



Optreden van onze 'KungFu-fighters'

De Ommezwaai: een rijk binnen- schools aanbod

De Ommezwaai is een school voor speciaal onderwijs voor ongeveer 145 leerlingen met gedragsproblemen en/of psychiatrische problematiek (ADHD, autisme, hechting, trauma, etc.) met een uitstroomprofiel naar diplomagericht onderwijs. De meeste leerlingen gaan naar vmbo bb/kb (75%). | **Tekst** Alfred van Bergen

Draagvlak en urgentie

Omdat er veel bewegingsonrust is bij de leerlingen, en wij geloven in het feit dat bewegen goed is voor een gezond leven, de hersenontwikkeling en een fijn gevoel, heeft bewegen de afgelopen jaren een steeds belangrijkere plek in ons curriculum gekregen. Uiteraard kan het bewegen niet zo'n belangrijke plek innemen in de school als er geen draagvlak is binnen het schoolteam. Bij alle stappen die we gezet hebben is het team meegenomen. We proberen samen te zoeken naar oplossingen want soms is er tijd tekort in een schooldag. Er moet

natuurlijk ook aandacht besteed worden aan andere schoolse vakken. Daar waar beweegactiviteiten en cognitieve vakken gecombineerd kunnen worden, wordt regelmatig naar de overlap gezocht.

De Ommezwaai



www.ommezwaai-arnhem.nl

Bewegingsonderwijs

We hebben in de basis een aanbod van twee keer 50 minuten bewegingsonderwijs, dit wordt gegeven door een vakleerkracht. De nadruk van deze lessen ligt op motorische en toetselvaardigheid, maar niet minder belangrijk zijn de algemene sociale vaardigheden, zoals samenwerken en omgaan met winst/verlies (echt moeilijk voor onze leerlingen). We hebben de beschikking over een vrij recent gebouwde gymzaal, met allerlei moderne attributen. De gymleerkracht werkt vaak in circuits, omdat dit het beste aansluit bij de onderwijsbehoeften van onze leerlingen, veel afwisseling en niet al te grote groepen.

Meer bewegen tijdens de schooldag

Uiteraard doen we mee met vele sportactiviteiten: voetbaltoernooi, Koningsspelen, de Bridge to Bridge-run

en dergelijke. Maar specifiek voor onze school zijn twee activiteiten, Het Dagelijks Kwartiertje (HDK), wat we vijf jaar geleden zijn gestart (naar een voorbeeld van The Daily Mile) en de drie jaar geleden gestarte Fitclub met een daaraan gekoppelde Hall of Fame.

In het schoolgebouw hebben we een speellokaal voor peuters om extra te bewegen. Het schoolplein is ingericht met diverse beweegplekken: een voetbalkooi, een klautertoren en Plein 14-activiteiten. Dit laatste wordt regelmatig gebruikt voor beweegactiviteiten met en zonder didactische input. Vlak naast onze school hebben we een basketbalveld en een Johan Cruyffcourt waar we regelmatig bewegen. En ook klinken er bijna dagelijks klanken van 'Just dance' door de gang, vooral vanuit de klassen met de jongere leerlingen. In dit nieuwe schoolgebouw hebben we de beschikking over een viertal zitfietsen, zodat de leerlingen bewegend hun opdrachten kunnen maken.



Naschools beweegaanbod

Dit jaar zijn we gestart met een pilot 'naschoolse sport', in samenwerking met een aantal sportclubs in de buurt. We bieden dit twee keer per week

aan. De aanmelding is zo groot, dat we een aantal leerlingen hebben moeten teleurstellen om voor een tweede keer mee te kunnen doen. Dit is een teken dat we in een behoefte voorzien en zullen dit zeker meenemen in de evaluatie van deze pilot. De ouders hebben er geen moeite mee om de leerlingen zelf op te halen, ook al komen ze van ver.

Het Dagelijks Kwartiertje

Zo'n zes jaar geleden werd ons de vraag gesteld door Loopgroep Gelderland of wij mee wilden doen met een pilot Het Dagelijks Kwartiertje, in samenwerking met de HAN, CIOS Arnhem en Sportbedrijf Arnhem. Het Dagelijks Kwartiertje is een soort Daily Mile op de Arnhemse manier. Het bijzondere aan deze pilot was dat zowel studenten van de HAN als CIOS Arnhem meededen met deze beweegactiviteit, zodat niet alle draaglast op de schouders van onze school kwam. Dit is twee jaar lang gelukt, daarna is de CIOS Arnhem afgehaakt. Dus we gingen het zelf organiseren. De HAN bleef wel een derdejaars student leveren en vanuit deze collega is het ontwerp van een FITclub ontstaan.

FITclub

Het idee achter de FITclub is dat leerlingen een sportbeloning in mogen zetten naar aanleiding van goed gedrag in de klas. Het uitgangspunt is dat door het aanbieden van een beweegactiviteit met een opbouw in moeilijkheidsgraad, leerlingen intrinsiek gemotiveerd raken om positief gedrag in de klas te laten zien. Met deze activiteit kunnen de leerlingen punten verdienen en komen ze in de Hall of Fame. Het gaat hierbij niet om de beste sporter, maar om persoonlijke groei. We zien dat dit de leerlingen goed doet. Het vergroot hun gevoel voor eigenwaarde, waar ze toch al niet te veel van hebben. Inmiddels zijn de beloningen ook uitgebreid naar gezond eten, de leerlingen gaan dan kleine gezonde hapjes maken. Want het gaat natuurlijk niet om bewegen alleen, het gaat om een gezonde leefstijl. Dat meer dan 80 procent van de leerlingen meedoet aan de FITclub, zegt ons genoeg. Het is een groot succes!

Wat vond de jury?

De school is sterk in het zoeken van samenwerking om samen het aanbod bewegen en sport verder uit te breiden of door te ontwikkelen. Er zijn steeds nieuwe facetten toegevoegd om steeds meer een dynamische schooldag te creëren. Het binnenschoolse aanbod is dan ook heel goed en rijk: het dagelijks kwartiertje, de fitclub, energizers, actief meubilair, enzovoorts. De jury was erg enthousiast over hoe er in en om het nieuwe schoolgebouw bewuste keuzes zijn gemaakt om bewegen en sporten mogelijk te maken. Op de school heerst een fijne onderlinge sfeer. 'Er zijn voor de kinderen', dat staat centraal! ●



Contact

A.vanBergen@
schooldeommezwaai.nl

Foto's

Alfred van Bergen en Lieke Beukema