

Concept Notitie

# Wedstrijd-en Breedtesport

Voor de Leden, Ouders van Leden van s.v. Forza Gymnastica

Opgesteld door het Bestuur van s.v. Forza Gymnastica in samenwerking  
en overleg met de Technische Leiding van s.v. Forza Gymnastica

K.v.K. nummer 22042278

Versie 2010 – 2011



“Een aanwinst voor de beoefening en stimulering van de gymnastiek- en turnsport in Goes en Nederland”

### Doel van de notitie

Het doel van de notitie is het vastleggen van visies die ten grondslag liggen aan beleid.

### Status van de notitie

De notitie is een concept totdat de mening van alle betrokkenen (leden, kader en bestuur) er in verwerkt is. Vooralsnog functioneert dit concept als een praatpapier en heeft het ook die status.

### Inhoud

|                                   | Pagina: |
|-----------------------------------|---------|
| A. Visies                         | 3       |
| 1. Visie op de mens               | 3       |
| 2. Visie op het kind              | 4       |
| 3. Visie op leiding- en lesgeven  | 4       |
| 4. Visie op sport                 | 5       |
| 5. Visie op leren                 | 5       |
| 6. Visie op motorisch leren       | 6       |
| 7. Visie op organisatie           | 6       |
| B. Uitgangspunten voor beleid     | 7       |
| C. Doelstellingen                 | 7       |
| D. Consequenties voor de praktijk | 7       |

## A. Visies:

### 1. Visie op de mens

We kunnen op vier manieren naar de mens kijken. We onderscheiden vier aspecten (aanzichten). De vier aspecten zijn wel te onderscheiden, maar niet te scheiden: alle aspecten beïnvloeden elkaar en zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. De mens is een geheel.

#### a. Het motorische aspect:

De mens staat bewegend in de wereld. Homo Faber: het 'hand'-teren van deze wereld geeft hem de gelegenheid deze omringende wereld te leren kennen. Kennen en doen, doen en kennen liggen in elkaars verlengde. De mens is een lichaam dat de natuurkundige wetten moet volgen.

#### b. Het emotionele of affectieve aspect:

De mens kan zichzelf ook leren als een mens met emoties, zoals angst, vreugde, woede en overmoed. Motivatie en doorzettingsvermogen moeten gekweekt worden in een sfeer van vertrouwen. Nochtans kunnen zich situaties voordoen waarin de een mens inhoudt en de ander vol goede moed doorgaat. Grenzen verleggen betekent ook doorzetten in het vertrouwen dat het goed komt. Een emotioneel evenwichtig mens zal een frustratietolerantie hebben ontwikkeld. Hij zal op prikkels en uitdagingen in gaan die hem als mens rijker maakt.

#### c. Het sociale aspect:

De mens kan ontwikkelen zonder en met inbreng van de ander. Er zijn situaties waarin hij alleen moet acteren en waar hij niet zonder de ander kan. Beide situaties moet de mens aankunnen, al zal elk mens van nature een voorkeur hebben.

#### d. Het cognitieve aspect:

De omringende wereld leert een mens ook kennen met behulp van zijn verstand. Probleemoplossend denken is een eigenschap die een mens door de eeuwen heen geholpen heeft te overleven. Door te plannen en creatief met die planning om te gaan kan hij reageren op zijn omgeving en zijn omgeving naar zijn hand zetten. Denken en doen zijn zeer nauw met elkaar verbonden.

## 2. Visie op het kind

Alle aspecten uit '1. de visie op de mens' zijn ook geldig voor de nog onvolwassene mens. Volwassen zijn: de consequenties van je eigen handelen overzien en kunnen dragen.

'Zelfverantwoordelijke zelfbepaling' houdt dan ook in dat het kind op weg is naar zelfstandigheid.

Samen met de (jong)volwassene gaat het kind zijn (on)-mogelijkheden leren kennen en ontwikkelen. Dit legt een grote verantwoordelijkheid bij die volwassen begeleider: hij brengt onwillekeurig waarden en normen over op het kind. Het kind leert alleen in vrijheid. Vrijheid in gebondenheid: rekening houden met de ander blijft een humaan /christelijk gegeven. Leren geven en nemen: assertiviteit en zelfstandigheid aanleren. Een kind dat laten doen wat het al zelf kan.

Steeds weer de 'zone van de naaste ontwikkeling zoeken': de grens van het niet en wel kunnen aangeven. Deze grens net zover passeren dat het kind niet terugdeinst maar toehapt. Haalbare doelen stellen, overleg zoeken (de taal van het kind spreken: leervoorstel en arrangementsvoorstel), bemoedigen, stimuleren, streng zijn waar nodig (veiligheid) en soms pushen. Pushen is niet negatief: de kunst van het vak is voor elk individu de juiste stimulans te zoeken. Dit kan betekenen dat de meesterhand en de dwingende ogen van de meester letterlijk en figuurlijk het kind zijn grens laat verleggen (niet doet verleggen). Het kind stapt in, er is geen sprake van dwang. De relatie tussen trainer en pupil is hier van groot belang. Geen macht, wel vertrouwen geeft op de lange duur de grootste opbrengst.

## 3. Visie op leiding- en lesgeven

Deze zit al voor een groot deel vevat in de visie op het kind. Echter het volgende over leiderschapstijlen: de relatie en de taak staan in een les of training in een bepaalde verhouding tot elkaar. De volwassene is verantwoordelijk voor deze verhouding. Hij moet de juiste mengvorm kiezen die bij zijn pupil past. De relatie is voorwaarde om de taak tot een goed einde te brengen. De 'verkoper' is in zijn lesgeven gericht op een hoge relatie en een hoge taak.

Er zijn echter momenten dat hij andere rollen speelt: dan staan alleen de taak ( de instructeur) of alleen de relatie (de participeerde) centraal. Er is nog een rol te onderscheiden: de delegeerder, zowel de taak als de relatie staan laag genoteerd in zijn leidinggeven. Op de achtergrond aanwezig ontwikkeld hij een soort 'laisser-faire' houding. Dit is niet negatief. Er zijn momenten in de les of training dat de begeleider letterlijk terugtreedt en de groep of het individu los laat en overlaat in een zelfstandig oefenen.

De 'meester' heeft een evenwicht in deze vier rollen. De ervaring leert ons dat je dit nooit voor alle pupillen goed doet. Waarvan akte. Elk sportvorm vereist een andere mengvorm: wedstrijd sport voor jeugdigen zal meer gebruik maken van de 'verkoperrol', maar voor nieuwe en moeilijkere bewegingsvormen zal het accent verschuiven naar de 'instructeursrol'.

#### 4. Visie op sport

Sport, c.q. turnen, stelt hem in staat de vier aspecten te leren kennen en ontwikkelen. Het motorische zal de insteek zijn om alle andere aspecten mede te ontwikkelen. Derhalve moet de sporter in staat worden gesteld op het hoogst mogelijke niveau te kunnen presteren. Voor de sportwereld geldt het onderscheid individuele sporter, teamsporter (en mogelijk de indifferente sporter: voor alles en niets echt geschikt).

Deze prestatie wordt bepaald door de (on)mogelijkheden van de sporter zelf en zijn omgeving. De omgeving bestaat uit de omstandigheden waaronder de sport wordt beoefend (accommodatie, materiaal, aantal uren en de kennis en vaardigheden van de trainers), de gezinssituatie (ouders/verzorgers hebben hun eigen ideeën omtrent sportbeoefening en de school- of werk situatie. Afstemming van de vier aspecten van de mens en het kind leidt naar de hoogste prestatie die mogelijk is voor de sporter.

#### 5. Visie op leren

Betekenisvol bewegen houdt in dat de sporter betekenis geeft aan de beweging die hij gaat leren: de beweging moet hem uitdagen. De sporter ontwikkelt de leerbereidheid en motivatie om verder te gaan op de weg. De trainer schept een situatie waarin het kind of de jongvolwassene optimaal leert: het arrangement moet veilig, herkenbaar, oproepbaar en ombouwbaar zijn.

Veiligheid staat voorop: als de sporter het materiaal of de trainer niet vertrouwt en zich niet veilig voelt zal hij niet instappen. De sporter mag geen ongeluk overkomen. De opstelling van de materialen en de accommodatie mag geen gevaar opleveren voor de sporter.

De sporter moet aan de opstelling van de materialen (het arrangementsvoorstel) en de uitleg van de trainer (het leervoorstel) kunnen begrijpen waar hij mee bezig is. Totaalbewegingen (profielementen) in aangepaste arrangementen leveren meer leerbereidheid en leerplezier op.

De opstelling van materialen (het arrangement) moet die beweging oproepen die op dat moment aan de orde is om te leren (een schuin vlak roept bij een 5-jarige 'naar beneden rennen' op, maar bij een 7-jarige 'naar beneden rollen' op).

Als een arrangement ombouwbaar is kan de bewegingsuitvoering snel 'moeilijker', maar ook vlot 'makkelijker' gemaakt worden. Elke deelnemer kan dan op zijn eigen niveau meedoen aan de bewegingsactiviteit (differentieren = omgaan met verschillen).

## 6. Visie op motorisch leren

In het voorgaande zijn al een aantal zaken aan de orde gekomen: hier willen we het leren van totaal bewegingen en deelbewegingen nog eens benadrukken in het licht van leerbereidheid, motivatie en plezier. Als de motivatie hoog is, zal het rendement van de les of training hoog zijn. Intrinsieke motivatie is te vergroten door aan de sporter aan te geven op welk niveau hij zich bevindt en waar hij naar toe werkt. Kennis hebben over het eigen wel en niet kunnen vergroot ook het leerplezier, want de deelnemer weet waar hij naar toe werkt: hij raakt uitgedaagd. Dit pleit dus voor totaal bewegingen (profiel-elementen zoals de handstandoverslag en de flick-flack) in een aan het niveau aangepast arrangement aan te leren. Het betekenisvolle bewegen heeft dit als uitgangspunt.

Komt de trainer tot de conclusie dat delen van de totaalbeweging nog niet in orde zijn dan kan hij deze deelbeweging los maken uit het totaal, los inoefenen en later weer terug plaatsen in het geheel. Voorwaarde is dat de sporter voldoende feedback heeft gekregen om te snappen waar hij mee bezig is. Het oefenen van delen en dan aan elkaar hechten levert een lager leereffect op (het totaal is meer dan de som der delen).

Daarnaast, en dat is de rode draad van het verhaal, zijn de leerbereidheid, De motivatie en het plezier veel minder bij de 'deelmethode'.

## 7. Visie op organisatie

Human-resource management is essentieel voor de organisatie van sportvereniging: de juiste persoon (m/v) op de juiste plaats.

Een zo plat mogelijke organisatiestructuur waarbij verantwoordelijkheid en aansprakelijkheid bij zo veel mogelijk mensen is weggelegd: betrokkenheid op zo jong mogelijke leeftijd. Korte communicatielijnen en direct contact met betrokken moet zorgen voor een adequate aanpak wat betreft beleid vaststellen, uitvoeren en bijstellen.

B. Uitgangspunten:

1. Alle vrijwilligers verbonden aan S.V. Forza Gymnastica nemen kennis van de visies, uitgangspunten, doelen en middelen. De vrijwilligers becommentariëren en onderschrijven deze alvorens hieraan in hun lessen en trainingen uitdrukking te geven.
2. Elke sportgroep in de vereniging heeft zijn eigen sportdoel: recreatiesport, wedstrijdsport of topsport. Deze laatste sportvorm is in onze vereniging niet mogelijk. Binnen het turnen zal het individuele de boventoon voeren, in het springen en acrogym zal de groepsprestatie meer voorop staan.
3. Gevraagd en ongevraagd kan bestuur, kader en leden elkaar van advies dienen omtrent visies, uitgangspunten, doelen en middelen.
4. De wijze van motorisch leren in Forza Gymnastica is er een van 'ervaringsleren'. Trainers en sporters uit de wedstrijdtak streven de totaal methode na, waarin profielementen met behulp van betekenisvolle bewegingsarrangementen aangeleerd en vervolmaakt worden. Deze wijze van motorisch leren is hen doorgegeven door oudere generaties, ingegeven door eigen bewegingservaring en aan hen bevestigd door scholing en sportresultaten. De groei van de jeugdspringploeg en meisjeselecties lijkt deze conclusie te rechtvaardigen.

C. Doelen:

1. Op lange termijn: zoveel mogelijk mensen stimuleren sport te beoefenen, en dus een zo breed mogelijk scala aan bewegingsvormen aan te bieden voor jong en oud.
2. Op middellange termijn: het ontwikkelen van Euroteamspringen, Bewegen op muziek voor jong en oud en kinderen met een motorische achterstand een goede plaats geven in de recreatiesport.
3. Op korte termijn: de dagelijkse gang van zaken regelen omtrent leiding, accommodatie, werving en financiën.

D. Consequenties voor de praktijk:

1. Regelmatig contact van de kaderleden moet er toe leiden dat er eenheid in diversiteit ontstaat. Uiteraard is er ruimte voor eigen inbreng als verrijking voor de ander, maar we moeten streven naar een gelijke methodisch | technische aanpak. De bewegingen moeten als gehelen worden aangeleerd. Profielementen zijn betekenisvolle totaalbewegingen. De didactiek moet de visie op de mens en het kind weerspiegelen: de mens met al zijn aspecten staat centraal.
2. Prestatiesport staat hoog in ons vaandel. Echter niemand wordt daartoe gedwongen. Een vrije keus op grond van informatievoorziening en vruchtbare discussie is en blijft het uitgangspunt. Dit laatste zal lastig blijven met vrijwilligers die naast hun, niet vrijblijvende vrijwilligers werk, gewoon een baan hebben.
3. Hoer en wederhoor moet leiden tot een optimale en mogelijk maximale communicatie. Waar een wil is, is een weg.

Ed Dijkhuizen, Goes september 2009.