

Blijven investeren in bewegingsonderwijs

Waarom moeten gemeenten in bewegingsonderwijs blijven investeren? Welke opbrengsten mogen we verwachten van sport en bewegen op en rond de school? In het licht van de laatste ontwikkelingen in de politiek en naar aanleiding van onderzoek wordt de noodzaak om te blijven investeren duidelijk gemaakt.

Door: Jo Lucassen

Afgaand op allerlei recent nieuws, gaat de toekomst van het bewegingsonderwijs meer dan nu het geval is bepaald worden op lokaal niveau door scholen, gemeenten en andere belanghebbenden. De nieuwe directeur van de Vereniging Sport en Gemeenten verwacht bovendien dat gemeenten wel blijven stimuleren, maar minder geld en expertise inbrengen op het gebied van sport en bewegen. Van lokale organisaties en burgers wordt dan ook meer eigen inbreng verwacht. Veel zal afhangen van de manier waarop betrokkenen binnen een gemeente in staat zijn elkaar te vinden en de krachten te bundelen: scholen, de lokale overheid, sportaanbieders, ouders, jeugd- en buurtwerk.

Met de gemeenteraadsverkiezingen van 2014 in zicht lijkt het nuttig nog eens op een rijtje te zetten wat van het vakonderwijs in lichamelijke opvoeding of bewegingsonderwijs eigenlijk mag worden verwacht. In het licht van de actuele bezuinigingsplannen is het nodig dat de beleidsbepalers worden overtuigd van de meerwaarde van goed bewegingsonderwijs en sportaanbod voor leerlingen op en rond de school.

Ik grijp daarbij terug op de Brede Analyse 2010 (Lucassen e.a. 2011) en het overzicht van Harry Stegeman uit 2007 en doe een poging dit met

FOTO: HANS DIJKHOFF



Actie uit 2006, Heel Nederland danst

recente onderzoeksuitkomsten te 'updaten'. Om die onderzoeken uitvoerig te evalueren en met elkaar te verbinden ontbreekt echter nu de benodigde tijd en ruimte. Dat houdt je nog tegede.

Wat is er mis aan het sport- en beweeggedrag van de schoolgaande jeugd?

De motorische vaardigheid van kinderen neemt af

Nederlandse kinderen uit groep 7 en 8 van de basisschool zijn significant minder fit dan hun leeftijdsgenootjes van dertig jaar geleden. Op een fitheidstest die ook in 1980 werd afgenomen scoorden ruim 2.000 kinderen veel slechter op alle fronten. Zij scoren slechter op kracht, snelheid, lenigheid en coördinatie (motorische vaardigheden). Zelfs als de kinderen met overgewicht niet worden meegeteld, blijken de 'gezonde' kinderen van nu niet opgewassen tegen de kinderen van toen (Collard 2010).

1 Veel jeugdigen bewegen onvoldoende volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. Van de basisschoolkinderen haalt nog niet de helft de beweegnorm (2011: 42%, combinorm¹). Iets meer dan de helft van de middelbare scholieren haalt de beweegnorm (52%, Hildebrandt e.a. 2013). >>

Contact:

jo.lucassen@kvlo.nl

Kinderen in het basisonderwijs bewegen vrij veel en veelvormig. Bijna driekwart is lid van een sportvereniging, maar nog meer van hen sporten en bewegen ook zelf in de vrije tijd buiten. Nagenoeg alle kinderen nemen deel aan de lessen lichamelijke opvoeding op school en driekwart is ook regelmatig actief bewegend in de schoolpauze. Van de kinderen in het basisonderwijs loopt drie van de tien meer dan de helft van de week naar school en ruim de helft gaat fietsend.

Scholieren in het voortgezet onderwijs zijn minder actief. Dit is vooral zo bij het regelmatig sporten op het schoolplein en bij het zelf vrij buiten sporten. Ook zijn ze iets minder vaak lid van sportclubs. Aan de lessen lichamelijke opvoeding neemt niet meer iedereen trouw deel. Van de scholieren in het voortgezet onderwijs loopt maar een klein deel meer dan de helft van de week naar school (5%), maar fietst ruim driekwart minstens de halve schoolweek naar school. (SBS zie ook Trendrapport SBG 2013)

- 2 Sommige groepen jeugdigen hebben een achterstand in het leren bewegen die zij vaak niet meer inlopen. Onder bepaalde categorieën scholieren is de deelname aan sport- en beweegactiviteiten aanzienlijk lager, bijvoorbeeld leerlingen van het praktijkgericht vmbo, allochtone meisjes en kinderen uit gezinnen met een lage sociaal economische status en uit probleemwijken.
- 3 Kinderen die niet goed en voldoende leren bewegen, missen alle voordelen die daaraan zijn verbonden en lopen een groter risico op een ongezonde leefstijl. Sinds 1997 neemt overgewicht onder jeugdigen toe. Bij jongens betreft dit in 2010 13 procent (1997: 9%), bij meisjes 15 procent (1997, 12%) van de 1- tot 21-jarigen. Overgewicht komt aanzienlijk meer voor bij jeugdigen met een Turkse of Marokkaanse achtergrond. Behalve overgewicht is voor de gezondheid van de jeugdigen ook de hoeveelheid sedentair en inactief gedrag van belang. Veel kinderen brengen een flink deel van hun (vrije) tijd zittend achter een computer of achter de televisie door.

Wat mogen we van goed leren bewegen op en rond de school verwachten?

De algemene doelstelling van het bewegingsonderwijs is de leerlingen bekwaam te maken voor *blijvende, perspectiefrijke, zelfstandige en verantwoorde* deelname aan bewegingscultuur. Het blijft van belang dat het onderwijs dit waardevolle domein van het menselijk leven voor alle kinderen

goed toegankelijk maakt. Maar het belang van deze vakimmanente doelstelling verdient steeds weer toelichting door te wijzen op de vakoverstijgende meerwaarde van sport en bewegen voor mensen. Borghouts (2009) en Bax (2010) wijzen in aansluiting op Bailey (2009) op de voordelen van sport en bewegen voor:

- gezondheid (gezonde leefstijl, preventie hart- en vaatziekten, diabetes, conditie van spieren en botten)
- psychisch welbevinden (eigenwaarde, stressvermindering)
- sociale ontwikkeling (participatie, samen bewegen, prosociaal gedrag)
- cognitieve ontwikkeling (concentratievermogen, leerprestaties)
- motorische ontwikkeling (motorische vaardigheid, talentontplooiing).

Daarnaast kan ook meerwaarde worden gerealiseerd op het niveau van de school in de vorm van een prettig schoolklimaat dat schooluitval en leerachterstanden beperkt. Of deze meerwaarde van sport en bewegen door goed bewegingsonderwijs kan worden gerealiseerd staat echter niet zonder meer vast. Stegeman concludeert naar aanleiding van zijn diepgaande literatuurreview in 2007 dat de positieve effecten van deelname aan sport en bewegen op een enkel terrein onomstreden zijn (fysiek²), maar dat op andere gebieden geen sprake is van eenduidige evidentie. Wat wel vast staat is dat naast het bewegingsonderwijs ook andere settings een rol spelen in het leren goed en voldoende bewegen. Ten opzichte van 2007 is er ook enige vooruitgang geboekt in het verzamelen van 'evidence' voor de meerwaarde van bewegen op de door Stegeman onderzochte terreinen. Ik stip gerelateerd aan de onderzochte relaties enkele bronnen aan:

- 1 De relatie tussen de fysieke activiteit op school en de schoolprestaties in het algemeen. Reviews van Singh e.a. (2011), De Laat e.a. (2010), Martin (2010) en CDCP (2010) leveren nieuwe aanwijzingen dat (matige) fysieke activiteit via verhoogde aandacht en concentratie de schoolse resultaten bevorderen. Er is vastgesteld dat (meer) sport en beweging op school bij een gelijkblijvende totale onderwijstijd niet nadelig hoeft te zijn voor de schoolprestaties (CDCP 2010). Het gaat dan overigens ook om bewegen buiten de gymlessen bij pauzes, schoolsport en 'bewegen in de klas'. Jonker, Kramer, Elferink-Gemser & Visscher toonden aan dat sportbeoefening een positieve invloed heeft op het vermogen tot zelfregulering van leerlingen.
- 2 De positieve relatie tussen de fysieke activiteit op school en het sociaal-emotioneel functioneren van de leerlingen is verder onderstreept. Met name het onderzoek van Haerens op basis van de self-determination theory (SDT) naar de motiverende inrichting van bewegingsonderwijs toont aan dat de ontwikkeling van intrinsieke motivatie bij leerlingen een positieve invloed heeft op zelfbeeld en op blijvende sport- en beweegactiviteit. Ook Stuij ea (2011) bevestigen het belang van plezier- en competentiebevleving voor blijvend sport- en beweeggedrag.
- 3 De relatie tussen de fysieke activiteit op school en het sociale schoolklimaat. Er is beperkt nieuwe evidentie voor de veronderstelling dat deelname aan sport en bewegen onder voorwaarden (waaraan in het kader van het onderwijs bij uitstek kan worden tegemoetgekomen) bij kan dragen aan het bevorderen van pro-sociaal gedrag. Met name voor de mogelijkheden van vechtsporten in dit kader zijn nieuwe aanwijzingen Elling (2012).
- 4 De relatie tussen de fysieke activiteit op school en het schoolverzuim en de schooluitval. Op grond van de aanwijzingen ervoor dat een aantrekkelijk aanbod van sport- en bewegingsactiviteiten schooluitval en schoolverzuim kan beperken, zijn de laatste jaren verschillende interventies ontwikkeld die deels succesvol bleken (TNO 2012).

Welk aanbod van sport- en beweegactiviteiten op en rond school wordt feitelijk gerealiseerd?

In het basisonderwijs vormt het bewegingsonderwijs het meest frequente bestanddeel van de sport- en beweegactiviteiten. In het schooljaar 2009-2010 werd hierin overal gemiddeld 90 minuten les gegeven. Ruim een kwart van de scholen heeft extra aanbod voor motorisch minder begaafde leerlingen. Daarnaast worden zowel binnen als buiten schooltijd andere activiteiten aangeboden, maar niet door alle scholen en niet erg frequent. Zo bieden negen van de tien scholen schoolsport aan, maar slechts 27 procent

doet dit ten minste wekelijks. Ook pauzeactiviteiten worden bij een beperkt deel van de scholen regelmatig aangeboden (27%). Ten opzichte van 2006 zijn er geen grote veranderingen in het aanbod. Wel stellen meer scholen het schoolplein en de gymzaal na schooltijd open voor leerlingen. Ook in het voortgezet onderwijs vormt het bewegingsonderwijs de duurzame kern van het aanbod in 2010 van sport- en beweegactiviteiten op scholen. Gemiddeld krijgen scholieren 115 minuten les. Daarnaast komen sportoriëntatie- en keuze-activiteiten en sportdagen bij negen van de tien middelbare scholen voor. In dezelfde mate bieden de scholen buitenschoolse activiteiten aan (toernooien, clinics). Het openstellen van gymzaal of schoolplein buiten schooltijd gebeurt bij minder dan een vijfde van de scholen. Slechts 16 procent van de scholen biedt ten minste wekelijks buitenschoolse activiteiten aan.

Zijn overal de voorwaarden aanwezig om goed bewegingsonderwijs aan alle jeugdigen te geven?

Om veranderingen in het feitelijk gedrag bij de schoolgaande jeugd of in het aanbod te kunnen bereiken, zullen de voorwaarden daartoe aanwezig moeten zijn. Tot die voorwaarden rekenen we het voorhanden kader, de accommodaties, de samenwerking tussen lokale partijen en de inbedding in het (school)beleid.

1 De lesgevers

In 2012 werden bij 80 procent van de basisscholen voor de lessen bewegingsonderwijs groepsleerkrachten ingezet met een 'oude' brede bevoegdheid (behaald voor 2006). Ook zijn bij twee van de vijf scholen groepsleerkrachten met een nieuwe brede bevoegdheid hiermee bezig. De helft van de basisscholen werkt ook met een ALO-opgeleide. De combinatiefunctionaris speelt nog slechts een bescheiden rol. In verschillende onderzoeken is gebleken dat de kwaliteit van het gerealiseerde onderwijs als hoger wordt beoordeeld wanneer dit door een ALO-opgeleide wordt gegeven (Cito 2009, NICIS 2009, Lucassen e a 2012).

2 De accommodaties

Basisscholen maken in 2010 voor hun sport- en beweegactiviteiten vooral gebruik van de gymzaal en van het schoolplein, die vaak kosteloos beschikbaar zijn. Maar een kwart van de gebruikte gymzalen is in eigen bezit van de school. Ten minste de helft van de basisscholen sport ook op een openbaar grasveld en huurt daarnaast andere accommodaties (sportveld, sporthal, zwembad). De kwaliteit van veelgebruikte accommodaties wordt

als niet helemaal voldoende beoordeeld. De knelpunten zijn vooral dat de accommodatie te ver weg ligt (21%), ouderwets is (13%) of te duur is (8%). Ook de beschikbaarheid van goede materialen met name voor buitensport noemen twee van de drie basisscholen een belemmerende factor voor het goed verzorgen van sport- en beweegaanbod. Scholen voor voortgezet onderwijs maken gebruik van een grotere variëteit aan accommodaties en hebben ook meer accommodaties in eigen bezit. Ook huren scholen voor voortgezet onderwijs veelvuldig accommodaties (sportvelden, fitnesszalen, sporthallen, zwembaden). Van de gebruikte accommodaties scoort alleen de kwaliteit van de schoolpleinen gemiddeld een onvoldoende. Wel ervaren veel scholen andere knelpunten, zoals dat accommodaties te ver weg liggen (27%), te duur zijn (25%) of ouderwets ingericht (15%). Bij ruim een derde van de scholen vervallen wel eens activiteiten van het binnenschoolse aanbod vanwege gebrek aan geschikte accommodatie.

3 De lokale samenwerking - ketenvorming

Ten minste de helft van de scholen voor basis- en voortgezet onderwijs werkt daadwerkelijk samen met sportclubs, maar vaker op incidentele dan op structurele basis. Toch ziet ook een op de vijf basisscholen niets in samenwerking met sportclubs. Uit het onderzoek School, Bewegen en Sport³ blijkt dat nog geen 10 procent van de basis- en middelbare scholen op ten minste maandelijkse basis samenwerkt met een sportclub. Veel middelbare scholen werken ook met commerciële sportaanbieders samen, bijna 20 procent ten minste maandelijks.

Onder andere door de invoering van de verschillende impulsregelingen zijn her en der goede ervaringen opgedaan met lokale overlegvormen (Van der Werff 2012). De aanwezigheid van een combinatiefunctionaris op school komt vooral tot uiting in een iets breder aanbod van sport- en beweegactiviteiten binnenschools en vooral naschools. Basisscholen met een combinatiefunctionaris bieden in 2010 duidelijk vaker dan andere basisscholen tenminste wekelijks een buitenschools aanbod (34% om 26%) en werken vaker samen met sportclubs (66% om 47%).

4 De inbedding in het schoolbeleid

Scholen geven aan het belang van sport en bewegen in te zien, maar vertalen die visie (nog) niet altijd in concreet beleid. Driekwart van de ondervraagde schoolleidingen (PO en VO) hechte in 2009 veel belang aan bewegen en sport als aandachtsgebied. Echter iets minder dan de helft van de scholen voerde een gericht stimuleringsbeleid op dit terrein, basisscholen iets vaker (43%) dan middelbare scholen (36%). Ook de resultaten van de recente ledenpeilingen naar bezuinigingen op het vakonderwijs LO geven wat dit betreft te denken. Drie van de tien basisscholen en vier van de tien VO-scholen bezuinigen op het vakonderwijs en daarbij speelt een andere prioriteit bij directie en bestuur in een deel van de gevallen mee.

Afrondend: er is veel te winnen met argumenten en goed bewijs

In dit stuk heb ik een beknopte update gegeven van de feiten die een rol kunnen spelen bij discussies over het belang van goed leren bewegen op en rond de school. Er zijn krachtige argumenten te noemen voor het handhaven en verbeteren van het bewegingsonderwijs op school. Maar er is ook nog het nodige te winnen wanneer alle aanwijzingen voor de opbrengsten van het vakonderwijs nog steviger met bewijs kunnen worden onderbouwd en de praktijk daarop ook goed weet door te bouwen. Referenties: mail voor een lijst van aangehaalde literatuur naar de auteur.

Noten

- 1 Een jeugdige voldoet aan de combinorm wanneer deze dagelijks ten minste een uur matig intensief beweegt en/of op minstens drie dagen per week minimaal twintig minuten intensief beweegt.
- 2 De effectieve bijdrage van de lessen bewegingsonderwijs aan het behalen van de beweegnorm is overigens nog onderwerp van discussie (Borghouts 2008, 2009, 2010).
- 3 Stuij et al. 2011. ◀