Een schoolbrede dynamische schooldag – maatwerk waardoor het in elke regio kansrijk is

Het belang van bewegen voor de gezondheid en ontwikkeling van leerlingen staat al jaren stevig op de agenda. Ook de relatie tussen bewegen en cognitieve leerprocessen krijgt steeds meer aandacht (Janssen, Singh, & Hartman, 2021). Toch blijkt het in de praktijk lastig voor scholen om hun onderwijssysteem, dat nog grotendeels gebaseerd is op zittend en lezend leren, om te vormen tot een dynamischer curriculum. In dit artikel beschrijven we de aanpak van twee basisscholen: Het Lichtpunt en OBS Dick Bruna. | Teun Remmers, Rob Heidenreich en Rob Michiels

Veel scholen ervaren dat hun huidige aanpak onder druk staat, maar initiatieven tot verandering komen vaak van individuele leerkrachten. Hierdoor profiteert slechts een beperkt aantal leerlingen hiervan en ontstaan er verschillen in pedagogische en didactische aanpak binnen één school. Een schoolbrede systeemaanpak, waarin de gehele school stapsgewijs transformeert naar een dynamisch schoolsysteem waarin verschillende vormen van bewegen (zoals bewegingsonderwijs, beweegtussendoortjes en buitenspelen) samenkomen, is daarom wenselijk (Cassar et al., 2019).

Een voorbeeld van zo'n planmatige, schoolbrede aanpak is het project Dynamische Schooldag. De afgelopen jaren is hier veel aandacht voor geweest, onder andere in LO Magazine (nummer 2, 2021). Het traject wordt inmiddels uitgevoerd in samenwerking met vijf hogescholen: Hogeschool van Amsterdam, Fontys Sport en Bewegen, Hanze University of Applied Sciences, De Haagse Hogeschool en de HAN. Samen bestrijken zij een groot deel van Nederland, waarbij de aanpak in uiteenlopende schoolcontexten wordt geïmplementeerd en onderzocht.

Tijdens de KVLO-studiedag op 18 maart 2026 in Eindhoven presenteerden de auteurs hoe twee scholen de Dynamische Schooldag hebben geïmplementeerd: Het Lichtpunt in Rhoon en OBS Dick Bruna in Veldhoven.

Wat is de Dynamische Schooldag?

De Dynamische Schooldag is geen kant-en-klaar programma dat eenvoudig over een school kan worden gelegd. Bovendien bestaat er niet één vaste invulling; scholen maken eigen keuzes in hoe zij bewegen integreren binnen hun onderwijsvisie en context. Het betreft een manier van denken én organiseren, waarbij dagelijks bewegen verweven raakt met het gehele schoolsysteem.

De aanpak richt zich niet alleen op gezondheid, welbevinden en kansengelijkheid, maar ook op de rol van bewegen in leren, ontwikkelen en spelen. Deze perspectieven worden geïntegreerd via bewegingsgerichte pedagogiek (Chalkley, Mandelid, Singh, Resaland, & Daly-Smith, 2023), ingebed in een sterk pedagogisch klimaat en effectief klassenmanagement. De kernboodschap luidt: niet méér doen, maar anders doen. Bewegen vormt daarmee geen extra belasting, maar vraagt om een andere prioritering van bestaande activiteiten.

De Dynamische Schooldag bestaat uit verschillende bouwstenen die invloed hebben op bewegen gedurende de schooldag (Van Gelder & Janssen, 2023). Denk aan de inrichting van het schoolgebouw en klaslokalen, het schoolplein, de schoolomgeving en het dag- en weekrooster. Ook de didactische aanpak speelt een belangrijke rol: bewegen tijdens het leren, tussen lessen door en met het doel om motorische vaardigheden te ontwikkelen. Een kracht van deze aanpak is dat scholen kunnen starten bij de bouwsteen die het beste aansluit bij hun situatie.

Het Lichtpunt: voorloper vanuit visie van directie

Basisschool Het Lichtpunt in Rhoon is een reguliere christelijke basisschool met circa 400 leerlingen, verdeeld over vijftien groepen en een team van 34 medewerkers. Op het eerste gezicht lijkt dit een doorsnee school, maar Het Lichtpunt staat bekend als voorloper op het gebied van de Dynamische Schooldag en startte al in 2018 met de implementatie ervan.

De school begon met het leggen van een stevig fundament: een sterk pedagogisch klimaat, effectief klassenmanagement en gerichte teamontwikkeling waarom meer bewegen gedurende de schooldagen

// De kernboodschap luidt: niet méér doen, maar anders doen



onderwerp van gesprek was. Directeur Rob Heidenreich trad hierbij op als kartrekker en wist het team stapsgewijs te inspireren. Op cruciale momenten, zoals bij de verdeling van middelen, maakte hij vanuit zijn visie bewuste keuzes, bijvoorbeeld voor fulltime vakleerkrachten met een brede taakopvatting in plaats van extra onderwijsassistenten of extra intern begeleiders.

Pas daarna volgden de zichtbare veranderingen. Vakleerkrachten bewegingsonderwijs kregen een bredere rol: zij verzorgen lessen aan alle leerlingen én ondersteunen collega's. Een van de eerste aangepakte bouwstenen was het buitenspelen. Het schoolplein werd ingericht als een inclusieve speelomgeving, waarin alle leerlingen actief kunnen deelnemen. Ook het rooster werd herzien. In samenwerking met de leerkrachten stelde de directie een planning op waarbij eerst de beweegmomenten werden bepaald en vervolgens de cognitieve vakken werden ingepland. Dit resulteerde in een doordacht dagritme, waarin dynamiek en effectieve leertijd centraal staan.

De opbrengsten zijn zichtbaar op meerdere vlakken. Leerlingen zijn gemotiveerder, beter geconcentreerd en vertonen positiever gedrag. Daarnaast zijn hun sociale vaardigheden toegenomen. Ook de leerresultaten laten een evenwichtige spreiding zien. Voor het personeel heeft de aanpak eveneens voordelen: meer werkplezier, een lagere werkdruk en een breder, gevarieerder takenpakket voor leerkrachten.

OBS Dick Bruna: bottom-up bouwen met beweegteam

Basisschool OBS Dick Bruna in Veldhoven is een openbare basisschool met drie locaties, met 700 leerlingen, verdeeld over 30 groepen en een team van ongeveer 75 medewerkers. Door de spreiding over de locaties wordt kleinschalig en overzichtelijk onderwijs geboden, met ruimte voor persoonlijke aandacht. De implementatie van de Dynamische Schooldag is hier gestart vanuit de werkvloer. Leerkrachten die signaleerden dat leerlingen behoefte hadden aan meer beweging of juist onderprikkeld waren, begonnen preventief met kleine aanpassingen in hun eigen lessen. Deze initiatieven en de positieve effecten ervan werden gedeeld met collega's, waardoor er binnen het team en schoolleiding stapsgewijs steeds meer draagvlak ontstond en experimenten werden uitgevoerd.

In het schooljaar 2024-2025 is de school gestart met een driejarig implementatietraject, begeleid door onderzoekers van Fontys Sport en Bewegen. Als onderdeel hiervan is een werkgroep samengesteld, bestaande uit een directielid, vertegenwoordigers uit het team en de vakleerkracht bewegingsonderwijs (Rob Michiels). Aan de hand van een verandermodel werkt deze werkgroep aan het ontwikkelen van een gedragen visie en het in kaart brengen van verschillende belangen binnen de school (Mauw, Ruhl, & Janssen, 2021). In het eerste jaar wordt een eerste versie van de Dynamische Schooldag ingevoerd. Het tweede jaar staat in het teken van evaluatie en doorontwikkeling en in het derde jaar wordt de aanpak

structureel geborgd en de werkwijze in de basisondersteuning van de school verweven. Tijdens studiedagen wordt iedere nieuwe stap in het proces toegelicht en is er ruimte voor feedback en inbreng vanuit het team. Op deze manier blijft de ontwikkeling continu in beweging en sluit deze aan bij de praktijk.

De implementatie wordt bewust gezien als maatwerk, waarbij de autonomie van leerkrachten een belangrijke rol speelt. Binnen duidelijke kaders is er ruimte om eigen keuzes te maken die passen bij de groep en de leerkracht. Of het weekend nu al wandelend wordt besproken door de wijk of een beweegbingo als tussendoortje wordt ingezet: beweging krijgt op diverse manieren vorm. Eén uitgangspunt blijft daarbij leidend: leerlingen zitten nooit langer dan 30 tot 45 minuten aaneengesloten op hun stoel.

Vakleerkrachten kom in actie!

Voorbeelden van scholen door het hele land laten zien welke impact de bewegingsgerichte pedagogiek heeft voor leerlingen en leerkrachten (Janssen et al., 2021). Maar ook dat de taakopvatting van een vakleerkracht LO veel breder kan zijn dan alleen de lessen bewegingsonderwijs. Juist de vakleerkracht is bij veel scholen de drijvende kracht in het beweegteam die collega's kan inspireren hoe het anders kan. Scholen met een Dynamische Schooldag laten zien dat dagelijks bewegen echt onderdeel is van de gehele school, niet slechts het aandachtsgebied van de vakleerkracht LO.

De voorbeelden in dit artikel laten bovendien zien dat zowel initiatieven vanuit het management als vanuit het team zelf met succes kunnen resulteren in een dynamischer schoolsysteem. Zolang er wordt samengewerkt tussen (vak)leerkrachten met aandacht voor draagvlak en stapsgewijze implementatie, kan iedere school op zijn eigen manier belangrijke stappen maken richting een dynamische(re) school.

Ondanks dat beide voorbeelden komen uit het basisonderwijs, is de Dynamische Schooldag niet voorbehouden aan het primair onderwijs. Dezelfde principes zijn even relevant in andere onderwijstypes. Juist voor leerlingen die extra uitdagingen kennen op het gebied van concentratie, gedrag of motoriek biedt bewegingsgerichte pedagogiek veel kansen die nu nog te weinig worden benut.

Want zoals een bekende Loesje-wijsheid het verwoordt: 'Leren doe je met vallen en opstaan — waarom moet ik er dan bij zitten?

Wil je als school aan de slag met de Dynamische Schooldag of wil je eerst meer weten over wat de aanpak voor jouw context kan betekenen? Benader dan de auteurs van dit artikel of kijk op *www.dynamischeschooldag.nl* en neem contact op via de gegevens op de website. ●

Bronnen
Scan of klik *hier* naar de bronnen

Contact
t.remmers@fontys.nl
Teun Remmers is docent-onderzoeker op Fontys Sport en Bewegen
Rob Heidenreich is directeur van basisschool Het Lichtpunt
Rob Michiels is vakleerkracht bewegingsonderwijs op OBS Dick Bruna
Foto's
Hjalmar Zoetewei
Kernwoorden
dynamische schooldag, beweegrijke school, beweegteam, schoolbrede aanpak

