

HOOFSUK 5

OPSOMMING EN AANBEVELINGS

5.1 OPSOMMING

Volgens Haubenstricker & Seefeldt (1986) is daar duidelike bewyse dat die aanleer van groot motoriese vaardighede bevorder kan word deur deeglik beplande begeleiding indien kinders toepaslike aktiwiteite en genoegsame begeleide oefening ontvang. Dit sal derhalwe voordelig wees indien meer tyd gedurende liggaamlike opvoeding gebruik word vir die ontwikkeling van fundamentele motoriese bewegingsvaardighede (Cooley et al., 1997).

Die bemeestering van vaardighede is 'n geleidelike proses en het as voorvereiste diverse fisiologiese gereedheidsfaktore, genoegsame aanleer geleentehede, 'n ontwikkelingstoepaslike inoefening program en deeglike terugvoer. Ouer kinders is tipies meer vaardig as jonger kinders vanweë verbetering deur rypwording, en seuns is ook meer vaardig as dogters (McKenzie et al., 1998).

Programme in liggaamlike opvoeding het verander van programme wat suiwer gefokus het op die liggaamlike aspekte na programme waar die liggaamlike opvoedingsomgewing gebruik word as medium om konsepte wat oor verskillende skoolvakke van die kurrikulum strek te bevorder (Nilges & Usnick, 2000).

5.2 AANBEVELINGS

Uit die studie en bronne wat nagespeur is kan die volgende aanbevelings gedoen word:

1. Elke kind behoort begelei te word om sy volle potensiaal in die ontwikkeling van motoriese vaardighede en gesondheidverwante fiksheid te bereik. Die bedoeling moet wees, nie om 'n ster atleet te ontwikkel nie, maar die individu se vordering, of gebrek daaraan, raak te sien en aktiwiteite te beplan om hierdie aspekte aan te spreek sodat elke kind goeie motoriese patrone kan bemeester (Branta, 1991).
2. Dit is belangrik dat kinders fundamentele vaardighede vroeg in hul lewe aanleer, aangesien hulle 'n voorvereiste is vir suksesvolle deelname aan baie sportsoorte wat geassosieer word

University of Pretoria etd – Krüger, E (2002)

met verbeterde gesondheidverwante fisieke aktiwiteite wat tot in die volwasse jare voortduur (McKenzie et al., 1998). Die siening bestaan dat kinders in hul primêre skooljare 'n positiewe of negatiewe uitkyk van liggaamlike opvoeding ontwikkel. Dit is dus belangrik dat die elementêre program inisiële positiewe ervarings in beweging aan die leerders voorsien (Haywood, 1991).

3. Kinders moet aangemoedig word om deel te neem aan 'n verskeidenheid motoriese vaardighede en sport aktiwiteite. Daar behoort van geen pre-adolessente kind verwag word om slegs in een aktiwiteit te spesialiseer nie. In die vroeë kinderjare, veral, behoort die primêre doelstelling te wees om aan kinders so 'n wye verskeidenheid geleenthede vir bewegingsvaardighede as moontlik te bied. Dit is interessant om daarop te let dat kinders wat in latere jare meer sukses in sportaktiwiteite behaal dié is wat in hul vroeë jare betrokke was by 'n wye verskeidenheid vaardighede (Magill & Anderson, 1996).
4. Deelname aan liggaamlike aktiwiteite bevoordeel die kinders wat dit die meeste nodig het, die lomp en obese kinders. Hierdie kinders vind dit dikwels moeilik om deel te neem aan sportaktiwiteite wat koördinasie, spoed en ratsheid vereis. Hulle kan egter met sukses deelneem aan aktiwiteite soos stap, swem of fietsry wat lewenslange deelname aan fisieke aktiwiteite kan bevorder (Pangrazi & Corbin, 2000). Dogters en obese kinders verlang meer ondersteuning om fisiek aktief te bly. Hierdie ondersteuning moet as hulp aangebied word sodat die kinders nie gestigmatiseer word nie (Pate & Hohn, 1994).
5. Pret is een van die belangrikste bestanddele vir fiksheidsaktiwiteite en alle kinders moet ingesluit word op wyses wat hulle sal toelaat om hierdie aktiwiteite te geniet (Gober & Franks, 1988). Motivering is die sleutel tot deelname vir jong kinders (Gabbard, 2000). Jong kinders word gemotiveer om aan fisieke aktiwiteite deel te neem deur die genot, kameraadskap en ouerlike goedkeuring wat dit vir hulle kan bied (Pate & Hohn, 1994). Ouers en groter broers en susters kan dien as rolmodelle en help met ondersteuning om jong kinders fisiek aktief te hou (Pate & Hohn, 1994). Fisiek aktiewe onderwysers wat positief oor hul eie ervarings praat sal meer effektief die leerders kan motiveer tot deelname as onderwysers wat hul teësin in fisieke aktiwiteite laat deurskemer (Pate & Hohn, 1994). Tesame hiermee kan ouers, onderwysers en die medeleerders grootliks bydra tot die ontwikkeling van kinders se motoriese vaardighede deur hulle ondersteuning, begeleiding en skepping van inoefeningsgeleenthede (Ignico, 1994).

6. Realistiese en uitdagende doelstellings moet vir elke komponent wat aangeleer wil word gestel word. Dit kan weeklikse of doelstellings oor 'n langer periode wees. Die belangrikste is dat dit 'n deeglik geselekteerde program moet wees (Gabbard, 2000).
7. Onderwysers wat liggaamlike opvoeding in die primêre skool en veral op grondslagfase aanbied moet goed opgelei wees in hierdie vak. Cooley et al. (1997) bevind in hulle studie dat leerders meer baat vind indien die programme en begeleiding deur liggaamlike opvoedings spesialiste aangebied word. McKenzie et al. (1998) bevind dat minder as 18% van die state in die VSA wat 'n gespesialiseerde liggaamlike opvoedings sertifikaat aanbied vereis dat die onderwysers wat liggaamlike opvoeding in die primêre skool aanbied genoemde sertifikaat bekom. Derhalwe is dit gewone klasonderwysers wat dikwels geen opleiding ontvang het wat die liggaamlike opvoedingsklasse aanbied, terwyl studies getoon het dat opgeleide liggaamlike opvoedings onderwysers beter resultate behaal.

By die evaluasie van die invloed van die vaardigheidsprogram op verskeie kognitiewe aspekte soos waargeneem deur die onderwyser kan verskeie tekortkominge geïdentifiseer word in die wyse waarop die huidige opname gedoen is wat in ag geneem kan word vir toekomstige navorsing. Die tekortkominge kan as volg opgesom word:

1. Die opname is slegs gedoen vir kinders wat deel gevorm het van die eksperimentele groep. Daar is dus geen duidelikheid wat die effek van die vaardigheidsprogram was nie, aangesien moontlike verbetering in die kontrole groep nie gemonitor is nie. Verbetering kon dus plaasgevind het weens ander eksterne faktore wat nie by die studie ingesluit is nie. In toekomstige navorsing kan oorweeg word om onderwysers se opinie ten opsigte van die bydrae van die vaardigheidsprogram in die verbetering van kognitiewe aspekte te bepaal.
2. Die skaal wat gebruik is om verbetering te meet dui nie graad verskille aan nie. Onderwysers moes slegs aandui of verbetering plaasgevind het of nie met 'n addisionele kategorie indien hulle twyfel. Dit lei tot data wat slegs op nominale vlak voorkom en geen verdere analise buiten

University of Pretoria etd – Krüger, E (2002)

frekwensies toelaat nie. Die navorser kon dus nie bepaal tot watter mate verbetering plaasgevind het of nie. Dit was ook nie moontlik om te onderskei tussen gevalle waar wel verbetering plaasgevind het, maar verdere verbetering steeds nodig was nie en die gevalle waar prestasie nou op standaard is nie. Die graad van verbetering is ook nie aangedui nie. In gevalle waar geen verbetering plaasgevind het nie, dui dit nie noodwendig op swak prestasie nie, maar volgehoue goeie prestasie op dieselfde vlak.

Toekomstige navorsing kan dus hierdie aspekte in ag neem deur byvoorbeeld skale in te bou wat die graad van verandering aandui.

Die vermoë om met gemak en effektief te beweeg dra by tot die totale ontwikkeling van die voorskoolse en primêre skoolkind. Die verbetering van motoriese vaardighede en vaslegging van 'n gesonde aktiwiteitspatroon kan onmiddellike en langtermyn voordele vir die kind se fisieke, affektiewe en kognitiewe ontwikkeling inhou (Branta, 1991). Alle kinders, indien hulle aan suksesvolle, ontwikkelingstoepaslike bewegingservarings blootgestel word, het die geleentheid om vaardighede op elke ontwikkelingsvlak te ontwikkel (Hester, 1991). Indien 'n kind nie vertrou in sy vermoë om 'n vaardigheid uit te voer het nie sal hy/sy deelname aan die vaardigheid vermy wat hom/haar ontnem van die geleentheid om die vaardigheid te ontwikkel en te verbeter. Die uiteinde hiervan is dat die kind 'n negatiewe beeld van homself ontwikkel asook 'n negatiewe houding teenoor beweging (Hester, 1991). As gevolg van die belangrikheid wat kinders aan die bemeestering van motoriese vaardighede heg is dit noodsaaklik dat opvoeders die geleentheid bied vir die bemeestering van hierdie vaardighede en om die leerders se vordering deurgaans te assesser (Branta, 1991).

Navorsers het oor die jare besef dat die ontwikkeling van motoriese vaardighede meer insluit as slegs die uitvoering van bewegings. Begrip van die kognitiewe, affektiewe en kinestetiese kennis van beweging fasiliteer die aanleer van soortgelyke aktiwiteite en verbeter uiteindelik die vaardigheidsbemeestering (Stevens, 1994).

**Suksesvolle beweging is derhalwe 'n
integrasieproses tussen die bewegingsgeleentheid
en bewegingservaring van die kind,
die ontwikkeling van perseptuele motoriese
vaardighede
en die
noukeurige beplande bewegingsaktiwiteite van die
onderwyser of ouer
(Kleuterklanke, 1999a).**