

# DE SPORTLEIDER ALS BEGELEIDER DEEL 2



Angerenstein  
SPORT & BEWEGEN

# COLOFON

Uitgeverij: Edu'Actief b.v.

0522-235235

info@edu-actief.nl

www.edu-actief.nl

Auteurs: Bert Geenen, Irma Mol

Inhoudelijke redactie: CIOS Nederland, Bert Geenen

Titel: De sportleider als begeleider deel 2

ISBN: 978 90 3722 760 4

Beeld met dank aan: Beweegkriebels – Huis voor beweging.

© Edu'Actief b.v. 2016

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht ([www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in compilatiewerken op grond van artikel 16 Auteurswet kan men zich wenden tot de Stichting PRO ([www.stichting-pro.nl](http://www.stichting-pro.nl)).

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

Door het gebruik van deze uitgave verklaart u kennis te hebben genomen van en akkoord te gaan met de specifieke productvoorwaarden en algemene voorwaarden van Edu'Actief, te vinden op [www.edu-actief.nl](http://www.edu-actief.nl).

# INHOUDSOPGAVE

	<b>Voorwoord</b> .....	<b>6</b>
Leereenheid 1	<b>Sport en opvoeding</b> .....	<b>9</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>11</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>13</b>
	1.1 Wat is opvoeden? .....	13
	1.2 Het doel van opvoeden .....	17
	1.3 Opvattingen over opvoeden .....	21
	1.4 Waar wordt opgevoed? .....	28
	1.5 Opvoeding door sport .....	30
	1.6 Pedagogische mogelijkheden van de sportleider .....	34
	1.7 Interculturele opvoeding .....	47
	1.8 Allochtonen en sportgedrag .....	50
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>60</b>
Leereenheid 2	<b>Leiderschapstijlen</b> .....	<b>69</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>70</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>72</b>
	2.1 Wat is leidinggeven? .....	72
	2.2 Kwaliteiten van een leider .....	76
	2.3 Theorieën over leidinggeven .....	82
	2.4 Leiderschapstijlen .....	85
	2.5 Leidinggeven binnen de sportieve recreatie .....	94
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>103</b>
Leereenheid 3	<b>Doelgroepen</b> .....	<b>111</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>112</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>113</b>
	3.1 Doelgroepen onderscheiden .....	113
	3.2 Doelgroepen indelen .....	116
	3.3 De beschrijving van een doelgroep .....	120
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>125</b>

Leereenheid 4	<b>Het jonge kind</b> .....	<b>129</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>130</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>132</b>
	4.1 De baby .....	132
	4.2 De peuter .....	147
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>158</b>
Leereenheid 5	<b>Het jonge kind</b> .....	<b>163</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>164</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>166</b>
	5.1 De baby .....	166
	5.2 De peuter .....	181
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>192</b>
Leereenheid 6	<b>Het basisschoolkind</b> .....	<b>197</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>198</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>200</b>
	6.1 De kleuter .....	200
	6.2 Het jonge schoolkind .....	210
	6.3 Het oudere schoolkind .....	220
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>230</b>
Leereenheid 7	<b>Puberteit en adolescentie</b> .....	<b>235</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>236</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>238</b>
	7.1 De puberteit .....	238
	7.2 De adolescentie .....	264
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>275</b>
Leereenheid 8	<b>Volwassenheid en ouderdom</b> .....	<b>279</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>280</b>

	<b>Theorie</b> .....	<b>282</b>
	8.1 Volwassenheid .....	282
	8.2 De jongvolwassenheid .....	284
	8.3 De middelbare leeftijd .....	292
	8.4 De vroege ouderdom .....	296
	8.5 De ouderdom .....	305
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>324</b>
Leereenheid 9	<b>Pesten</b> .....	<b>331</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>332</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>334</b>
	9.1 Wat is pesten? .....	334
	9.2 Waarom wordt er gepest? .....	337
	9.3 De betrokkenen bij het pesten .....	340
	9.4 De gevolgen van pesten .....	342
	9.5 Aanpak van pestgedrag .....	345
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>352</b>
Leereenheid 10	<b>Specifieke doelgroepen</b> .....	<b>357</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>358</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>360</b>
	10.1 ADHD .....	360
	10.2 Autisme .....	371
	10.3 Het hoogbegaafde kind .....	382
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>389</b>
Leereenheid 11	<b>Sporters met een beperking</b> .....	<b>393</b>
	<b>Casus</b> .....	<b>394</b>
	<b>Theorie</b> .....	<b>396</b>
	11.1 Terminologie en indeling .....	396
	11.2 Sporters met een lichamelijke beperking .....	403
	11.3 Sporters met een verstandelijke beperking .....	407
	11.4 Sport- en bewegingsactiviteiten voor sporters met een beperking ..	410
	<b>Verwerkingsopdrachten</b> .....	<b>420</b>

# VOORWOORD

Angerenstein SB (Sport en Bewegen) is een complete serie leermiddelen voor het kwalificatiedossier Sport en Bewegen. Angerenstein SB bestaat uit boeken met theorie en opdrachten, online verdiepingsstof en digitale toetsen.

Dit boek is een van de vijf boeken voor de basiskerntaken van het kwalificatiedossier Sport en Bewegen op mbo-niveau 3 en 4. In het volgende schema staan de boeken van Angerenstein SB.

Niveau 4	<u>Coördinator buurt, onderwijs en sport</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• BOS-medewerker</li><li>• SB-projecten coördineren</li></ul>	<u>Coördinator sport, bewegen en gezondheid</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sport, bewegen en gezondheid, deel 1</li><li>• Sport, bewegen en gezondheid, deel 2</li><li>• SB-projecten coördineren</li></ul>
	<u>Coördinator sport- en bewegingsagogie</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bewegingsagoog, deel 1</li><li>• Bewegingsagoog, deel 2</li><li>• SB-projecten coördineren</li></ul>	<u>Coördinator sportinstructie, training en coaching</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• SB-projecten coördineren</li></ul>
Niveau 3	<u>Sport- en bewegingsleider</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• De sportleider als lesgever (kerntaak 1, deel A)</li><li>• De sportleider als begeleider, deel 1 (kerntaak 1, deel B)</li><li>• De sportleider als begeleider, deel 2 (kerntaak 1, deel B)</li><li>• De sportleider als trainer-coach (kerntaak 1, deel C)</li><li>• De sportleider als organisator en sb-functionaris (kerntaken 2 en 3)</li></ul>	

## De opbouw van de leereenheden

Ieder boek bevat leereenheden die de sport- en bewegingsleider in opleiding gedurende zijn of haar opleiding veelvuldig zal raadplegen. Deze leereenheden bestaan uit:

- theorie (+ online verdiepingsstof)
- casuïstiek
- verwerkingsopdrachten
- digitale toetsen.

## Theorie

De leereenheden bevatten de informatie die relevant is voor de sport- en bewegingsleider in opleiding. De theorie wordt verlevendigd met voorbeelden uit het SB-werkveld. Aanvullende informatie vind je in de verdiepingsstof die beschikbaar is op [www.angerenstein.nl/sb](http://www.angerenstein.nl/sb).

## Casus

De casus bestaat meestal een situatie waar een sport- en bewegingsleider tegenaan kan lopen in beroepspraktijk. Aan de hand van een aantal kennis- en vaardigheidsoopdrachten probeer je te bedenken wat je het best in deze situatie zou kunnen doen.

## Verwerkingsopdrachten

Bij iedere paragraaf van een leereenheid hoort een aantal verwerkingsopdrachten. Deze opdrachten helpen je de informatie uit de theorie te verwerken. Doordat je actief met de informatie aan de slag gaat, onthoud je de informatie beter. Bij iedere opdracht staat welk theoriedeel je kunt gebruiken om de opdracht op te lossen.

Je kunt zelf kiezen of je de opdrachten alleen maakt of met een groepje. Ook is het mogelijk om de opdrachten eerst alleen te maken en daarna met een groepje medestudenten. Bij sommige opdrachten, zoals de woordspin, werk je in een groepje. Je kunt zelf kiezen welke opdrachten je maakt. Soms zit er voor een deel overlap in de opdrachten. De opdrachten worden langzaam maar zeker moeilijker. Bij de eerste opdrachten ligt het accent op kennis, bij de laatste opdrachten gaat het meer om het begrijpen en toepassen.

## Verwijzingen

Bij sommige verwerkingsopdrachten of theorie staat een verwijzing naar de website van Angerenstein SB. Daar vind je dan de bron (bijvoorbeeld een filmpje, afbeelding of website) die je nodig hebt bij het maken van de opdracht.

## Digitale toetsen

Bij iedere leereenheid kun je een nulmeting doen waarmee je kunt laten zien wat je al kent en kunt. Je weet dan bijvoorbeeld aan welke onderwerpen je nog extra aandacht moet besteden. Zodra je een leereenheid hebt afgerond, kun je een eindtoets maken. Daarmee laat je zien wat je hebt geleerd. Beide toetsen bevatten vragen over alle leerdoelen van de leereenheid.

Veel plezier en succes met het werken met Angerenstein SB!





## SPORT EN OPVOEDING

---

Een sport- en bewegingsleider heeft te maken met allerlei mensen. Bijvoorbeeld met ouderen, kinderen, adolescenten, mensen met een beperking en randgroepjongeren. Al deze mensen verwachten van jou dat je ze iets te bieden hebt. Mensen komen niet alleen voor de sport naar een vereniging of andere sportaanbieder. Ze willen ook dat je oog hebt voor hen als persoon, voor hun persoonlijke wensen en behoeften. Ze verwachten dat een sport- en bewegingsleider geïnteresseerd is in hun belevingswereld, in wat er in hen omgaat en wat hen bezighoudt.

Natuurlijk verschilt de mate waarin de deelnemers dit verwachten en wensen. Als we het over kinderen en jeugdigen hebben, spreken we van de pedagogische waarde van sport en hebben we het over de rol van de sportleider als opvoeder. Hebben we te maken met volwassenen of ouderen, dan spreken we eigenlijk niet meer van opvoeding, maar over de vormende waarde van sportbeoefening. Dit opvoeden en de vormende waarde van sportbeoefening zijn het onderwerp van deze leereenheid. Op de eerste plaats gaan we in op wat er onder opvoeden verstaan wordt. Over opvoeden kun je heel verschillend denken. Sommige mensen vinden dat je kinderen heel kort moet houden en anderen geloven juist in het bieden van vrijheid. We bespreken de verschillende opvattingen.

Opvoeden gebeurt in de thuissituatie, maar ook op school en daar waar gesport wordt. De sportleider als opvoeder heeft mogelijkheden, maar ook beperkingen. Hij kan niet in de voetsporen van de ouders treden. We gaan ook in op opvoeding binnen en tussen andere culturen. Dat wordt interculturele opvoeding genoemd. Tot slot gaan we in op het sport- en beweggedrag binnen andere culturen.

### **De inhoud van deze leereenheid**

- 1.1 Wat is opvoeden?
- 1.2 Het doel van opvoeden
- 1.3 Opvattingen over opvoeden
- 1.4 Waar wordt opgevoed?
- 1.5 Opvoeding door sport
- 1.6 Pedagogische mogelijkheden van de sportleider
- 1.7 Interculturele opvoeding
- 1.8 Allochtonen en sportgedrag

## CASUS

### HOE LOS IK HET OP?

En Sake had zich nog wel zo verheugd op zijn eerste basketbaltraining. Tot in de puntjes had hij het lesvoorbereidingsformulier ingevuld. Hij had alleen geen rekening gehouden met dat puberale gedrag van die kinderen. Ze bleven maar stuiteren met de ballen en hij kwam er nauwelijks bovenuit. Twee jongens kwamen binnen toen de training al begonnen was, maar sloten aan alsof er niets aan de hand was. Hier en daar werd een beuk aan elkaar uitgedeeld, er werd gelachen om de missers van vooral Kai. Toen het te gek werd en Raymond voor de zoveelste keer niet wilde luisteren, wist Sake niet wat hij het beste kon doen. Boos worden, hem op de bank zetten, naar het kleedlokaal sturen of gewoon maar doorgaan alsof er niets aan de hand was? Sake vond de training chaotisch. Maar ja, hoe breng je structuur aan?



## Suggesties voor het gebruik van de casus

Een casus kan op verschillende manieren vormgegeven worden en je kunt er op verschillende manieren gebruik van maken. In dit voorbeeld zijn de vormgeving en aanpak min of meer afgeleid van wat gangbaar is binnen het probleemgestuurd onderwijs. Je kunt gebruikmaken van een binnen dit concept passende aanpak, zoals de Achtbaan of de Zevensprong.

### Globale aanpak van de casus

- 1 Bespreek en bepaal de kern (centrale probleemstelling) van de casus.
- 2 Verhelder onduidelijke begrippen (door opzoeken, discussiëren).
- 3 Wat wil jij leren van deze casus? Bepaal een aantal voor jou belangrijke leerdoelen.
- 4 Werk de leerdoelen uit.
- 5 Rapporteer de gevonden resultaten.

### Voorbeelden van sturende vragen bij deze casus

Als dit wenselijk is, kun je kiezen voor een meer gestructureerde aanpak en kun je gericht kennisdoelen (reproductief, toepassen) of vaardigheidsdoelen aan de casus koppelen.

### Kennis

- a Wat vul je allemaal in op een lesvoorbereidingsformulier? Had hij daar al rekening kunnen houden met het puberale gedrag van de sporters?
- b Wat zou jij doen als twee jongens te laat op de training komen?
- c Hoe zou jij reageren op het uitdelen van een beuk of het lachen om de missers van iemand? Welke maatregelen kun je als sportleider dan nemen?
- d Wat kan Sake doen om Raymond te corrigeren?
- e Hoe breng je structuur aan in een les?
- f Kun je de begrippen in de kadertjes in de casus allemaal uitleggen?
- g Welke begrippen uit de kadertjes horen bij elkaar? Op welke manier kun jij ze ordenen?
- h Mis je nog begrippen? Kun je het rijtje aanvullen?
- i Op welke manier kan Sake de begrippen tijdens zijn training gebruiken?
- j Formuleer vier belangrijke tips die je aan Sake zou geven.

# THEORIE

---

## 1.1 Wat is opvoeden?

### Opvoeden, kun je dat leren?

Overal waar kinderen zijn, wordt opgevoed. Het is een vaardigheid waar iedereen iets over te zeggen heeft én die veel mensen uitvoeren. Opvoeden is het meest beoefende vak ter wereld. Maar er zijn wel verschillen in vaardigheid tussen de ene opvoeder en de andere. Sommige mensen voelen kinderen beter aan, kunnen beter met ze overweg, en raken bij kinderen vaker de juiste snaar. Daarom wordt wel eens gezegd dat opvoeden een kunst is. Sommige mensen zijn dan ook van mening dat je niet moeilijk moet doen over opvoeden, maar dat je gewoon je gevoel moet volgen: doen wat je hart je ingeeft. Er zijn ook mensen die vinden dat je juist veel verstand van opvoeden moet hebben. Soms hoor je zelfs de mening dat je eigenlijk een opvoeddiploma zou moeten hebben om kinderen te mogen opvoeden. Kennis over opvoeden is natuurlijk best belangrijk. Door veel over kinderen te lezen, te praten en na te denken, ben je beter in staat om allerlei opvoedingsproblemen op te lossen. Opvoeden is dus ook een kunde, iets wat je voor een deel kunt leren!

Opvoeden is:

- een kunst:  
je moet er talent, gevoel voor hebben
- een kunde:  
je kunt het leren.



*Opvoeden: hoe doe je dat?*

## Pedagogiek

De wetenschap die het opvoeden bestudeert, is de pedagogiek. De pedagogiek gaat ervan uit dat je opvoeden kunt leren. Door na te denken over je eigen ervaringen, boeken te lezen en onderzoeken te vergelijken, kun je veel leren over wat opvoeden is en hoe je dat het beste kunt doen. Als je een aantal boeken over opvoeden naast elkaar legt, merk je dat de manier waarop men tegen opvoeden aankijkt, nogal verschilt. De een zegt dat je als opvoeder altijd consequent moet zijn, de ander vindt dat het optreden als opvoeder moet afhangen van de situatie. De een vindt dat je vooral erg streng en duidelijk moet zijn, de ander vindt dat je kinderen veel vrijheid moet geven en dat ze zelf wel weten wat goed voor hen is.

Dat maakt de pedagogiek tot een wetenschap waarbij niet één waarheid geldt. Er zijn verschillende meningen en er zijn verschillende goede oplossingen voor opvoedingsproblemen. Een pedagogisch receptenboek bestaat niet. Benjamin Spock heeft in het verleden geprobeerd zo'n soort boek te schrijven. Mogelijk kennen je ouders dit boek nog. Tegenwoordig gaan we ervan uit dat opvoeden zo simpel niet is. Je moet zelf een keuze maken uit de oplossingen die er zijn. Telkens weer moet je de afweging maken wat in een bepaalde situatie de beste aanpak is. Je kunt pas een echte keuze maken, als je weet welke mogelijkheden er zijn. Daarom is het belangrijk om te bekijken wat de pedagogiek je over opvoeden kan leren.

### Opvoeden, wat is dat?

Bekijk als inleiding op wat opvoeden is het YouTube-filmpje [Wat is opvoeden?](#)

► [BEKIJK HET FILMPJE BIJ DEZE THEORIE OP WWW.ANGERENSTEIN.NL/SB](http://WWW.ANGERENSTEIN.NL/SB)

Lees daarna het volgende stuk over Hans bij Blauw-wit.

#### Is hier sprake van opvoeding?

De voetbalwedstrijd van Blauw-wit D1 tegen Apollo D1 is afgelopen. Hans van Blauw-wit loopt samen met de andere spelers het veld af. Op weg naar de kleedkamer lopen ze achter het publiek dat naar deze wedstrijd heeft gekeken. Voor Hans loopt een wat oudere heer die niet meer zo snel ter been is. Hans stoort zich aan het tempo, want hij heeft het koud en wil snel naar de kleedkamer. Hij roept: 'Hé, ouwe, rot eens een eind op, ik moet erlangs!' De man kijkt verbaasd achterom en zegt: 'Kwajongen, ben jij niet opgevoed?!' De trainer heeft het allemaal gadeslagen en roept Hans bij zich.

Het woord 'opvoeden' wordt in allerlei situaties gebruikt. Zoals door de man in het voorbeeld, die zich afvraagt of Hans wel is opgevoed. Maar wat is 'opgevoed zijn' dan? Wat is opvoeden? Enkele antwoorden op deze vraag zijn:

- het aanleren van normen en waarden
- het begeleiden van kinderen naar de volwassenheid
- iemand zelfstandig en verantwoordelijk maken, zodat hij later zelfstandig kan deelnemen aan de samenleving
- een kind begeleiden in de richting van zelfverantwoordelijke zelfbepaling.

Als je het vorige min of meer samenvat, kom je tot de volgende omschrijving van opvoeden: *het bewust handelen van een opvoeder ten opzichte van een kind, met als doel het kind te beïnvloeden in zijn ontwikkeling in de richting van volwassenheid.*

### **Zomaar een potje tennis?**

Jürgen speelt op de training een potje tennis tegen het talent van de tennisvereniging, Max. Vincent, de tennisleraar, vindt Max te makkelijk en te arrogant. Hij weet te goed dat hij heel aardig kan tennissen. Jürgen kan eigenlijk ook prima tennissen, maar is niet zo overtuigd van zijn eigen kwaliteiten. Als Max een prachtige bal slaat, reageert Vincent koeltjes. Even later slaat Jürgen een formidabele bal en dan gaat Vincent compleet uit zijn dak. Vincent doet dit heel bewust.

Om de omschrijving helemaal helder te krijgen, gaan we op een aantal woorden nader in.

### Handelen

Bij opvoeden gaat het om het handelen van een opvoeder. Hierbij kun je denken aan iets voordoen, een kind stimuleren, straffen of bewust iets niet doen (negeren).

Opvoeden is dus een actieve bezigheid. Je bent bezig met een kind, omdat je het iets wilt bijbrengen. Het enkel 'omgaan met een kind' is wat anders dan het 'opvoeden van een kind'. In de omgang met een kind kun je je immers ook heel passief opstellen.

### **Opvoeden?**

Moeder en zoon wandelen langs het strand. Wanneer wordt deze wandeling opvoeden? De trainer zit na de wedstrijd met zijn spelers in het kleedlokaal. Wanneer wordt dit 'zitten' in het kleedlokaal opvoeden? Vader zit met zijn kinderen aan tafel. Wanneer wordt het eten opvoeden?