



Buitenspelen en Schoolpleinen onder de loep

Bastiaan Goedhart
m.m.v.
Wim van Gelder &
Ton de Ruijter



Studiedag 9 november 2011

Even voorstellen

- Docent Hogeschool Inholland
 - Pabo Haarlem
 - Nascholing Noord- en Zuid-Holland Bewegingsonderwijs en Motorische Remedial Teaching
- Vakleerkracht Basisschool 'de Lunetten' in Heemskerk
- Groepsleerkracht en MRT-er
- Scholings- en Adviesbureau "Goedhart in Beweging"
- Auteur 'Basislessen Bewegingsonderwijs deel 1 2009'



Doel:

- Inspireren
- Bewustwording
- Eye-openers
- Concrete ideeën voor morgen?



Hoe krijgen we ze weer naar buiten??



“Waarom ga je niet buitenspelen?”

Geen zin

Niks te doen

Niemand wil mee

Mag nooit meedoen

Binnen is leuker

Geen tijd

Word gepest



Waarom speelt hij niet buiten?

(oudergesprek)

Meer een “binnen kind”

Uitrusten van school

Niet veilig

Niks te doen

Te koud

Te warm

Geen zicht

Worden ze smerig

Weet ik eigenlijk niet



Onderzoek



Activiteit en gemiddelde tijd in % in groepen 1/2 *

<u>Activiteit</u>	<u>Gemiddelde tijd</u>		
Buitenspelen	21%	Indiv. werken lkr. niet betrokken	3.8%
Indiv. werken lkr. betrokken	14.8%	Gym geleid door lkr.	3.5%
Lesovergangen	10%	Gym niet geleid door lkr.	2.6%
Inlooptijd	9.3%	Administratieve routines	2.2%
Eten en drinken	7.2%	Wachttijd	1.9%
Groepsgesprek	6.5%	Leerkracht uit de klas	1.6%
Vertellen in de kring	5.1%	Voorlezen	1.0%
Opdrachten geven	4.3%	Instructie aan de klas	1.0%
Niet inhoudelijke activiteiten	4.2%		
		Totaal:	100%

*Gegevens ontleend aan; Effectief onderwijs aan jonge kinderen
GJ Reezigt e.a. Rijksuniversiteit Groningen.

Conclusie t.a.v. spelen en bewegen

Spelen en bewegen in een vrije situatie (buiten en gymles): **23,6 %**

Spelen en bewegen (buiten en gymles etc.):
27,1 %



Weinig buitenspelen remt kinderen

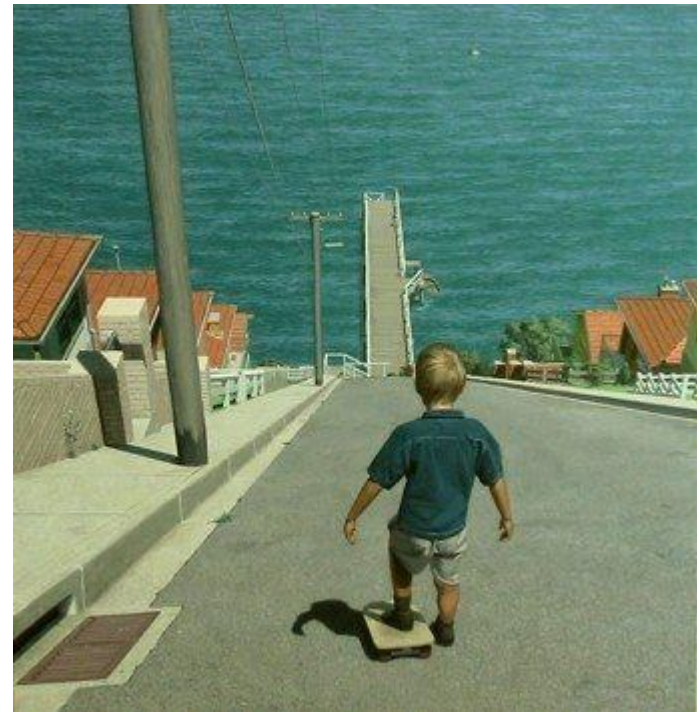
Onderzoek onder 5 jarigen in Zürich

A-buurtten (veilig, vrijelijk buitenspelen)

B-buurtten (verkeersonveilig, weinig bewegingsmogelijkheden)

“B-kinderen”:

- meer planmatig leven
- minder sociale contacten (isolement)
- minder vaardig (springen, balanceren)
- minder empathisch vermogen



Toenemend overgewicht

De NNGB per leeftijdsgroep:

- 1) **Jeugd** (onder de 18 jaar): **dagelijks een uur** matig intensief. Twee keer per week intensief.
- 2) **Volwassenen** (18-55 jaar): **een half uur** matig intensieve lichamelijke activiteit op **tenminste vijf**, maar bij voorkeur alle **dagen van de week**.
- 3) **55-plussers**: **een half uur** matig intensieve lichamelijke activiteit op **tenminste vijf**, maar bij voorkeur alle **dagen van de week**.



- Jongens halen de NNGB vaker dan meisjes
- Autochtone kinderen halen de NNGB vaker dan allochtone kinderen
- Jongere kinderen halen de NNGB vaker dan oudere kinderen

(De Vries et al., 2005)



In stadsvernieuwingswijken haalt slechts 3% van de kinderen (6-12 jaar) de NNGB



Lopen en fietsen naar school

voor het eerst zelfstandig naar school



1974	6 jaar
1993	8 jaar
1998	8,5 jaar
2003	9 jaar
2011	?

(3VO)

Hoeveel vierkante meter moet er binnen
zijn per kind op de NSO?

3,5 m²

Hoeveel voor buiten?

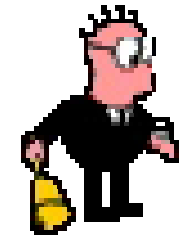
3 m² !!!

Voorwaarden om prettig buiten te spelen (tijdens de pauze):

1. Aantrekkelijk en veilig plein (met veel mogelijkheden)
2. Niet teveel kinderen op een te klein oppervlakte
3. Leerkrachten/ begeleiders die spel en bewegen stimuleren

De rol van de lesgever of begeleider

- Van controleren naar begeleiden en initiëren
(*pleinwacht* / *surveilleren* of actief betrokken?)
- Aantal begeleiders t.o.v. het aantal kinderen
- (Pro) actieve rol;
niet reagerend,
maar anticiperend
- Taakuren? Schoolplein-
commissie?



Waarschijnlijk gevolg:

- Minder conflicten tijdens en na de pauze.
- Meer effectieve leertijd
- Positieve invloed op de motorische, sociaal-emotionele en cognitieve ontwikkeling
- Positieve groepssfeer (samen met plezier buitenspelen)

Mogelijkheden om de kwaliteit van het buitenspelen te verbeteren:

1. Plannen van gescheiden pauzes
2. Structureren van de ruimte
3. De speelpleinkist
4. Transfers met de gymles
5. Programma's, projecten, thema's etc.



1. Gescheiden pauze tijden

Het speelplein wordt vaak niet effectief gebruikt.

Enkele momenten topdrukke en vervolgens leegstand

Voordeel verschillende pauzetijden:

- Door groepen te splitsen krijg je 2, 3 of 4 keer zoveel ruimte, dus meer beweging en minder conflicten
- De hotspots kunnen door veel meer kinderen gebruikt worden

Nadelen verschillende pauzetijden:

- De pauze is niet halverwege het dagdeel
- Er is (meer) geluid rond de school
- Meer begeleiding?

Voorbeeld gescheiden pauze tijden

Eenvoudig:

10.00 – 10.15	groepen 3/4
---------------	-------------

10.15 – 10.30	groepen 5/6
---------------	-------------

10.30 – 10.45	groepen 7/8
---------------	-------------

NB. Kleuters dus voor 10.00 en na 10.45

Of complexer...

BUITENSPEEL ROOSTER	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG
08.30 – 08.45					
08.45 – 09.00					
09.00 – 09.15	1/1-2D/1-2E/1-2F	1-2A/1-2C	1/1-2D/1-2F	1-2A/1-2B	1/1-2B
09.15 – 09.30	1/1-2D/1-2E /1-2F	1-2A/1-2C	1/1-2D/1-2F	1-2A/1-2B	1/1-2B
09.30 – 09.45	1/1-2D/1-2 E/1-2F	1-2A/1-2C	1/1-2D/1-2F	1-2A/1-2B	1/1-2B
09.45 – 10.00	3-4B/3B/3C/7A/7B/7C	3B/4A/4B/5A/5B/5C	3-4B/4C/5D/6B/8B	3A/3C/7C/8A/8C	3-4A/3-4B/4C/5C/6A
10.00 – 10.15	3-4B/3B/3C/4C/5C/6B	3B/4A/4B/3-4A/6A/7C	3-4B/4C/3A/3C/5C/7B	3A/3C/3-4A/3-4B/6C/8B	3-4A/3-4B/4C/3C/7A/8A
10.15 – 10.30	4B/4C/6A/8A/8B	3-4A/3-4B/5B/6C/8B/8C	3A/3B/3C/4A/7A/8A	3-4A/3-4B/4B/4C/5A/7B	3B/3C/5B/5C/7C/8C
10.30 - 10.45	3-4A/3A/4A/4B/5B/8C	3A/3C/3-4B/4C/6B/7B	3-4A/4B/3B/4A/5B/7C	3B/4A/4B/4C/5B/6B	3A/3B/4A/4B/6C/8B
10.45 - 11.00	3-4A/3A/4A/5A/5D/6C	3A/3C/4C/7A/8A	3-4B/4B/5A/6A/6C/8C	3B/4A/5C/5D/6A/7A	3A/4A/4B/5A/6B/7B
11.00 – 11.15	1-2A/1-2B/1-2G/1-2H	1/1-2D			1-2A/1-2C/1-2F
11.15 – 11.30	1-2A/1-2B/1-2G/1-2H	1/1-2D	1-2B/1-2C/1-2G/1-2H	1-2 ^E /1-2G	1-2A/1-2C/1-2F
11.30 – 11.45	1-2A/1-2B/1-2G/1-2H	1/1-2D	1-2B/1-2C/1-2G/1-2H	1-2 ^E /1-2G	1-2A/1-2C/1-2F
11.45 – 12.00			1-2B/1-2C/1-2G/1-2H	1-2 ^E /1-2G	
12.00 – 12.15					
13.15 – 13.30					
13.30 – 13.45	1-2 ^E /1-2G/1-2H	1-2B/1-2C/1-2G		1/1-2A/1-2D/1-2E	1-2 ^E /1-2G/1-2H
13.45 – 14.00	1/2 ^E /1-2G/1-2H	1-2B/1-2C/1-2G		1/1-2A/1-2D/1-2E	1-2 ^E /1-2G/1-2H
14.00 – 14.15	3C/1-2 ^E /1-2G/1-2H	1-2B/1-2C/1-2G		1/1-2A/1-2D/1-2E	3C/1-2 ^E /1-2G/1-2H
14.15 – 14.30	3A/3B/3-4A/3-4B	3A/3B/3C/3-4A		3A/3B/3C/3-4A	3A/3B/3-4A/3-4B
14.30 – 14.45	4A/4B/4C	4A/4B/4C/3-4B		4A/4B/4C/3-4B	4A/4B/4C



2. De ruimte structureren

In tweetallen uitwisselen: ***Voetballen en buitenspelen/pauze***

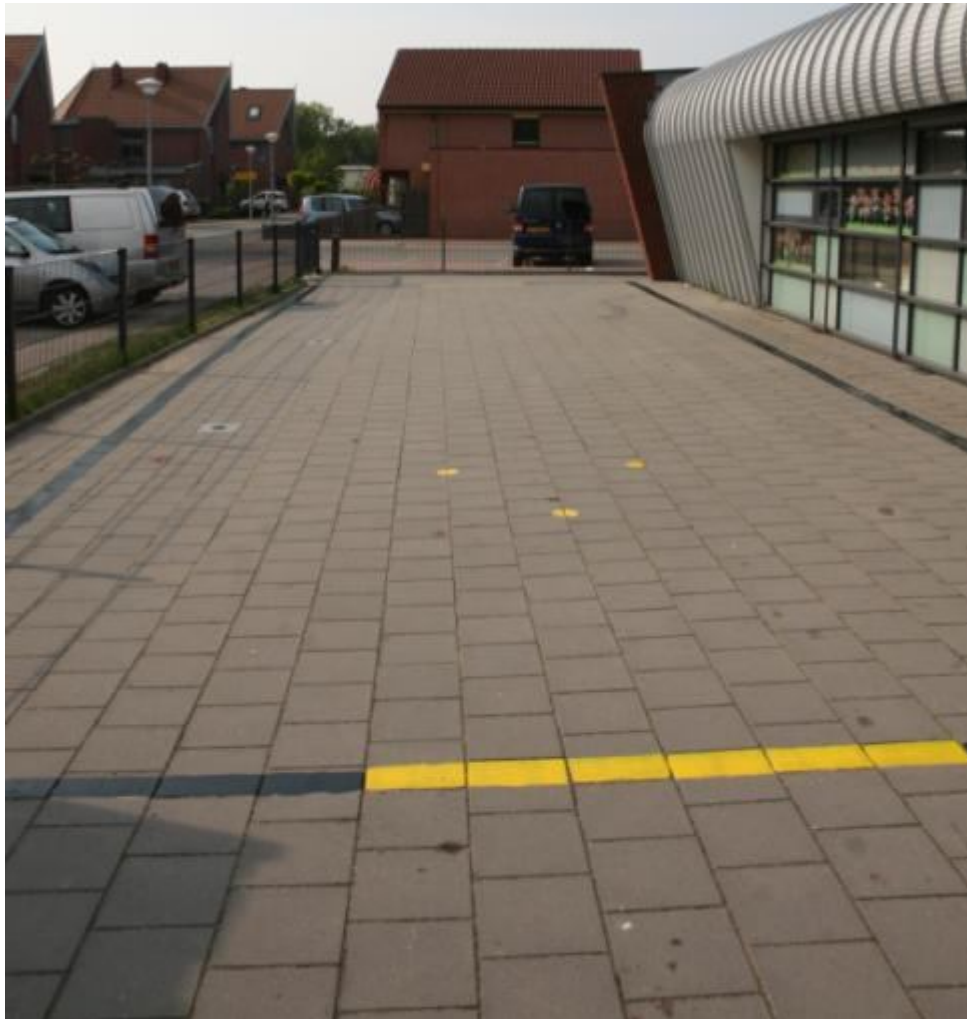
- Mag er gevoetbald worden?
- Op welke plek?
- Welke regels?
- Hoe worden teams gemaakt?
- Etc.



*Op veel pleinen beslaat groot voetbalveld 50%
van het plein/de speelruimte*

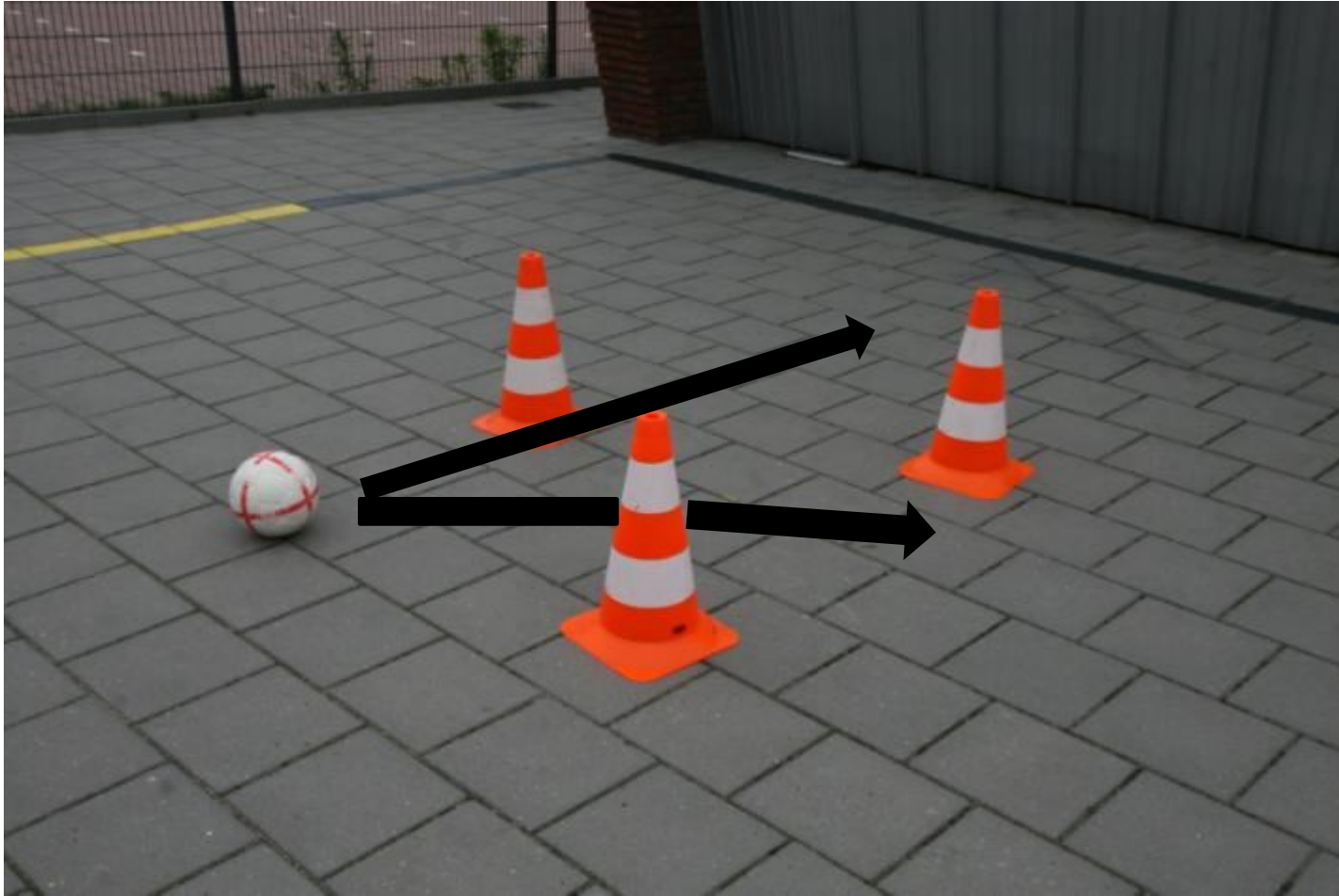
- Welke kinderen mogen voetballen?
- Welke kinderen hebben een aandeel in het spel?

Zorg dat de kinderen verdeeld zijn over de
ruimte en de “hotspots”!









Structureren door:

Pauze 10.00-10.15	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Voetbalveld 1	Groep 8a	Groep 8b	Groep 8b	Groep 4b	Groep 6a
Voetbalveld 2	Groep 6a	Groep 6b	Groep 8a	Groep 4a	Groep 6b
Duikelrek	Groep 4b	Groep 4a	Groep 6b	Groep 6a	Groep 4a/4b
Klimmuur	Groep 4a	Groep 4b	Groep 6a	Groep 8b	Groep 8a
Pauze 10.15-10.30					
Voetbalveld 1	Groep 7a	Groep 7b	Groep 7a	Groep 3b	Groep 5a
Voetbalveld 2	Groep 5a	Groep 5b	Groep 7b	Groep 3a	Groep 5b
Duikelrek	Groep 3b	Groep 3a	Groep 5b	Groep 5a	Groep 3a/3b
Klimmuur	Groep 3a	Groep 3b	Groep 5a	Groep 7b	Groep 7a

Dus:

Groep 3: twee momenten in de week recht op 't duikelrek, één keer klimmuur en één keer voetbalveld

Groep 8: twee momenten in de week recht op een voetbalveld en één keer klimmuur

Je moet niet, je mag wel!!!

Structureren door na te denken over de indeling:



3. De Speelplein kist

- Per klas (is goed te overzien / controleren)
- Je kunt altijd (alleen) spelen
- D.m.v. speelmateriaal ontstaat vaak 'contact' (ruilen, elkaar nadoen, samenspelen e.d.)





Met een groep nadenken over de invulling en beheer:

- Wat is leuk?
- Wat gaat niet snel kapot?
- Wat is veilig?
- Wat is niet te duur?
- Wie gaat het (waar) aanschaffen?
- Wie mag waarmee spelen en wanneer?
- Hoe zorgen we dat het compleet blijft?



Hoe zorgen we dat het compleet blijft?

Het leenbord
Lijst bijhouden klassendienst
De speelpleinhut



4. Zorg voor transfer tussen buiten spelen en de gestructureerde beweegmomenten (gymlessen).

1. Wat kun je op het speelflein doen dat je in de gymless hebt geleerd? En omgekeerd?

2. Spel aanleren op het speelflein.

Kinderen kunnen het vervolgens zelfstandig doorspelen

3. Activiteit van de maand

Boompje verwisselen



Kleine activiteiten



Dobbelspelen





Mikado

En verder nog....



Individueel



Tweetallen

Over transfer gesproken....

Boompje verwisselen

Touwtje springen

Skippy ballen

Diabolo

Jongleerballetjes

Duikelen

Hoepels

Hinkelen

Stelten

Vos kom uit je hol

Bewegen op muziek

Tafeltennis

Tennis

Elastieken

Voetbal (panna)

Lummelspel

Skeeleren

Skaten

Basketbal

Eitje leggen

Annemarie koekoek

Kleefspel/ scatch

Fopbal

Scoop

Spel van de “maand”

- SEPTEMBER:** springtouwen, lange touw, korte touw
- OKTOBER:** kleine activiteiten micado dobbelsteenspelen dammen schaken
- NOVEMBER:** extra aandacht voor bijv dans (inspelen op landelijke campagnes)
- DECEMBER:** verstop activiteiten - bovenbouw levend stratego,
- JANUARI:** voetbalactiviteiten - basketbalactiviteiten
- FEBRUARI:** ski-gymnastiek, elastieken meertallen, spring in de kring
- MAART:** jongleren - ballen, diabolo
- APRIL:** knikkeren/ boompje verwisselen/ annemarie koe
- MEI:** skeeleren, skateboarden, kleine fietsen
- JUNI:** waterspelen - brandslang - waterpistolen



Hoe te werk?

- Kleine stapjes (vs Zone-parc=totaal concept)
- Draagvlak binnen een schoolteam
- Zorg voor hulp (taakverlichting, zodat je meer tijd hebt bijv. dmv Lio-er ALO, Cios, MBO/ HBO sport en bewegen)
- Geld (subsidie, sponsorloop)

Aanpak Schoolplein







Hinkelbaantjes



Boompje verwisselen



Voetbal- en basketbalveldje









Verkeersplein









Buitenspelen in Laos....



www.in-beweging.net

[HOME](#) [BEWEGINGSONDERWIJS](#) [SCHOOLPLEIN](#) [MRT](#) [LVS](#) [CURSUSSEN](#) [ADVIES & BEGELEIDING](#) [LINKS](#) [CONTACT](#)

>>



- Schoolplein
- Workshop schoolplein
- Schoolpleinkaarten
- Literatuur schoolplein

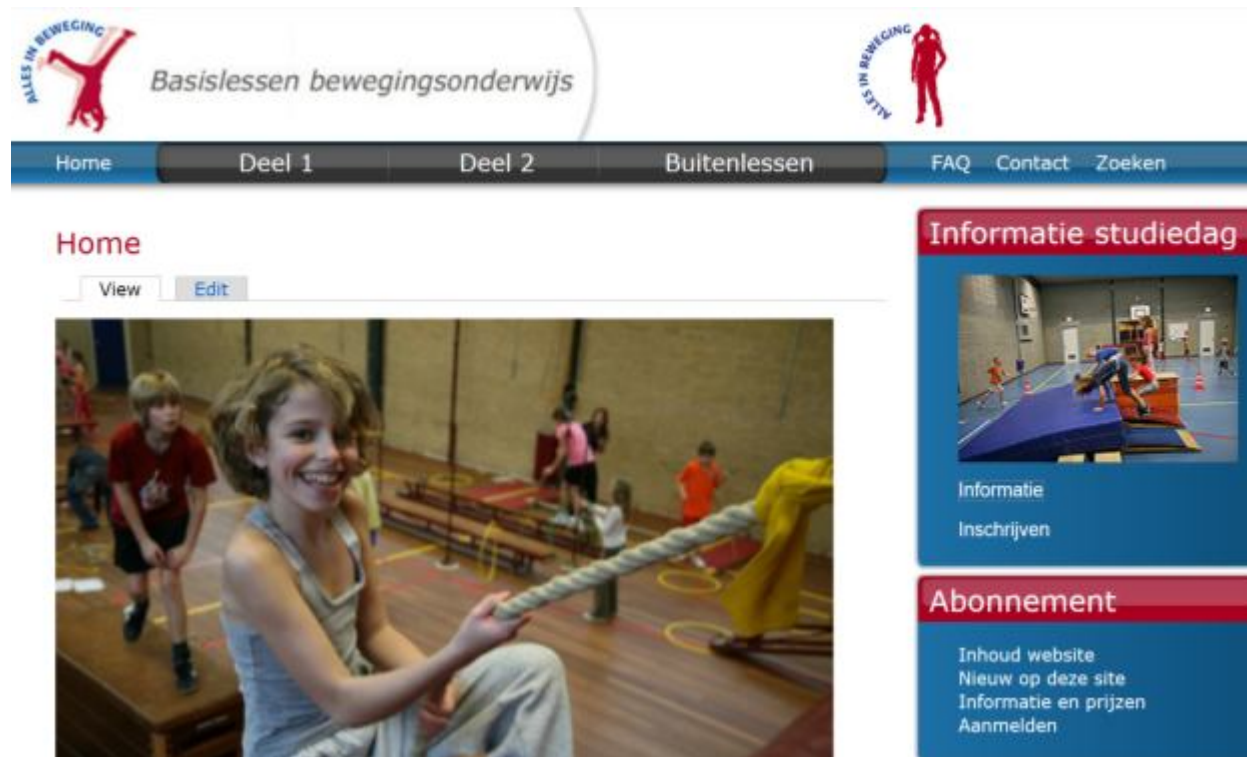
Literatuur schoolplein

- Bronnenboeken Bewegingsonderwijs voor de basisschool - deel 6 Seizoensgebonden en thematische bewegingsactiviteiten - C. Mooij (eindred. SLO), Bekadidact, Baarn, 1989, ISBN 9032106511
- Basislessen bewegingsonderwijs deel 2 Spel – W. van Gelder & H. Stroes Elsevier Gezondheidszorg Reed Business Information BV, Maarssen 1994, ISBN 9035214781
- Bewegingsonderwijs in het speellokaal – Deel 5 Speelpleinactiviteiten - 't Web, Werkgroep voor Bewegingsonderwijs, -therapie en -recreatie, Publicatiefonds van de 't Web, Zwolle, 1998, ISBN 90-73218063
- De Groene Spelen voor jong en oud – H. van den Einden en R. Pecht, Albert Sickler bv, 2004, ISBN 9072594231
- Bres spelenboek – F. Neefs, Tirion Uitgevers, 11^e druk, juli 2003, ISBN 9060765060
- Buitenspel in het zonnetje - Caminada, G. & Y. Leenders, Christelijk Pedagogisch Studiecentrum, Hoevelaken, 1996, ISBN 978-90-6508-332-6
- Van schoolplein tot speelplaats – C. Snoek en R. Maier, Kwintessens Uitgevers, Hilversum, 2003, ISBN 9057880830
- Het buitenland, buitenspeelruimten voor 0 tot 4 jarigen – E. Hoekstra, I. van Liempd, F. de Vos, Elsevier, Maarssen, 2000, ISBN 9057496488
- Vrijbuiten, buitenspeelruimten voor 4 tot 12 jarigen – E. Hoekstra, I. van

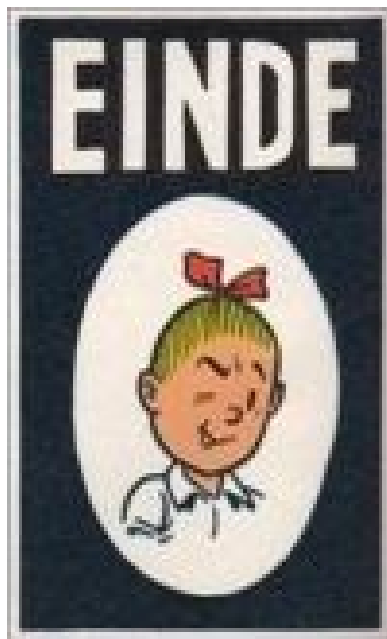


Studiedag *Basislessen* *Bewegingsonderwijs*

Woensdag 25 januari 2012



Voor meer info zie: <http://www.basislessen.nl/studiedagen>



"I expect you all to be independent, innovative, critical thinkers who will do exactly as I say!"

Dank voor jullie aandacht!

Reacties: ✉ Bastiaan.Goedhart@inholland.nl