zeg maar.
Rol van de docent	Aanspreken	Ja soms gooit iemand de bal of iemand doet wat fout en dan zegt meester ja dit mag je niet doen of je moet dit doen.
	Vrijheid	De meester laat de kinderen gaan. Hij zegt zeg maar niet perse wat ze wel en niet moeten doen. Je mag zelf het spel kiezen, dus als je zin hebt om iets te doen en je ziet een onderdeel wat er best wel bij past en er liggen allemaal materialen op de grond.
		Net als met het stoeien wat we vandaag deden, je mocht daar van alles doen. En bijna iedereen koos voor stoeien. Omdat, want als meester daar gewoon een mat neerlegt voor bijvoorbeeld wat anders. Dan zouden andere mensen dat misschien niet meer leuk vinden, want dan heeft meester dat bepaalt. En nu, liet de meester de kinderen gewoon gaan.

Zelfgestuurde processen	Samenwerken	Dat vind ik wel goed.
		Nou het kan afwisselend zijn. Want als niemand met je mee wil spelen dan kan je je buitengesloten voelen.
		Misschien zijn er kinderen waar je niet zo vaak mee speelt. Dan kan je er misschien wel vrienden mee worden omdat je er vaak mee speelt in de gymles
	Groep vormen	Want soms is één iemand alleen in een spel, dus dan vraag ik bijvoorbeeld iemand aan.. Dus bijvoorbeeld die vraagt aan die, dus als het nee is dan ga ik eerst even met diegene meedoen en dan gaat zij even met mij meedoen.
	Samen kiezen	Bijvoorbeeld jij wilt voetballen en ik niet? Dan doen we vandaag iets wat jij wilt en de andere keer iets wat ik wil.
		Of een kwartiertje wat ik wil en dan een kwartiertje wat jij wilt.
		Als kinderen nee zeggen. Dan kan je misschien vragen van, anders ga ik eerst met jullie mee doen en daarna jullie met mij. En dan kan je zo, een compromis sluiten.
	Hulp verlenen	Bijvoorbeeld je kunt het niet dan help je diegene. Bijvoorbeeld hij moet zo'n radslag maken dan help je hem.

Interview 3 en 4

Beter leren bewegen	Uitdaging	Nou je wordt niet beter maar dan kan je soms even terugkijken van wat moet ik nog, of wat kan ik nog meer doen. En als je dat dan goed kan, dan kan je er weer meer mee oefenen.
		Als je kan zien wat je best wel goed hebt gedaan en wat je uitdaging is dan kan je daar mee oefenen en dan wordt je weer beter.
	Niet beter in bewegen	Mee eens, ik denk niet dat het veel veranderd. Dus misschien, het laat een beetje een voorbeeld zien. Maar verder..
	Motivatie	Ja kijk ik vind het wel fijn, de levels en dus dat je kan zien wat je nog kan doen. Maar het is ook weer niet dat je ehm, er zomaar opeens beter van wordt. Het motiveert je wel meer om een level hoger te halen, eigenlijk wordt je dus wel beter maar ja.
Video-instructie	Net als de uitleg van de docent	De instructiefilmpjes zijn saai, 'je hebt er niet veel aan'. Het is genoeg als meester het voor doet.
		Want het wordt letterlijk echt uitgelegd zoals meester het normaal voor doet.
		Het is gewoon een voorbeeld voor als meester er niet is.
	Tijd	Nee, ik vind het zeg maar neutraal. Het is ook een beetje handig maar het is wel een beetje zeg maar irritant om het terug te kijken. Om dan weer helemaal tijd te verspillen aan het terugkijken zonder dat je het opnieuw kan doen.
	Opnieuw bekijken	Het helpt wel dat je het kan terug kijken.
Motivatie	Uitdaging	Nou ik vind het wel fijn als het uitdaging heeft.
		Het motiveert je wel meer om een level hoger te halen, eigenlijk wordt je dus wel beter in.
		Veel kinderen kiezen in les 2 niet voor de wendsprong/Sportfolio. 'Omdat we het al vaker hebben gedaan en ik kan het al.' (level 4).

		Reden; ik heb het al gehaald, dus ik hoef niet meer.
	Concentratie	Ik vind het Sportfolio niet echt heel leuk om in te vullen, want ik ben nogal druk en dan ja.. Kan ik me niet zo concentreren daarop, omdat het is een grote zaal en ja meestal ben ik dan druk en dan moet ik opeens wat dingen gaan invullen. Dat vind ik niet heel fijn.
	Afhankelijk van klasgenoten	Vroeger vond ik voetbal wel leuk maar nu niet meer. Vooral omdat al die jongens erin zitten die duwen je gewoon opzij en zo en zij zijn.. Er zitten niet echt kinderen van jou niveau daar dan.
	Intrinsieke motivatie	Maar stel je voor, je had alleen maar stomme dingen behalve voetbal dan zou ik de wendsprong/Sportfolio wel doen.
		De reden om voor een onderdeel te kiezen hangt af van hoe leuk het is.
		Soms zijn er best wel stomme onderdelen bij het Sportfolio en dan gaan mensen het niet doen.
		De leerling koos voor trapezezwaaien omdat zij het wel interessant vond en ze niks anders te doen had.
		'Omdat ik dacht van ja aan de ene kant vind ik het wel leuk om gewoon dingen te leren qua sport enzo'.
		De wensprong wordt niet als leukste activiteit gekozen van de les.
		De komende weken wordt er misschien wel weer geoefend, 'als ik niks te doen heb'. Het hangt af van andere onderdelen.
	Extrinsieke motivatie	Dan ga ik ook gewoon leren. Ook als ik het niet leuk vind, dan ga ik het wel gewoon doen.
		Aan de andere kant je moet het eigenlijk ook. En dat is goed. Ik vind die kinderen moeten toch ook leren bewegen als we op school zijn, niet alleen maar taal.
		Ook al vind je het niet leuk, want dat maakt niks uit je moet het wel gewoon doen.

		Eh ja het kan je motiveren. Zo van, o mijn god als mijn ouders zien dat ik helemaal geen voetbal doe dan worden ze boos en dan..
	Overkoepelende doelen	Basketbal wordt nu geoeftend in vrije lessen omdat het in een klassikale les gespeeld wordt.
		Als kinderen meer oefenen, bijvoorbeeld buiten, worden ze er misschien beter in. En dan is je level omhoog gegaan.
	Beter leren bewegen	Ik vond in het begin trapeze zwaaien ook niet leuk. Maar naarmate je het doet wordt je er beter in en als je er beter in wordt ga je het leuker vinden.
		Omdat je het interessant vindt en als je dan beter wordt dan wordt het dus leuker.
		Wat de meeste mensen doen. Is dat als je het niet kan dan vind je het niet leuk. Maar dan gaat niemand iets doen. Dus soms moet je er ook even doorheen.
Sportfolio	Minder vrijheid (autonomie)	Maar soms vind ik dat een beetje dat ze te veel uitleg geven dat je dan te weinig nog zelf kan doen. Want ik vond het wel leuk dat je dit keer gewoon een beetje zelf kon uitvogelen hoe het werkte en zo het zwaaien en dat het niet was dat je gelijk met allemaal niveaus.
		Tip van de leerling: de eerste les de activiteit zonder Sportfolio.
		Maar dat er wel nog losse onderdelen zijn dat je niet perse dat moet doen. Misschien één les lang dat je het wel moet doen maar dan dat je de les daarna het niet perse meer hoeft te doen.
		Nou ik vind het wel goed dat het op je rapport komt maar ik vind wel, dat het wel iets minder leuk maakt. Want je moet perse in levels, en je moet het perse opschrijven en dat is soms wel een beetje irritant.
		Leerling heeft behoefte aan meer afwisseling van activiteiten, om de week/les de activiteit laten terug komen.

	Intrinsieke motivatie	Maar stel je voor, je had alleen maar stomme dingen behalve voetbal dan zou ik de wendsprong/Sportfolio wel doen.
		De reden om voor een onderdeel te kiezen hangt af van hoe leuk het is.
		Soms zijn er best wel stomme onderdelen bij het Sportfolio en dan gaan mensen het niet doen.
	Meer uitdaging	Het is makkelijk, volgende keer wil een leerling 10 levels.
		4 weken lang hetzelfde is niet saai, het verveelt niet. Omdat je altijd nieuwe trucs kunt proberen en meester geeft ook altijd nieuwe tips en trucs van je kan beter dit doen. En dan, als je dan terug kijkt aan het einde van het jaar van; ja ik heb het goed gedaan op dat onderdeel dan ben je ook gewoon trots op jezelf.
		Ik vind het wel wat saai.. Maar het hangt af van het onderdeel, of je het leuk vind. Ringzwaaien kan ze twee jaar doen.
		Misschien is het anders dat we nieuwe levels krijgen. Want bij de wendsprong had ik de eerste les level 4, en daardoor ging ik de tweede les niet nog een keer doen omdat ik het wel.. Ja ik vind het dan niet leuk genoeg zeg maar.
	Evalueren	Het Sportfolio wordt soms bijgehouden.
		Het filmen en bijhouden gaat goed.
	Inzicht	Niet persé meer vertrouwen. Maar je ziet dat je het kan.
		Ik vind het wel goed werken want zo zie je heel makkelijk wat je vorige keer hebt gehaald en of je vooruit bent gegaan.
		Je doet het op een andere manier. Je wordt er niet persé beter van maar het is wel duidelijker.
	Self-efficacy	Het vertrouwens in jezelf blijft hetzelfde.
	Uitgebreid	Heel veel tekst.
		Je moet het perse opschrijven en dat is soms wel een beetje irritant.
	Essentie van het vak	Leuk omdat, vroeger had je geen Sportfolio. En nu heeft meester het bedacht en dat vond ik slim, en dat

		is ook leuk want nu heb je het niet alleen maar van vakken en van school maar nu heb je het ook van gym.
		Ik vind die kinderen moeten toch ook leren bewegen als we op school zijn, niet alleen maar taal.
	Indruk	Leuk om mee te werken, maar het maakt het niet leuker. Het is niet erg om te doen.
		Het wordt niet perse leuker, maar het wordt ook niet minder leuk. Het is gewoon zeg maar, ervaring op doen.
		Ik vind het wel goed dat het op je rapport komt want dan bijvoorbeeld kun je het later weer terug zien
		Ik vind het wel wat saai.. Maar het hangt af van het onderdeel, of je het leuk vind. Ringzwaaien kan ze twee jaar doen.
		Misschien is het anders dat we nieuwe levels krijgen. Want bij de wendsprong had ik de eerste les level 4, en daardoor ging ik de tweede les niet nog een keer doen omdat ik het wel.. Ja ik vind het dan niet leuk genoeg zeg maar.
		Het Sportfolio is goed zoals het is.
		Ik vind het gewoon een extra toevoeging, wel leuk.
		Niet zo erg, maar het is niet waar ik naar uit kijk ofzo. Het is niet vervelend maar ook niet leuk.
		De komende tijd ga ik de wendsprong veel oefenen
Autonomie-ondersteunende les	Intrinsieke motivatie	Ja ik vind het fijn dat je ook mag kiezen wat je wilt gaan doen. Want we hadden vroeger best wel vaak dat je dan gewoon meerdere spellen had en dat we moesten door wisselen, en bij sommige dingen denk je dan echt ja super saai. Maar dit is gewoon alles wat je leuk vindt kan je doen.
	Uitdaging	Nou ik vind het wel fijn als het uitdaging heeft.
	Afhankelijk van klasgenoten	Vroeger vond ik voetbal wel leuk maar nu niet meer. Vooral omdat al die jongens erin zitten die duwen je

		gewoon opzij enzo en zij zijn.. Er zitten niet echt kinderen van jou niveau daar dan.
		Oplossing als je te weinig mensen hebt → Gewoon niet het spelletje doen en dan wat anders doen. En misschien, andere mensen erbij halen om te vragen. En als ze dan niet willen dan doe je wat anders.
		Maar meestal willen wel kinderen mee doen.
	Te veel vrijheid	'We waren gewoon een beetje aan het praten en zwaaien enzo'
		Leerling heeft wendsprong wel gedaan maar het Sportfolio niet bijgehouden omdat ze gewoon 'even willen springen'.
	Autonomie	Motivatatie omdat: Je moet niks. Zeg maar, ja je moet wel sporten want het is nou eenmaal gym. Maar, het is niet zo dat je naar een onderdeel móet gaan die je niet leuk vindt. Meestal heb je alleen maar leuke onderdelen en dan kan je ook gewoon één ding de hele les doen omdat je dat leuk vindt.
	Afwisseling lessen	De afwisseling met lessen waarin je verplicht wordt een onderdeel te doen is goed.
Video-feedback	Trots	Soms is het wel leuk om even terug te kijken van wat je goed hebt gedaan enzo.
	Ander perspectief	Misschien dat het filmend er naast staat. Naast bijvoorbeeld de kast. Dus vanaf een andere kant je sprong bekijken.
Zelfgestuurde processen	Niveaueverschil	Vroeger vond ik voetbal wel leuk maar nu niet meer. Vooral omdat al die jongens erin zitten die duwen je gewoon opzij. Er zitten niet echt kinderen van jou niveau daar dan. → Aparte niveaugroepen maken, volgens de leerlingen. Maar niet meer terug naar een groepjesles.
	Rol van vriendschap	Mijn vrienden die doen wat anders en dat ga ik dan ook doen. Vrienden spelen een rol in de keuze voor een onderdeel te kiezen.
	Rol van interesse	Kinderen kiezen voor een onderdeel omdat ze het leuk vinden. 'Maar dat is logisch'.

		Ik heb altijd dat stukje van als ik het leuk vind dan ga ik misschien verder. Maar als ik geforceerd, als ze zeggen dat ik het verder moet doen dan doe ik het misschien maar als het zo'n vrije les is dan doe ik het niet.
		De komende weken wordt er misschien wel weer geoefend, 'als ik niks te doen heb'. Het hangt af van andere onderdelen.
	Uitdaging	Als het te moeilijk is dan wil ik het het liefst gewoon niet doen.
	Afhankelijk van klasgenoten	Oplossing als je te weinig mensen hebt → Gewoon niet het spelletje doen en dan wat anders doen. En misschien, andere mensen erbij halen om te vragen. En als ze dan niet willen dan doe je wat anders.
		Maar meestal willen wel kinderen mee doen.

Interview 5 en 6

Beter leren bewegen	Vrije gymles	Leerling is zwaarder en leert anders, in stappen.
		Soms wel soms niet. Bij stoeien gingen veel mensen aanmoedigen.
		Kinderen kwamen niet aan de beurt door de regels.
	Sportfolio	Bijvoorbeeld ik leer de stapjes eerst, en daarna doe ik het gewoon tegelijk. En dan leer je het.
	Divers aanbod	Je leert veel verschillende activiteiten. Ik doe bijna elke keer wel iets anders.
		Je wordt beter in bewegen, want je doet wel veel. Als je bijvoorbeeld één sport elke keer doet in de vrije les dan is het ook weer niet goed, maar dat mogen we zelf weten maar.. Ik vind het niet fijn om elke keer hetzelfde te doen, ook wel leuk om iets anders te doen.
	Veel oefenen	Soms wordt je beter in bewegen in een vrije les door zo lang mogelijk door te gaan met iets.
Video-instructie	Levels	'Levels zijn wel handig'.
	Geen inbreng	maar soms ik wil ook gewoon zelf een manier verzinnen om het te doen.
	Rol van de docent	Meester kan ondertussen ook andere kinderen helpen.
		Meester kan niet iedereen helpen op hetzelfde moment.
		Ik soms ook niet, soms vind ik het wel fijn dat iemand het gewoon laat zien.
	Vervanging uitleg	De uitleg duurt bij ons altijd best wel lang omdat kinderen erdoor heen praten.
	Zelfstandig	Je leert het te lezen en daarna te doen.
		Dus het is wel leuker, gewoon geen uitleg en gewoon uitzoeken want daar leer je ook iets van.
	Oefeningen	Ja het is gewoon, dat filmpje nou dat moet je doen en dat is het maar ik denk dat niemand eigenlijk ooit die oefeningen zou gaan doen om beter te worden.

		Niemand oefent, alleen als het de opdracht is.
		Maar nu is het een extra toevoeging en bij ons is het meestal; hoe minder, hoe beter.
Motivatie	Sportfolio	Ik had er zin in.
		Ik ging vandaag wel oefenen omdat ik gewoon wil leren.
	Andere onderdelen	We hadden ook voetbal enzo, en we hebben bijna nooit voetbal bij gym.
	Vrije gymles	Het is wel leuk, maar dan met leuke onderdelen.
		Als de onderdelen minder leuk zijn wordt het te vrij.
		Omdat de andere onderdelen gewoon echt niet zo heel erg interessant waren. En bij de andere les had je stoeien en trapeze zwaaien en voetbal, en dat is gewoon leuk. En dan ga je ook niet de wendsprong doen als je iets anders leukers kan doen.
Sportfolio	Mate van oefenen	Ik heb het vorige week niet gedaan, vandaag wel. De eerste week heb ik het ook gedaan.
	Vrijheid beperkt	Ja maar ik vind het juist leuk met levels, want je gaat steeds een stapje hoger.
		Ik vind het niet persé vervelend, levels zijn wel handig maar soms ik wil ook gewoon zelf een manier verzinnen om het te doen.
		Ik wilde niet persé iets nieuws leren, maar het is gewoon leuk om te springen.
		Ik vind de levels wel fijn maar soms denk ik, ik wil wel springen maar ik wil niet level 4 halen want dan denk ik wat kan ik daarmee.
		Het is leuk, als je buiten speelt om ergens overheen te springen maar je hoeft dan niet ook nog een hele grote radslag te maken.
		Idee: challenges. Het lijkt wel op levels maar. Dat je ook een level zelf mag bedenken, zo van ja dat vind ik ook leuk.
	Vrijheid	Maar ik vind het wel fijn dat je echt zelf mag bepalen of je er echt wel zin in hebt.

		Dus dan zou ik wel springen want dan kan je zelf wel andere sprongen bedenken en dat is leuk.
	Stappen	Ik doe het in stappen. Je moet eerst dit doen, en dan heb je level 1..
	Beoordeling	Nou ik vind het veel chiller dan dat je cijfer krijgt zeg maar. Op mijn vorige school kreeg je cijfers. Dus dan vind ik levels veel fijner.
		Bijvoorbeeld, als je dan meteen een vier krijgt, dan weet je niet waarom en als je level 2 doet, dan weet je wat je moet aanpassen.
		Ik vind de levels zelf heel fijn, ik zou niet cijfers willen.
	Eigen tempo	Omdat je dan zeg maar gewoon het op je eigen tempo kan doen.
	Reflectie	Sportfolio vind ik meer dat je reflecteert, over jezelf. Hoe je het doet, welk level je hebt. En het heeft niet echt heel veel invloed over wat je doet.
	Oefeningen	Ja het is gewoon, dat filmpje nou dat moet je doen en dat is het maar ik denk dat niemand eigenlijk ooit die oefeningen zou gaan doen om beter te worden.
		Niemand oefent, alleen als het de opdracht is.
		Maar nu is het een extra toevoeging en bij ons is het meestal; hoe minder, hoe beter.
	Indruk	Ja is wel prima.
		Ik vind het wel goed zo en leuk dat er een Sportfolio überhaupt is op onze school.
Zelf-gestuurde feedback	Docent	Vragen aan iemand anders bijvoorbeeld aan meester Sven wat je moet doen.
		Dan vraag ik het aan de meester of aan andere kinderen die het wel goed kunnen.
	Klasgenoten	Iemand anders.
		Andere kinderen die het wel goed kunnen.
		Vragen aan mensen in je groepje.
		en bijvoorbeeld ... is heel goed in dat springen en dan zou ik misschien aan ... vragen; 'Hoe moet ik dat nou doen?'.
	Filmbeelden	De filmbeelden

	Genoeg mogelijkheden	Genoeg opties
Rol van de docent	Anderen helpen tijdens video-instructie	Meester kan ondertussen ook andere kinderen helpen.
		Meester kan niet iedereen helpen op hetzelfde moment.
	Differentiatie	Bij mij helpt meester altijd omdat ik een beetje zwaar ben dan doet ie zeg maar uhm.. hoe heet dat. Dat hij het verandert voor mij.
Autonomie-ondersteunende les	Ruimte voor differentiatie	Nou kijk, ik leer anders omdat ik een beetje zwaar ben. → er is tijd en ruimte voor.
	Divers aanbod	Ik doe bijna elke keer wel iets anders.
	Autonomie	En als de meester zegt wat je moet doen, dat we in groepjes zitten. Dan is het niet leuk. Het is leuker als je zelf je sport mag kiezen, dat vind ik.
		Leerling geeft aan behoefte te hebben aan die vrijheid, 'ik heb maar één keertje vrije in de hele week' (voetbaltraining).
	- Combinatie Sportfolio in vrije les	Het ligt er ook aan wat voor materiaal meester Sven dan neer legt. Want sommige dingen vind ik dan wel leuk en sommige wat minder. Ja saai, dan heb je niks te doen en dan blijf je dan maar gewoon rondlopen ofzo alsof je dan iets doet.
	Eén onderdeel	Er zit nooit iets tussen wat je super leuk vindt dus dan ga je meestal naar het eerste wat je opvalt. Dus bijvoorbeeld naar het klimmen dat heb ik de hele tijd gedaan en daar leer je ook weer iets van.
	Te veel vrijheid	Het is voor sommige kinderen wel te vrij (het verschilt per leerling). 'maar ik heb er zelf geen last van. Ik vind het zelf heel leuk.'
		Als je zo'n les bijvoorbeeld alleen maar praat ja dan begrijp ik het wel, dan moet meester weer gewoon echt lesgeven. Dat hij dan bepaalt wat wij gaan doen, in groepjes.
		Er was vandaag ook een groepje die gingen eigenlijk alleen maar een klein beetje te springen en ook heel veel praten. Dat zie ik heel veel.
		Bij groepjeslessen durven kinderen minder te praten.

		Het ligt er ook aan wat voor materiaal meester Sven dan neer legt. Want sommige dingen vind ik dan wel leuk en sommige wat minder. Ja saai, dan heb je niks te doen en dan blijf je dan maar gewoon rondlopen ofzo alsof je dan iets doet.
	Creatief	Ik denk dat je dan creatief bent, omdat je zeg maar eigen spellen kan verzinnen. Dus als je buiten bent en je hebt materiaal, dan kan je er toch iets van maken.
	Lang oefenen	Soms wordt je beter in bewegen in de vrije les door zo lang mogelijk door te gaan met oefenen.
	Afhankelijk klasgenoten	Ik denk dat er altijd wel mensen zijn.
		Als je iemand ziet rondlopen vraag je gewoon doe je mee en dan doen ze mee.
		Alleen nu was het vooral zo, nu was je de lummel, dan liep je weg, dan was iemand anders de lummel en dan kwamen ze weer terug. Dus dat is dan niet heel erg leuk want dan kan je gewoon wegllopen en dat is denk ik het enige nadeel.
		Dat je een onderdeel voor een bepaalde tijd moet doen.
	- Oplossing	Ja dat je wel zelf mag kiezen wat je gaat doen, maar als je er bent dat je er dan bijvoorbeeld 10 minuten bent en niet weg kan gaan
		Door de vrije les komen kinderen soms niet aan de beurt en dan ben je veel aan het wachten in de les. Oplossing: een groepsgeprek.
Video-feedback	Zonder docent	Meester kan ondertussen ook andere kinderen helpen. Bijvoorbeeld, wij gaan springen en dan heeft het niet heel veel zin als meester er gaat staan. Want dan kan hij gewoon iemand anders helpen, en ik vind het wel goed zo hoor.
Zelfgestuurde processen	Sportfolio	Niet geoefend bij wendsprong/Sportfolio
		Tip: de volgende keer als je weer gym hebt wat langer oefenen

		omdat je vandaag niet hebt geoefend.
	Samenwerken	Vragen aan de meester of aan andere kinderen.
		Het is niet te persé te vrij, 'maar soms praten hun ook gewoon over turnen die kinderen'.
	Interesses	Misschien houden ze in groep 8 gewoon meer van stoeien.
		Stel je voor ik vind voetbal leuk en de andere kinderen hebben een andere mening omdat ze iets anders leuker vinden.
		Omdat we iets groter zijn en wij doen niet meer dat agressie en huilen maar een beetje met elkaar zitten te vechten dat vinden we dan wel leuk.
	Afhankelijk klasgenoten	Ik denk dat er altijd wel mensen zijn.
		Als je iemand ziet rondlopen vraag je gewoon doe je mee en dan doen ze mee.
		Alleen nu was het vooral zo, nu was je de lummel, dan liep je weg, dan was iemand anders de lummel en dan kwamen ze weer terug. Dus dat is dan niet heel erg leuk want dan kan je gewoon wegllopen en dat is denk ik het enige nadeel.
	- Oplossing	Dat je een onderdeel voor een bepaalde tijd moet doen.
		Ja dat je wel zelf mag kiezen wat je gaat doen, maar als je er bent dat je er dan bijvoorbeeld 10 minuten bent en niet weg kan gaan
		Door de vrije les komen kinderen soms niet aan de beurt en dan ben je veel aan het wachten in de les. Oplossing: een groepsgesprek/overleg over de regels.
	Buitensluiten	Buitensluiten in de vrije gymles gebeurt volgens de kinderen bijna niet.
	- Oplossing	Anders wisselen we wel door, zeg maar, als er één iemand af is dan kan die eruit. Dan kan de eerste erin en dan achter aan sluiten.
	Inbreng	Leerlingen ervaren het gevoel inbreng te hebben in de vrije les.

		Dus het is wel chill dat je je eigen spel kan verzinnen.
--	--	--

Interview 7 en 8

Beter leren bewegen	Vooruitgang - Sportfolio	Aan het begin was het lastig. Toen ging het steeds beter.
		Ik begon niet zo heel goed, en ik ging toen meer oefenen, en nu kan ik de wendsprong heel recht en lang en mooi.
		Ik vond bijvoorbeeld met de wendsprong ben ik van level 1 helemaal bij level 3 gekomen.
		Ik begon in level 3. En ik ging al vrij snel naar level 4, of eigenlijk 5 want dat is nu het hoogst.
	In combinatie met autonomie-ondersteunende les	Maar als je zelf mag kiezen ja kan je ook nog meer andere spellen leren, omdat je het dan al gehaald hebt, dan kan je naar iets anders. (eindniveau gehaald)
	Autonomie-ondersteunende les - Meerdere dingen leren	Maar als je zelf mag kiezen, dan kan je bijvoorbeeld twee spellen leren.
		Ik vind dat je best wel één spel de hele les kan doen, dat mag, je leert er nog steeds van. Het is niet dat je er niet van leert, maar als je meer spelletjes leert kan je nog meer leren dus.
		Twee kinderen geven aan beter te worden in gymmen in de vrije les.
	Zelfstandig leren	Je wordt beter in gymmen want 'je leert zelfstandig gymmen'
Video-instructie	Oefeningen nodig bij uitdaging	Nou ik vind bijvoorbeeld, voor mij in level 1, 2, 3 dan heb ik die oefeningen niet nodig.
		Ik vind het bij level 4 wel nodig want dan is het wat lastiger, en dan weet ik niet echt hoe ik het moet doen. Dan zie ik het wel op het filmpjes.
	Oefeningen	Want met het voorbeeld filmpje wist ik eigenlijk niet zo goed wat ik moest doen om level 4 te halen. Dus dat, heb ik wel goed ontvangen zeg maar.
	Fijner dan een plaatje	De filmpjes helpen wel. Want dan zie je het iemand echt doen

		en anders zie je een plaatje en dan kan je het verkeerd begrijpen.
Motivat	Autonomie-ondersteunende les	Motivat: leuk en omdat iets te leren.
		Ik doe gewoon wat ik leuk vind.
		Gemotiveerd in vrije les
		Ik heb er heel veel zin in altijd.
Sportfolio	Uitdagend	Je leert dat je steeds verder kan gaan, je wordt steeds beter als je maar oefent. Dus niet dat je zegt van ja ik oefen dit één keer en dan kan ik het.
		Ja want je kan nog steeds verder gaan, je kan steeds nog meer gaan doen.
	Feedback	Stel je voor je vind iets lastig, dan kan je daar nog veel meer tips leren en je kan opnieuw bekijken wat je heel lastig vindt.
	Bewust leren	Bijvoorbeeld bij de wendsprong, dan ga ik bij mezelf steeds dat ik denk van ok ik moet harder springen, harder rennen en je handen verder weg zeggen. En dan ga ik dat dus proberen en dan lukt het nog beter, en dan lukt het.
		En dan met het Sportfolio kan je het steeds bijhouden en dan zie je ok dit zijn mijn punten. Van ok, ik ben nu bij level 3, en ik moet nog oefenen dat en dat en dat, als ik dat oefen dan ga ik naar level 4.
	Evalueren	Nou het was wel fijn, want dan kan je, stel je voor eerst vond je het heel erg lastig. En dan de tweede keer vind je het nog steeds lastig, maar dan bijvoorbeeld de vierde keer vind je het makkelijk. En dan kan je het steeds veranderen.
		Nou ik vind het wel fijn want je kan bijhouden welke les en welk niveau je bent. Stel je hebt nu level 5 gehaald, dan heb je een ander niveau dan je eerst had. Dus dan kun je dat weer aanpassen en weer op gaan schrijven.

		Ik bedoel het helpt me wel want dan denk ik van dan dit level ben ik en daar begon ik, en dit vind ik en dan kun je dat invullen.
		Ik had ingevuld dat ik wel iets meer m'n best kon doen.
	- Inschatten	Nou ik denk dat ik mezelf wel goed kan inschatten. Ik denk dat iedereen wel weet welk level ze zitten.
		Je zit in level 4 en de vraag is 'vind je het leuk of niet leuk?', dan ga ik sowieso invullen dat ik het leuk vind.
		Je zit in level 4, dan ga je heel snel en dan ben je goed in het oefenen.
	- Succeservaring	Stel je voor je bent bij level 3 en je vind het best wel saai. En als je bij level 4 bent dan krijg je meer het gevoel, dit is best wel leuk dus je kan het ook weer veranderen.
	Relevantie ontbreekt	Maar ja je hebt er niet echt zo veel aan. Want je kan ook wel gewoon zelf onthouden bij welk level je bent of je kan het helemaal opnieuw doen en ja tot welk level je komt.
		Maar eh ik weet niet echt waarvoor het is.
		Ik denk dat ik het niet ga gebruiken ooit.
		Ik weet niet voor wat we de wendsprong doen maar ik denk niet dat we het in het echte leven gaan gebruiken.
	Tijd/vrijheid	Maar af en toe denk je van ik wil verder gaan.
		En als het niet lukt dan ga je gewoon een andere keer weer proberen.
	Behoefte	Maar als ik zou moeten kiezen of ik het zou willen, of niet zou willen. Dan zou ik wel een Sportfolio willen, om dat in te kunnen vullen. Want ik vind het dan ook wel fijn.
	Motivatie	Afhankelijk van hoe leuk de activiteit is kiest een leerling om veel te oefenen.

	Divers aanbod	het is ook wel fijn dat er veel verschillende spelletjes zijn net als wat 2 zei, stel je voor je bent goed in voetbal, ga je iets met voetbal doen. En als je goed bent in basketbal ga je iets met dat doen, maar je moet niet.
	Competentie	Kinderen zijn in staat het Sportfolio zelf in te vullen.
	Autonomie	Sportfolio zelfstandig uitvoeren lukt.
	Helpen	Ik zag dat kinderen er moeite mee hadden, dus ik dacht bij mezelf als ik ze nou ga helpen, want ze moeten het toch leren.
	Omvang	Het Sportfolio is niet te uitgebreid (nadruk op filmpje met oefeningen).
	Leerprocessen	Je leert jezelf inschatten.
		Je leert jezelf beter kennen.
		Je komt erachter wat je echt leuk vindt en wat je wat minder goed kan.
	Zelfbeeld	Ja sommige kinderen die zien niet in hunzelf wat ze wel goed kunnen en niet goed kunnen en het Sportfolio helpt voor hun wel om te weten wat ze wel en niet kunnen.
	- Bewustwording	Kinderen worden bewuster van wat ze kunnen, het zelfbeeld verandert.
	Sportstimulering	Als je nog niet op een sport zit, je sport erop baseren zeg maar een sport die je bij gym heel leuk vond dat je daar misschien op gaat.
Autonomie-ondersteunende les	Autonomie	Super leuk, vooral omdat je zelf mag kiezen.
		Ik vind het ook gewoon leuk dat je zelf mag kiezen.
	Uitdaging	Activiteiten met uitdaging zijn leuk.
		Dan ga ik allemaal trucs oefenen die ik nog niet kan of wat lastiger vind.
		Gewoon een hele erge uitdaging vind ik wel leuk.
	- Aanpassen	En daarna wilde ik weer een uitdaging, toen gingen we vandaag de kast draaien. Dus de

		lange kant zo, en dat vond ik nog wel lastig en toen had ik gevraagd of ik matten erbij mocht, en dat mocht.
	Divers aanbod	Veel verschillende spellen gedaan in één les.
		Als je zelf mag kiezen doe ik meestal gewoon alles wat er is.
	Motivatie	Je mag zeg maar kiezen, dus ik doe meestal alle spelletjes die ik zelf heel leuk vind.
		Als je zelf mag kiezen doe ik meestal gewoon alles wat er is.
	- Niet bewust	Je bent niet echt bezig met wat je moet leren. Wij zijn gewoon kinderen, wij willen gewoon spelen . En als je het speelt, dan ga je toch oefenen omdat je wel beter wilt worden. En als je beter wordt, vindt je het leuker . Maar je hebt het niet in de gaten, je bent je er niet heel bewust van.
	- Wel bewust	Ik ben me er wel bewust van dat ik niet de hele tijd hetzelfde moet doen omdat ik ook een keer wat nieuws wil proberen.
	Vrijheid	Eigenlijk krijg je gewoon veel meer vrijheid. Maar in deze lessen mag je ook zelf kiezen.
		Meer vrijheid is fijn/prettig.
	Te veel vrijheid	Als je een onderdeel niet leuk vind dan merk ik toch wel sneller dat de meester er wat minder snel wat van zegt en daardoor ga je sneller praten met elkaar zeg maar.
	- Praten	Alleen je gaat toch sneller misschien wat praten. Dus je bent niet de hele les aan het gymmen denk ik.
	Buitenspelen	Spelletjes worden op het plein ook gespeeld.
	Meerdere vaardigheden leren	Maar als je zelf mag kiezen, dan kan je bijvoorbeeld twee spellen leren.
		Ik vind dat je best wel één spel de hele les kan doen, dat mag, je leert er nog steeds van. Het is niet dat je er niet van leert, maar als je meer spelletjes leert kan je nog meer leren dus.

		Maar als je zelf mag kiezen ja kan je ook nog meer andere spellen leren, omdat je het dan al gehaald hebt, dan kan je naar iets anders. (eindniveau gehaald)
	Eén onderdeel	Tip: Ik zou meer doen, je mag wel de hele les hetzelfde doen alleen moet je de volgende les weer wat anders doen.
	- Concentratie	En stel als je de hele les één spel speelt dan ben je meer geconcentreerd in dat ene spel.
	Select gezelschap	Je speelt vaak met dezelfde kinderen.
		Ik speel meestal gewoon met dezelfde personen altijd.
		Want ik speel ook altijd met dezelfde personen.
	- Vrienden	In een vrije les ben je veel met vrienden.
		Nou ik heb wel een beetje dat ik wel vaak met m'n vrienden speel, en niet echt wat anderen doen.
	Geen select gezelschap	Nou ik vind het niet zo erg om met iemand anders te spelen. Ik doe vaak bij gym dan doen we een spelletje, en dan zie ik andere kinderen en dan ga ik gewoon mee doen. Ook als het geen vrienden zijn.
	Eén groep	Bij het stoeien gingen veel kinderen aanmoedigen. 'We waren toen bijna met de hele klas daar'.
	Uitdaging uit de weg	Dus dat is niet iets wat ik zou doen maar als de les erom draait dan probeer ik wel echt mijn best ervoor te doen.
	Klasgenoten - Veel contact - Beter kennen	Als ik met hun speel en ik vind dat spel leuk, dan heb ik veel contact. En je leert ze ook beter kennen.
Rol van de docent	Band	De band met de meester in de vrije les is prima.
		Doordat de meester mee doet krijg je een band.
	Rol	Hij doet mee, en is speels. Hij is net een leeftijdsgenoot, hij legt het je goed uit in onze taal.
		De meester ging mee doen.

		Als je een onderdeel niet leuk vind dan merk ik toch wel sneller dat de meester er wat minder snel wat van zegt
Zelfgestuurde feedback	Videofeedback	Stel je voor je vind iets lastig, dan kan je daar nog veel meer tips leren en je kan opnieuw bekijken wat je heel lastig vindt.
Zelfgestuurde processen	Motivatie	Kinderen kiezen vooral de leuke dingen.
		Ik doe gewoon wat ik leuk vind.
	Bewustwording - Wel bewust	Bewust van eigen leerproces en inplannen eigen gymles.
		Ik ben me er wel bewust van dat ik niet de hele tijd hetzelfde moet doen omdat ik ook een keer wat nieuws wil proberen.
		Maar als je zelf mag kiezen ja kan je ook nog meer andere spellen leren, omdat je het dan al gehaald hebt, dan kan je naar iets anders. (eindniveau gehaald)
	- Soms bewust	Bewustwording kan met maar ook zonder Sportfolio.
		Ik ben me soms wel bewust, en soms ook niet.
	Niveau inschatten	Nou ik denk dat ik mezelf wel goed kan inschatten. Ik denk dat iedereen wel weet welk level ze zitten.
		Het inschatten kunnen alle drie leerlingen.
		Je leert jezelf inschatten.
	Reflecteren	Ik vind het niet persé lastig om over mezelf in te vullen.
	Evalueren	Nou ik had ingevuld dat ik wel iets meer m'n best kon doen.
		Ik had ingevuld dat ik het matig had gedaan, want ik had het ook maar één les geoefend. Maar dat kwam omdat ik het niet heel erg leuk vind.
	Zelfbeeld	Andere leerlingen geven aan dat je geen beter beeld krijgt van jezelf.
	Klasgenoten	Soms is het dus dat ik een spel wil spelen en dan komen mijn vrienden er ook bij, en ook andere mensen.

	- Dezelfde mensen	Ik bedoel, ik speel meestal gewoon met dezelfde personen altijd.
		Ik speel ook altijd met dezelfde personen.
	Vriendschap	In een vrije les ben je veel met vrienden.
		Ik heb wel een beetje dat ik wel vaak met m'n vrienden speel, en niet echt wat anderen doen.
	- Geen vrienden	Nou ik vind het niet zo erg om met iemand anders te spelen. Ik doe vaak bij gym dan doen we een spelletje, en dan zie ik andere kinderen en dan ga ik gewoon mee doen. Ook als het geen vrienden zijn.
		Ik speel ook wel met andere mensen.
	Elkaar helpen	Ik zag dat kinderen er moeite mee hadden, dus ik dacht bij mezelf als ik ze nou ga helpen, want ze moeten het toch leren.
	Spel aanpassen	Meteen kijken wie het spel niet leuk vindt. En als de meerderheid het niet leuk vindt, dan verander je het zodat het verandert is.
		We maken er dan zelf een spel van.
		Want als het moeilijker wordt dan gaan we een manier bedenken om het makkelijker te maken → soms ruzie.
	- Arrangement	We hebben bijvoorbeeld een keer van een ander spel wat we allemaal niet zo leuk vonden, hebben we een voetbalveld van gemaakt.
	- Regels	We verzinnen er soms een paar regels bij.

