

Zo werken de sportiefste VSO-scholen van Nederland

Eind mei waren de verkiezingen van de Sportiefste Scholen van Nederland (VO en VSO).

Hoe zien de sportiefste scholen voor voortgezet speciaal onderwijs (VSO) van Nederland eruit? Winnaar De Twijn uit Zwolle en 'runner up' Kristallis Aventurijn uit Nijmegen delen hun aanpak, tips en ervaringen. Zodat je er zelf ook mee aan de slag kunt!

TEKST DORIEN DIJK EN SARAH WOUTERS

In Lichamelijke Opvoeding Magazine 6 vind je het artikel: Het Calandlyceum in Amsterdam is de Sportiefste VO-School van 2021



▲ De collega's van de Twijn zijn de winnaars

De Twijn, Zwolle

De Twijn is een cluster 3 school met een enorm gevarieerde groep leerlingen, qua beperkingen, iq en motorische vaardigheden. Met een groep enthousiaste en ondernemende vakleerkrachten lukt het toch om kinderen beweegaanbod op maat te bieden. Vakdocent Lichamelijke Opvoeding Marcel Bouwhuis vertelt hoe.

Groepsdoorbroken werken

Allereerst werkt De Twijn 'groepdoorbroken', zoals Marcel het formuleert. "Kinderen uit dezelfde klas gymmen dus niet met elkaar, maar worden ingedeeld bij leerlingen met vergelijkbare vaardigheden. We hebben drie

groepen: onze lopers, onze elektrische rolstoelers en onze handbewogen rolstoelers. Die groepen gymmen dus met elkaar en het aanbod passen we aan op hun mogelijkheden. Daarin krijgen we ook advies van het revalidatiecentrum."

In alle groepen werkt de school met dezelfde leerlijnen als het reguliere onderwijs, natuurlijk in aangepaste vorm. "Om te zorgen dat we de motorische voortgang van onze leerlingen toch meten, hebben we een eigen leerlingvolgsysteem ontwikkeld. Zo kunnen we aan de inspectie laten zien hoe ver we komen. We kijken daarbij ook naar de sociaal emotionele ontwikkeling, zoals samenwerken en omgaan met winnen of verliezen. Een aantal leerlingen past hier niet in. Over hen doen we verslag op een verhalende manier met beeld. En dat koppelen we terug aan de ouders."

Ik mag er zijn zoals ik ben

"Wij willen onze leerlingen voorbereiden op een betekenisvolle plek in de samenleving", licht Marcel de visie van de school toe. "We willen onze kinderen, die al veel hebben meegemaakt, 'heel houden'. Hen een fijne

Verkiezing Sportiefste VO- en VSO-School

Elk jaar organiseert de KVLO samen met NOC*NSF de verkiezing voor de Sportiefste School van Nederland. Alle scholen voor voortgezet onderwijs en voortgezet speciaal onderwijs kunnen meedoen. Doel van deze verkiezing is het waarderen van scholen en vaksecties die een buitengewoon goed of innovatief aanbod bewegen en sport hebben voor hun leerlingen. En het inspireren van andere scholen met deze best practices.





schooltijd geven, waar ze later positief op terugkijken. Het gevoel: ik mocht er zijn zoals ik ben. Wij geloven dat je groeit en je competent gaan voelen, door succes te ervaren.”

Ook in de gymles komt die visie terug, vertelt Marcel. “We geven kinderen bewust regie over hun eigen succes. Is een oefening te moeilijk? Dan bedenk je zelf hoe je hem kunt aanpassen, zodat het wel lukt. Moet de basket iets lager? Prima! Wil je dichterbij staan met de bal? Ook goed! Als coach geef je hen de autonomie om het zelf op te lossen en succes te hebben.”

Autonomie

Die autonomie is belangrijk voor de leerlingen van De Twijn. Marcel: “Wat veel mensen niet beseffen, is dat kinderen met een beperking hun hele leven geholpen worden. Uit goede intenties uiteraard, maar het is ook aangeleerde hulpeloosheid. In ons bewegingsonderwijs gaan we bewust de andere kant op. Daar leren ze van.” Hoeveel de leerlingen kunnen leren, blijkt tijdens het jaarlijkse skikamp in Oostenrijk. “Veel ouders denken dat hun kind niet kan skiën”, lacht Marcel. “Maar dan zeggen wij: ‘let maar eens op!’. We sturen de ouders filmpjes en die staan perplex van wat hun kind kan! Die week leren ze ook veel sociaal emotionele vaardigheden, want ze zijn uit hun comfortzone, even thuis weg en groeien dan heel snel. Dat zien de ouders ook.”

Een ouder over de skiweek

“Ik heb een andere zoon terug gekregen na de skiweek. Hij straalde bij thuiskomst! De afgelopen twee weken hoor ik vaak: ‘dat kan ik zelf wel hoor’. En: ‘ik heb geen hulp nodig hoor’. De skiweek heeft gezorgd voor een enorme emotionele groei, in zelfvertrouwen, zelfstandigheid en een positiever zelfbeeld. Het was het een kamp van onschatbare waarde.”

Inzet van Special Heroes

De Twijn werkt nauw samen met de CALO – voor stagiairs – en met Special Heroes Nederland. Marcel: “Zij helpen ook in het begeleiden van onze leerlingen naar naschoolse sport bij een vereniging. Want wij willen kinderen daar aan laten sluiten. Maar wel stap

voor stap. Eerst kennismaken met de sport op school via een clinic, dan eens op bezoek bij een vereniging. Dan lid worden van een team. En hopelijk blijven ze dan lid.”

Is het succes van De Twijn ook op andere scholen te bereiken? Marcel beseft dat het voor eenpiters – scholen met maar één vakdocent beweging – uitdagend is. “Maar ik heb toch een paar tips. Werk samen met Sport Heroes, ga bij elkaar kijken op school en doe mee aan ons kennisnetwerk voor bewegingsonderwijs in het VSO. Zo leren we van elkaar. Wees ondernemend en kijk – net als bij de leerlingen – naar wat wél kan!”

▲ Tafelvoetbal

De jury over De Twijn

“Op deze school staat de leerling centraal. Ze zoeken bij alles naar aanpassingen, zodat ieder kind kan meedoen. Sport is een pijler van de school en een metafoor voor het leren van vaardigheden zoals samenwerken, persoonsvorming en weerbaarheid. De school probeert alles uit de leerling te halen op sportief gebied. Waarbij ze rekening houden met hun beperkingen, maar vooral gekeken wordt naar kansen. Er is een breed draagvlak op de school voor bewegen en sport.”

In Lichamelijke Opvoeding Magazine 6 vind je het artikel: Zo werken de sportiefste VO-scholen van Nederland

VSO Kristallis, locatie Aventurijn, Nijmegen

De Aventurijn is een cluster 4 school. Vakdocent Lichamelijke Opvoeding Nathan Robben vertelt wat dat betekent: “Onze leerlingen hebben gedragsproblemen, bijvoorbeeld ODD, ADHD en autisme. De problematiek van de leerlingen én hun sportieve vaardigheden verschillen enorm. Daarom organiseren wij het bewegingsonderwijs zo, dat we elk kind kunnen bieden wat het nodig heeft.”

Screenen en differentiëren

Dat begint dat met een kleine screening, legt Nathan uit. “Dat doen we met een BLOC test die we samen met de Hogeschool Arnhem Nijmegen hebben ontwikkeld. Die test meet de motorische vaardigheden van een leerling. Dat helpt ons om op een goede manier te differentiëren.”



▲ **Lekker voetballen** Hoe werkt dat differentiëren in de gymles met zulke verschillende leerlingen? Nathan: “We proberen ieder groepje op het eigen niveau uit te dagen. We starten samen en werken aan de kerndoelen, zoals zwaaien, balanceren en spel. Sommige leerlingen krijgen een iPad met filmpjes en instructies. Zij kunnen zichzelf opnemen (het filmpje wordt gewist, red.) en dan kijken we samen terug. Andere leerlingen begeleiden we ter plekke.”

Positieve ervaringen opdoen

De realiteit is dat een deel van onze leerlingen die uit het reguliere basisonderwijs komen, weinig beweegvaardigheden hebben aangeleerd, constateert Nathan. “Ze werden gezien als ‘lastig’. Dus ze mochten wel meedoen met spel, maak de vakdocent nam geen extra tijd om bijvoorbeeld turnen goed uit te leggen.” De Aventurijn spant zich mede daarom in om de leerlingen extra te stimuleren. Nathan: “Bijvoorbeeld met extra begeleiding in de vorm van Motorische Remedial Teaching. Ons doel is leerlingen zekerder maken en ze een positieve ervaring geven. Door bijvoorbeeld gooien met een basketbal extra te oefenen, kunnen ze daarna beter meedoen in de reguliere les.” Die positieve ervaringen zijn cruciaal, benadrukt Nathan. “Deze leerlingen hebben al zoveel meegemaakt. Wij worden als docenten niet voor niets getraind in traumasensitief onderwijs.”

Bewegen samen regelen

De vakdocenten organiseren af en toe ‘Bewegen samen regelen’. Dan bedenken de leerlingen zelf een spelvorm. “Met een paar kaders natuurlijk”, vertelt Nathan. “Zoals geen trampolines en niet zomaar in het materiaal-hok komen. Maar verder moeten ze het zelf verzinnen en opzetten. En daar groeien ze van! Dat is bijzonder voor onze leerlingen. Door

hun afwijkende gedrag zijn ze niet gewend om verantwoordelijkheid te krijgen.” Nathan geeft een voorbeeld van hoeveel bewegen de kinderen oplevert. “Een van onze meiden was door medicatie en niet bewegen 50 kilo aangekomen. Zij deed niet meer mee met de gymles op haar vorige school. We zijn echt met haar aan de slag gegaan, ondersteund door de ouders. ‘Ik wil in elk geval niet turnen en niet trefballen!’ zei ze. Maar intussen springt ze over de kast en is ze ruim 30 kilo kwijt!”

Pausesport

Op de Aventurijn is de ervaring dat bewegen zorgt voor meer rust op school. “Daarom mogen de leerlingen juist ook in de pauzes extra bewegen. Dan kunnen ze hun energie kwijt op de bokszak, of ze draaien even mee in een andere gymles. Door pausesport ontstaan minder ruzies en zijn leerlingen minder afgeleid. Ook andere docenten zetten sport in als beloning: als je twintig minuutjes geconcentreerd aan aardrijkskunde hebt gewerkt, mag je een kwartier extra bewegen.” De tip van Nathan tot slot: begin klein, maar begin wél! En sluit aan bij de behoefte van de doelgroep. “Veel kinderen waren enthousiast over kickboksen, dus organiseert Sport Heroes dat nu als workshops na schooltijd. Dus neem Special Heroes Nederland, of Uniek Sporten via de gemeente in de arm. Dit zijn organisaties die dit type leerlingen goed kennen en veel verstand hebben van extra beweegaanbod voor deze groep. Je hoeft niet alles zelf te bedenken en doen.”

Foto's
KVLO

Contact
dorien.dijk@kenniscentrum-
sportenbewegen.nl

Kernwoorden

verkiezing, sportiefste VSO-school, criteria

De jury over de Aventurijn

“De school heeft een mooi beweegaanbod ontwikkeld met inhoudelijke lessen. De vaksectie heeft bewegen een duidelijkere plek gegeven binnen de school. Er was veel drive te zien en voelen. Naast de lessen bewegingsonderwijs zien we een rijk aanbod aan extra activiteiten.”