Sport, bewegen en vitaliteit in het mbo

Een interview met Bas van den Brand (collegedirecteur) en Roland Robijn (coördinator Gezonde School en coördinator Vitaliteitslab) van ROC Midden Nederland. In het gesprek stonden beleidsmatige keuzes, organisatie van het aanbod, de rol van bestuur en management en de vertaling naar de praktijk van verschillende colleges centraal. | Johan Koedijker en Stan Roosken

ROC Midden Nederland heeft sport, bewegen en vitaliteit bewust en structureel verankerd in het onderwijs. Deze aanpak is niet primair gericht op 'beter leren sporten en bewegen', maar juist op beroepsvitaliteit, Positieve Gezondheid en sociale verbinding. Volgens collegedirecteur Bas van den Brand en projectleider Vitaliteit en coördinator Gezonde School Roland Robijn zit het succes vooral in bestuurlijke keuzes, maatwerk per opleiding en lokaal eigenaarschap met sterke aanjagers.

Sport, bewegen en vitaliteit in beleid

ROC Midden Nederland wordt vaak genoemd als een goed voorbeeld binnen het mbo waar sport, bewegen en vitaliteit goed vertegenwoordigd zijn binnen de verschillende opleidingen. Zowel Bas en Roland benoemen dat dit niet een vanzelfsprekendheid is, maar dat dit komt doordat ROC Midden Nederland er bestuurlijk voor blijft kiezen. Elk jaar wordt het belang van sport, bewegen en vitaliteit opnieuw bekrachtigd in beleid, jaarplannen en gesprekken met de verschillende colleges.

Die keuze wordt niet primair verantwoord vanuit meetbare opbrengsten zoals studenttevredenheid of rendement, hoewel het aanbod daar wel positief aan kan bijdragen, maar komt voort uit de visie dat een onderwijsinstelling ook de opdracht heeft om jongeren te leren goed voor zichzelf te zorgen, gezond te bewegen, zich sociaal te verbinden en voorbereid te zijn op een vitaal werkend leven.

Twintig jaar geleden werd binnen ROC Midden-Nederland het Sportbureau opgericht met behulp van landelijke subsidie. Het Sportbureau is verantwoordelijk voor:

- topsportcoördinatie, studenten en studentcoaches worden begeleid om topsport en studie te combineren;
- sportdesk: het Sportbureau levert ondersteuning aan de sportdeskleiders op de verschillende locaties;
- aanvraag, implementatie en afstemming van het Gezonde School concept en de vignetten;
- frontoffice voor ROCMN brede sportieve evenementenondersteuning; denk aan verschillende loop- en fietsevenementen en de organisatie van verschillende sporttoernooien en evenementen voor medewerkers.

Sportdesk is het centrale aanspreekpunt en de sportdeskleiders zijn de uitvoerende motor achter sport, bewegen en vitaliteit binnen de school. Een sportdeskleider ontwikkelt, coördineert en verzorgt sport- en beweegprogramma's binnen onderwijs. Het huidige beleid is dat alle voltijdstudenten in het eerste leerjaar drie periodes sport- en beweegaanbod krijgen. In de praktijk lukt dit in 90 procent tot 95 procent van de gevallen.





Hoewel het beleid breed omarmd wordt binnen het bestuur, dragen de afzonderlijke afdelingen zelf de financiële en organisatorische verantwoordelijkheid voor hun sportdeskleider en het aanbod. Bas en Roland geven aan dat de organisatie bewust decentraal is ingericht. Hierdoor zijn de verschillende afdelingen zelf verantwoordelijk voor de uitvoering. Die keuze heeft als voordeel dat de aanpak kan worden afgestemd op de opleiding, de doelgroep, de faciliteiten en de lokale partners. Lokaal maatwerk is echt essentieel om te zorgen dat het aanbod goed aansluit bij de wensen en behoeften van de studenten en de lokale mogelijkheden.

Maatwerk per opleiding gericht op beroepsvitaliteit en Positieve Gezondheid

Bas en Roland geven aan dat de afgelopen jaren een verandering te zien is binnen het aanbod. De oorspronkelijke sport- en beweeg aanpak is verbreed naar vitaliteit, preventie en Positieve Gezondheid. Het aanbod is meer dan een 'sportles' en wordt steeds nadrukkelijker gekoppeld aan vitaliteit, Positieve Gezondheid, mentaal welbevinden, sociale verbinding en beroepsvitaliteit. Die verbreding helpt om aansluiting te vinden bij verschillende opleidingen. Bij sommige afdelingen roept de term sport weerstand op of voelt sport minder passend bij de beroepsidentiteit. Vitaliteit, Positieve Gezondheid en beroepsvitaliteit bieden dan een inhoudelijk haakje om toch aan beweging, weerbaarheid en gezond functioneren te werken.
Duidelijk is ook dat één uniforme aanpak niet werkt. Het aanbod ziet er dan ook per opleiding anders uit. Idealiter wordt het sporten direct gekoppeld aan de toekomstige beroepspraktijk van de student. Bij welzijns- en zorgopleidingen, bijvoorbeeld, ligt de nadruk op fysieke en mentale weerbaarheid en ergonomie (zoals goed leren tillen). Binnen de techcampus wordt sport ingezet om werknemersvaardigheden, feedbackvaardigheden en leiderschap te trainen (bijvoorbeeld door studenten de rol van 'voorman' te laten aannemen in de sportles).

De rol van de docent LO in het mbo

Bas en Roland maken duidelijk dat de rol van een sportdeskleider in het mbo breder is dan de klassieke rol van een docent LO. Natuurlijk blijft didactische kwaliteit belangrijk, maar deze rol vraagt vooral om een professional die verbinding kan maken met de opleiding en met de doelgroep. Deze rol vraagt naast didactische vaardigheden expliciet ook om organisatievermogen en om creatief om te gaan met de doelgroep, aansluiting op het beroep en het werkveld en de sportmogelijkheden op locatie en in de buurt.

Een sportdeskleider moet kunnen schakelen tussen onderwijsinhoud, roostering, locaties, externe aanbieders, teamoverleggen en studentbegeleiding. Op sommige locaties werkt iemand met een alo-achtergrond uitstekend; op andere locaties kan iemand met een sterke beweegachtergrond, veel wijkkennis en verbindend vermogen juist effectiever zijn. De kern is dat de professional studenten daadwerkelijk in beweging krijgt. Een belangrijke aanbeveling is om sportdeskleiders niet als losse vakdocenten te positioneren, maar hen onderdeel te laten zijn van het onderwijsteam, bijvoorbeeld door



// Het gaat niet alleen over sporten. Het gaat over hoe sport, bewegen en vitaliteit passen binnen het onderwijs en binnen het beroep waarvoor we studenten opleiden

> In sport en bewegen zie je soms kwaliteiten van studenten die in een theorielokaal niet zichtbaar worden



hen tevens burgerschapslessen en keuzedelen te laten verzorgen.

ROC in Beweging

ROC Midden Nederland benadert sport en bewegen niet als los programma, maar juist als onderdeel van de bredere onderwijsopdracht. De kracht van de aanpak zit in de combinatie van bestuurlijke borging, lokale verantwoordelijkheid en inhoudelijke verbreding naar Positieve Gezondheid en beroepsvitaliteit. Tegelijkertijd geven Bas en Roland aan dat deze aanpak kwetsbaar blijft wanneer draagvlak, aanjagers of faciliteiten ontbreken. Juist daarom is voortdurende bekrachtiging nodig: via beleid, jaarplannen, gesprekken met managers, professionele netwerken en concrete koppelingen met het curriculum. De belangrijkste les voor andere mbo-scholen is daarmee niet dat elke school exact hetzelfde moet organiseren, maar dat bewegen pas duurzaam wordt wanneer het betekenis krijgt binnen de opleiding, het beroep en de dagelijkse praktijk van studenten.



Tips voor mbo-scholen

1 Begin bij de bestuurlijke en morele keuze. Vraag niet alleen: is het verplicht? Vraag vooral: wat vinden wij als onderwijsinstelling belangrijk voor de ontwikkeling, gezondheid en toekomst van onze studenten?
2 Bouw aan draagvlak als vak. Draagvlak ontstaat niet vanzelf. Werk samen met onderwijsontwikkelaars, managers, teams en studenten. Vraag hulp wanneer het creëren van draagvlak niet lukt.
3 Koppel sport en bewegen aan beroepsvitaliteit. Maak zichtbaar waarom bewegen relevant is voor het beroep waarvoor studenten worden opgeleid. Denk aan weerbaarheid, ergonomie, samenwerken, leidinggeven, veilig werken en zelfzorg.
4 Organiseer eigenaarschap op de plek waar het moet gebeuren. Laat de opleidingen mede-eigenaar zijn van het aanbod. Een centraal bureau kan ondersteunen, maar lokale inbedding is cruciaal.
5 Zorg voor sterke aanjagers. Een succesvol programma vraagt om mensen die hun tanden erin zetten, mogelijkheden blijven zoeken en studenten en collega's meenemen.
6 Denk in mogelijkheden, ook zonder ideale faciliteiten. Niet elke locatie heeft een sportzaal, dojo of fitnessruimte. Kijk wat er lokaal mogelijk is in samenwerking met externe partners.
7 Laat sportdeskleiders leren van elkaar. Intervisie, netwerkbijeenkomsten en praktijkvoorbeelden helpen om met vergelijkbare uitdagingen om te gaan.
8 Investeer in de mbo-specifieke professionalisering van LO-docenten. Alo's kunnen studenten beter voorbereiden door aandacht te geven aan beroepsvitaliteit, organisatiekunde, omgaan met weerstand, curriculumverbinding en de specifieke mbo-doelgroep. ●

Contact
b.vandenbrand@rocmn.nl
r.robijn@rocmn.nl
Bas van den Brand is collegedirecteur bij ROC Midden Nederland
Roland Robijn is coördinator Gezonde School en coördinator Vitaliteitslab van ROC Midden Nederland
Foto's
ROC Midden Nederland
Kernwoorden
vitaliteit in het mbo, beroepsvitaliteit, Gezonde School