

# Beweegcontexten verbinden in het PO

Dit is het derde artikel in een reeks waarin leden van het ontwikkelteam Bewegen & Sport van Curriculum.nu op persoonlijke titel vertellen hoe zij op hun school al elementen van de grote opdrachten en bouwstenen voor bewegen en sport vormgeven. Deze keer ligt het accent op de bouwsteen 'Beweegcontexten verbinden'. Die bouwsteen is een uitwerking van de grote opdrachten '*Bewegen en Sport binnen en buiten school*' en '*Bewegen op eigen niveau*'.

Het feit dat deze bouwsteen door het ontwikkelteam bewegen en sport is opgenomen in het vernieuwde Curriculum betekent met name binnen het PO voor veel scholen een vernieuwing.

In dit artikel krijgt de lezer een beeld van de manier waarop in de Arnhemse situatie in het PO beweegcontexten binnen en buiten school met elkaar verbonden worden.

TEKST MERIJN DE WILDE

## Wat is 'Beweegcontexten verbinden?'

In de onderbouw van het PO zien leerlingen beweegmogelijkheden in hun directe omgeving (thuis en op school). Bij het leergebied Bewegen en Sport leren ze vaardigheden die ze daar

**Door de wederkerige verbinding te maken tussen beweegsituaties binnen en buiten het leergebied, ontdekken leerlingen overeenkomsten en verschillen tussen contexten van bewegen**

kunnen toepassen. Verschillende aspecten van beweegactiviteiten die in de omgeving worden gedaan, komen terug in de lessen bewegen en sport. Door de wederkerige verbinding te maken tussen beweegsituaties binnen en buiten het leergebied, ontdekken leerlingen overeenkomsten en verschillen tussen contexten van bewegen.

Leerlingen van de bovenbouw van het PO oriënteren zich in deze leeftijd door veel uit te proberen. Ze gaan meer naar sportverenigingen waar ze trainen en wedstrijden spelen. Ook spelen leerlingen op pleinen en veldjes (naast de spellen met eigen regels) meer activiteiten die van de sport afgeleid zijn. Daarmee verkennen ze verschillende doelen (het waarom) om beweegactiviteiten uit te voeren.

De wijze waarop aan deze bouwsteen invulling wordt gegeven is van veel factoren afhankelijk zoals de ligging van de school, de aanwezigheid van openbare (sport) ruimten in de buurt, de aanwezigheid van sportverenigingen en andere plaatselijke organisaties zoals een sportbedrijf.

## De Arnhemse aanpak

Arnhem is een middelgrote stad met 175.000 inwoners, vijf aandachtswijken en ongeveer 70 basisscholen. Op het merendeel van deze scholen verzorgen vakleerkrachten een of meerdere lessen bewegingsonderwijs. Zij zijn in dienst van onderwijsbesturen De Basis/Fluvius en Delta en zijn de spin in het web als het gaat om alles wat met

bewegen en sport te maken heeft, zowel binnen als buiten de school.

De vakleerkrachten samen vormen de vakgroep bewegingsonderwijs Arnhem en worden aangestuurd door een coördinator die in dienst is van zowel het onderwijs als Sportbedrijf Arnhem. Sportbedrijf Arnhem, een sinds 2017 verzelfstandigde BV (daarvoor deel uitmakend van de gemeente) heeft voor het basisonderwijs een Visiedocument Bewegen en Sport 2017- 2021 geschreven met daarin afspraken op de thema's bewegingsonderwijs, schoolzwemmen en na schoolse sport in samenwerking met lokale sportverenigingen. De twee doelstellingen uit dit visiedocument zijn:

- 1 Tijdens en na schooltijd leren leerlingen met plezier goed bewegen waardoor zij een gezonde en actieve leefstijl aanleren voor nu en later.
- 2 Tijdens de lessen bewegingsonderwijs kunnen de leerlingen hun individuele beweegtalenten in een veilig sport- en beweegklimaat ontwikkelen waardoor minder leerlingen uitvallen.

Daar komt bij dat in april 2019 eveneens een convenant met het onderwijs is ondertekend met de titel 2+1+2, hetgeen wil zeggen dat partijen ernaar streven alle basisschoolleerlingen vijf beweegmomenten in de week aan te bieden; twee lessen bewegingsonderwijs, een beweegen/of sportaanbod tijdens school (bv pauzesport) en twee beweegmomenten na school (naschools beweeg- en sportaanbod of aanbod van sportverenigingen). Beide doelstellingen geven voldoende ruimte om met de opbrengst van het ontwikkelteam Bewegen en Sport met betrekking tot het herziene curriculum aan de slag te gaan.

**In de praktijk**

Een rondje langs Arnhemse scholen/vakleerkrachten laat zien wat er zoal gebeurt op dit vlak. De beweegcontext kan daarbij variëren op de

volgende aspecten:

- Wat - welke beweegactiviteit staat centraal, zoals voetbal of turnen?
- Waar - in welke omgeving wordt de activiteit gedaan, zoals op een sportveld, de camping, het strand?
- Wie - met wie wordt de activiteit gedaan, zoals alleen, in een team, met familie?
- Waarom:
  - o met welk doel?
  - o met welke deelnamemotief?
- De wijze waarop - is het officieel georganiseerd, ongeorganiseerd of anders georganiseerd?

Vakcollega's Fenneke Blankenstein, Anke Brandsma, Tessa Hofman, Joanneke Jansen, Tom van Laar en Luuk Rossen hebben input geleverd met onderstaande voorbeelden op en rondom Arnhemse scholen, waarvoor dank. Veel van de hier genoemde voorbeelden komen tot stand door de samenwerking met het Sportbedrijf Arnhem.

**Voorbeelden**

**Schoolpleinspelen**

Veel van de beweegactiviteiten die in de gymzaal worden aangeboden zoals eenvoudige tikspelletjes, touwtje springen et cetera worden ook op het schoolplein gespeeld bijvoorbeeld tijdens de pauze. Vaak gebeurt dit onder begeleiding van een stagiaire. Op deze manier wordt een extra beweegmoment gecreëerd. Om dit nog meer te stimuleren, worden alle scholen binnenkort voorzien van een speelbox met materiaal en pleinspeelkaarten.

**Clinics**

Tijdens de lessen bewegingsonderwijs wordt met name in de bovenbouw veel aandacht besteed aan allerlei sport gerelateerde beweegactiviteiten in allerlei variaties zoals





◀ En de winnaar is...

voetbal, tennis, badminton, volleybal, tennis, hockey, aikido, freerunning, frisbee, judo en basketbal. Wat is er dan mooier dat aansluitend een trainer van de plaatselijke sportvereniging langs komt om een clinic te geven. Dit leidt tot een hoge belevingsfactor voor de leerlingen zowel door het materiaalgebruik (bijvoorbeeld judo-outfit) en een andere aankleding van de zaal. De eigen vaardigheid staat centraal en leerlingen hebben veel plezier. De clinic kan zowel op school als bij de sportvereniging gegeven worden zodat leerlingen in aanraking komen met de georganiseerde sport in hun eigen leefomgeving.

### Voetballen

Dit is de meest populaire sport onder de leerlingen. Het maakt niet uit waar en met wie. Tijdens de lessen bewegingsonderwijs wordt aandacht besteed aan techniek en diverse spelvormen

## De eigenvaardigheid staat centraal en leerlingen hebben veel plezier

(lesmap KNVB) die maken dat leerlingen meer vaardig worden niet alleen binnen maar ook buiten de school. Tijdens de pauze wordt op het naast gelegen veld gespeeld met zelf bedachte regels en eens per jaar doen veel leerlingen mee aan het schoolvoetbaltoernooi. In Arnhem breed gaat het om zo'n 6500 kinderen (regulier en speciaal basisonderwijs)!

### Loopland Gelderland

Deze activiteit wordt geïnitieerd door looptrainer Honoré Hoedt met de bedoeling kinderen beter te leren lopen en leerlingen te enthousiasmeren voor het hardlopen. Hij is heel actief met clinics op de basisscholen. Talentvolle kinderen worden uitgenodigd voor een looptraining op nationaal

Sportcentrum Papendal. Aandacht voor beter leren lopen tijdens de les bewegingsonderwijs is een opmaat voor deelname aan de hardlooptwedstrijd in de wijk, Run for fun, de sponsorloop rondom de school of aan de jaarlijkse Bridge-to-Bridge-loop in september waarbij de slag om Arnhem (1944) wordt herdacht. De Bridge-to-Bridge-loop heeft een speciale jeugdloop en is hét loopevenement van het jaar met honderden jeugdige deelnemers, al dan niet begeleid door hun ouders.

▼ Schooltennis

### Sportwijs leskaart Tennis, stationsvorm © 2016 Sportbedrijf Arnhem

Deze leskaart is onderdeel van de Sportwijs leskaarten reeks, ontwikkeld door Sportbedrijf Arnhem. De oefeningen zijn geschreven voor een groep van ongeveer 30 kinderen die sporten in een 'gewone' gymzaal. De lessen zijn geschikt voor alle groepen en zijn aan te passen aan het niveau van de leerlingen door bijvoorbeeld afstanden te veranderen. Het symbooltje onder de foto geeft de basismoelijkheidsgraad aan. Veel plezier met de voorbereiding van deze les.

#### Materiaallijst

- Bij voorkeur heb je:
- 16 tenniserackets
  - 16 tennisballen
  - 10 pionnen
  - 1 wandrek/krijt
  - 1 net/lijn
  - 1 stok 1 meter
  - 1 trektoew
  - 1 bank
  - 3 korven

- materiaal
- kinderen
- looplijn
- ballijn

#### Opstelling:

Bovenstaande zaalindeling gaat uit van een zogenaamde stationsvorm. Alle kinderen doen mee. Na 8 minuten wisselen ze van station. Natuurlijk kun je ook kiezen voor een drievakssysteem.

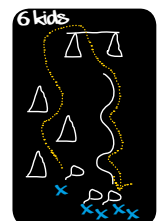


#### 1. Parcours

Leerdoel: parcours lopen met bal in balans op racket.

Kinderen werken in tweetallen en leggen met een bal op het racket een parcours af. Slalommen om de pionnen en over de horde. Ze volgen een touw met aan beide kanten een voet. Daarna geven ze het racket aan de wachter.

Tip! Als het gelijk goed gaat, kun je ook de tijd opnemen of de kinderen hun andere hand laten gebruiken.





**▲ Sportwijs Arnhemse Spelen**  
**Zwemmen** Tijdens de lessen bewegingsonderwijs wordt veel gewerkt met leskaarten die als basis dienen voor de jaarlijkse, grote sportdag voor midden- en bovenbouwleerlingen. Als voorbeeld de leskaarten schooltennis groep 3-4.

De lessen zijn geschreven voor een klas van maximaal 30 kinderen die sporten in een 'gewone' gymzaal. Er wordt gewerkt aan de oog-handcoördinatie, de timing, het mikken van de bal en de balans. Natuurlijk ervaren de leerlingen hoe je de basisslagen van het tennisspel, de forehand, de backhand en de service uitvoert.

**Circusproject**  
 Met acrobatiek en jongleren tijdens de lessen bewegingsonderwijs aan de slag met ballen, doekjes, schoteltjes met bordjes, balanceeroefeningen, slackline et cetera. Dit is heel goed te combineren met een circusproject ter ere van een lustrum of jaarfeest. Onder schooltijd kennis maken, tijdens de lessen bewegingsonderwijs en na schooltijd in de verlengde schooldag en aansluitend bij de reguliere circuslessen kunnen leerlingen dit uitbouwen.

**Themagericht zwemmen**  
 Als onderdeel van het schoolzwemmen waar leerlingen gedurende zes weken een programma krijgen aangeboden met thema's zoals survival, bootcamp in het water et cetera. Het survival deel, waarbij leerlingen met kleren aan zwemmen, is een hele uitdaging voor ze. Het is behoorlijk zwaar maar ook heel leuk. Met oefeningen als door een wak heen zwemmen, elkaar vervoeren, een droge redding vanaf de kant uitvoeren wordt gedurende 45 minuten hard gewerkt. Daarbij speelt ook een stukje bewustwording een rol op wat leerlingen in en rondom het water kunnen meemaken.

**Foto's**

Merijn de wilde,  
 Gaby te Grootenhuis

**Contact**

merijn.wilde@debasisfluvius.nl

**Kernwoorden**

beweegcontexten verbinden,  
 Arnhemse aanpak

**De praktijk in Arnhem leert ons ook dat het heel belangrijk is te kijken naar welke verbindende mogelijkheden er zijn en daarbij ook vooral gebruik te maken van wat er al is**

**Toppers bij jou op school**  
 Dit is een project van topsport Gelderland. Bekende topsporters gaan naar de scholen toe en vertellen daar over hun sport en sportieve prestaties. Zo bezocht Olympisch atlete Eva Hovenkamp 'de Ommezwaai', een school voor speciaal onderwijs. Zij vertelde de leerlingen hoe het is om een topsporter te zijn en wat je er allemaal voor moet doen. Vervolgens liep zij met de leerlingen een rondje in de buurt van de school, hetgeen de school voortaan als het 'Dagelijks kwartiertje' heeft omarmd en waar alle leerlingen uit de bovenbouwgroepen enthousiast aan meedoen.

**Voorstelling**  
 Tijdens de lessen bewegingsonderwijs worden er tal van vaardigheden geoefend, die tijdens een afsluiting van een bepaalde periode in de vorm van een show aan ouders en andere belangstellenden gepresenteerd wordt.

**Een leven lang met plezier bewegen**  
 Al deze voorbeelden laten zien dat er in Arnhem al veel aandacht is voor de verbinding tussen binnen- en buitenschoolse sport. Deze verbindingen dragen bovendien allemaal bij aan 'Een leven lang met plezier bewegen'. De praktijk in Arnhem leert ons ook dat het heel belangrijk is te kijken naar welke verbindende mogelijkheden er zijn en daarbij ook vooral gebruik te maken van wat er al is. Ook kleine verbindingen kunnen succesvol zijn en uitgroeien tot iets groters. Om zover te komen is een flinke portie doorzettingsvermogen en enthousiasme van degenen die er aan trekken een absolute voorwaarde.

*Merijn is vakleerkracht en coördinator vakgroep bewegingsonderwijs Arnhem Lid ontwikkelteam Beweging en Sport Curriculum.nu*