

# Beweegteams in het speciaal onderwijs

Sport en bewegen is goed voor iedereen! Sporten maakt fit voor het leven, het bevordert de maatschappelijke participatie en bovendien is het leuk om te doen. Dit geldt ook voor kinderen en jongeren met een beperking. Toch sporten zij minder dan hun leeftijdsgenoten zonder beperking.

Door: Mieke van den Berg en Guy Steenweg

**B**innen deze rapportage spreken we over cluster 3-scholen; scholen voor leerlingen met een lichamelijke, verstandelijke en/of meervoudige beperking en langdurig zieke kinderen. Kinderen en jongeren met hoofdzakelijk een motorische beperking bewegen duidelijk minder dan kinderen uit de andere groepen. Ongeveer een derde van de cluster 3-leerlingen doet niet aan sport (criterium, minimaal eens per jaar). Bij kinderen en jongeren die naar het regulier onderwijs gaan, ligt het percentage dat niet aan sport deelneemt veel lager (5%, AVO onderzoek 2007, SCP-CBS3). Van de kinderen en jongeren in het regulier onderwijs sport bijna dertig procent meerdere keren per week, terwijl dat voor de leerlingen van cluster 3 acht procent is (Van Lindert et al, 2011).

## Bewegen tijdens, tussen en na schooltijd

Scholen hebben de wettelijke plicht hun leerlingen bewegingsonderwijs aan te bieden. Scholen kunnen in de lessen lichamelijke opvoeding zo direct invloed uitoefenen op het activiteitsniveau van de leerlingen en aandacht schenken aan verschillende sport- en beweegvormen. Leerlingen in het speciaal (voortgezet) onderwijs kunnen op die manier kennismaken met sport en bewegen en ervaren wat zij leuk vinden. Naast het feit dat scholen via de lessen lichamelijke opvoeding aandacht kunnen schenken aan sport en bewegen, zijn de pauzes een andere gelegenheid waar kansen liggen om leerlingen te laten sporten.

Leerlingen hebben op een schooldag minstens twee keer pauze. Uit het onderzoek *School, bewegen en sport* (Stuij, e.a., 2011) komt naar voren dat leerlingen in het (regulier) primair en voortgezet onderwijs respectievelijk 5,5 en 4 uur pauze per week hebben. Leerlingen brengen zo heel wat tijd pauzerend door. Leerlingen worden niet verplicht om in de pauze te

sporten of bewegen, maar scholen kunnen leerlingen wel uitnodigen om dat te doen door faciliteiten te creëren. In het (regulier) basisonderwijs heeft meer dan de helft van de scholen een relatief hoog niveau van sport- en spelvoorzieningen op het schoolplein, in het middelbaar onderwijs heeft meer dan de helft van de scholen dat niet (Stuij, e.a., 2011). In onderzoek van Van Lindert et al (2011) onder cluster 3-scholen is in algemene zin gevraagd of het voor de leerlingen mogelijk is om in de pauze te sporten en bewegen. Slechts dertien procent (n=24) van alle schoolafdelingen geeft aan dat leerlingen geen mogelijkheden hebben om in de pauze te bewegen en te sporten. Bij de scholen waar leerlingen deze mogelijkheden wel hebben kan dat zowel in de ochtend- als de lunchpauze (38%) of tijdens de ochtend-, lunch- én middagpauze (34%). Voldoende tijd en mogelijkheden om de leerlingen via school kennis te laten maken met diverse sport- en beweegvormen. Uit het onderzoek *School, Sport en Bewegen* (Stuij e.a., 2011) blijkt dan ook dat de pauze veel invloed kan hebben op het beweeggedrag. In hoeverre zouden speciale beweegteams sport en bewegen kunnen stimuleren bij leerlingen van cluster-3 scholen?

Beweegteams van de Hogeschool Arnhem en Nijmegen (HAN) functioneren namelijk al diverse jaren met succes op de verschillende scholen in het land. Alleen het aantal beweegteams op scholen voor speciaal onderwijs staat hiermee in schril contrast.

## Beweegteams

De HAN en RijnIJssel Cios Arnhem hebben in 2007 het initiatief genomen om met 'beweegteams' te gaan werken. Het werken met een beweegteam wordt gezien als een manier waarop structurele samenwerkingsverbanden tussen school en sportverenigingen kunnen worden uitgewerkt om zo een dagelijks sport- en beweegaanbod te realiseren. Een beweegteam is een team van studenten, van de sportopleidingsinstituten HAN Sport en Bewegen en Cios Arnhem, dat werkzaam is binnen het onderwijs en van daaruit structurele verbanden legt met de sport- en beweegomgeving in en om de school. Een beweegteam levert een additionele structurele bijdrage aan het bestaande sport- en beweegaanbod.

Na een succesvolle start in 2007 hebben de opleidingen van de HAN Sport en Bewegen en het Cios Arnhem opnieuw de handen ineen geslagen en zijn in september 2011 gestart met een pilot voor een beweegteam in het speciaal onderwijs. Het betreft de sportactieve cluster 3 school Lichtenbeek in Arnhem. Vanwege de specifieke doelgroep is het beweegteam dit keer samengesteld uit drie SBE (Sport- en Bewegingseducatie<sup>®</sup>) studenten en een ALO-student vanuit de HAN en twee bewegingsagogiek-studenten vanuit het Cios. Naast ondersteuning van de lessen bewegingsonderwijs zorgt deze mix van opleidingen voor kennis op het gebied van een gezonde leefstijl en aandacht voor specifieke doelgroepen. Een van de belangrijkste doelen van een beweegteam betreft het stimuleren van de sportparticipatie van de kinderen. Een derdejaars SBE-student heeft een coördinerende taak en stuurt het beweegteam aan. De belangrijkste taken zijn het coördineren van tussen- en naschoolse activiteiten,



FOTO: MARINUS DE LEEUW

het beweegteam MRT-lesse organiseert voor kinderen die extra leerhulp nodig hebben op het gebied van sport en bewegen. Verder kan het beweegteam programma's aanbieden gericht op het bevorderen van een gezonde leefstijl voor kinderen met overgewicht of voor kinderen met weinig conditie. Een specialist uit het beweegteam kan sportsprekuren organiseren waarbij er gesprekken plaatsvinden met kinderen. Tijdens dit spreekuur wordt er gekeken naar welke sport het kind leuk vindt en wat de mogelijkheden zijn. Uiteindelijk wordt er gezocht naar een geschikte vereniging waar een kind kan sporten en waar ook voldoende rekening gehouden kan worden met de eventuele beperkingen van het kind. Tot slot kan een student in de rol van 'de sportmakelaar' een begeleidende rol hebben door contacten te leggen met de sportvereniging, de trainers en de ouders van het kind. De sportmakelaar kan adviezen geven aan de trainer ten aanzien van de speciale behoeften van het kind en de specifieke begeleiding die hij of zij nodig heeft. Verder is het contact met de ouders belangrijk om duidelijk te maken dat hun rol erg belangrijk is in het stimuleren van hun kind, zodat hij of zij ook blijft sporten.

onderzoek doen naar de invulling van een naschools programma en het in kaart brengen wat er bij het buitenspelen in de pauze beter kan. Het laten ervaren dat sport leuk kan zijn, dat het hebben van een beperking geen reden hoeft te zijn om aan de kant te staan en dat het vertrouwen kan geven dat het met de juiste begeleiding ook lukt, staat eveneens centraal. Naast voldoende plezierbeleving heeft het beweegteam ook aandacht voor individuele wensen en belemmeringen van leerlingen. Want die kunnen, zo blijkt ook uit onderzoek (Van Lindert et al, 2011), heel verschillend zijn. Het beweegteam van Lichtenbeek organiseert samen met de afdeling bewegingsonderwijs jaarlijks verschillende sportdagen en sportieve activiteiten die in de pauzes plaatsvinden of aansluitend na schooltijd. Het naschoolse programma heeft zelfs geresulteerd in een echte club: de Lichtenbeek-klup. Deze club organiseert rolstoelgym. Kinderen in een rolstoel krijgen allerlei sporten aangeboden, zoals rolstoelhockey, boccia-bal, schuiftafeltennis enz. Verder maakt Sportmix ook onderdeel uit van de Lichtenbeek-klup. Sportmix is voor kinderen die moeite hebben om aan te haken bij een reguliere vereniging. Er zijn elke keer verschillende activiteiten waarin de kinderen uitgedaagd worden tot bewegen. Sportmix kan een opstap zijn voor kinderen met een beperking om kennis te maken met verschillende sporten en door te groeien naar sporten in 'G-teamverband' bij een sportvereniging. Sportmix kan ook voor een kind de sportclub zijn waar het jaren met plezier een extra uurtje in de week sport. Het beweegteam levert een constructieve bijdrage aan de organisatie en uitvoering van de activiteiten van de Lichtenbeek-klup.

### Een speciaal beweegteam de uitkomst!

Als we naar de toekomst kijken, streeft de HAN Sport en Bewegen er naar om meerdere beweegteams in het speciaal onderwijs te organiseren om aan de specifieke wensen van de doelgroep en organisatie te kunnen voldoen. Een beweegteam bestaande uit verschillende professionals met ieder hun eigen expertise kan binnen het speciaal onderwijs een belangrijke bijdrage leveren aan een toename van de sportparticipatie van de doelgroep. Het document 'Beweegteams in het basisonderwijs' van Van Berkel en Hazelebach (2009) speelt hierin een belangrijke rol. Het concept 'de vakleerkracht als zorgfunctionaris' sluit goed aan bij de context van het speciaal onderwijs. In dit concept wordt beschreven dat

Onze wens is dat dit alles wordt gefaciliteerd op scholen voor speciaal onderwijs waarbij het beweegteam bestaat uit mensen die deskundig zijn in het begeleiden van kinderen met specifieke behoeften op het gebied van sport en bewegen. Aansluiten bij sportstimuleringsproject Special Heroes verdient hierbij aandacht.

Guy Steenweg docent HAN Sport en Bewegen  
Mieke van den Berg docent HAN Sport en Bewegen

### Bronnen

Aalders, L., et al. (2012). *Draaiboek beweegteam Lichtenbeek*. Arnhem: Lichtenbeek.  
 Berkel, M. van & C. Hazelebach (2009). *Beweegteams in het basisonderwijs*. Enschede: SLO.  
 Lindert, C. van, R. van den Dool (2011). *Monitor Special Heroes in cluster 3 - Startsituatie van deelnemende cluster 3-scholen en hun leerlingen*. W.J.H. Mulier Instituut, Den Bosch/ Arko Sports Media, Nieuwegein.  
 Lindert, C. van, M. de Jong & R. van den Dool (2008). *(On)beperkt Sportief. Monitor sportdeelname van mensen met een handicap 2008*. W.J.H. Mulier Instituut, Den Bosch/ Arko Sports Media, Nieuwegein.  
 Stuij, M., E. Wisse, G. van Mossel, J. Lucassen & R. van den Dool (2011). *School, Bewegen en Sport*. Arko Sports Media, Nieuwegein. ◀

\*SBE: De HAN-opleiding Sport- en Bewegingseducatie (SBE) leert je om sport en bewegen in te zetten om het welzijn van mensen te bevorderen. Een SBE'er is een beweegprofessional die tijdens zijn opleiding kennis en vaardigheden heeft opgedaan in uitvoering, management en (leefstijl)coaching. Hij ontwerpt beweegprogramma's op maat, afgestemd op specifieke groepen mensen in zorg en welzijn, toerisme en recreatie, maar ook voor zakelijke dienstverlening. De kern van de opleiding is dat je leert hoe je mensen kunt stimuleren om een actieve en gezonde leefstijl te ontwikkelen. Daarnaast is nadrukkelijk aandacht om sport en bewegen in te zetten als middel, waarbij het accent gelegd wordt op participatie in de samenleving. Hierbij richt de aandacht zich met name op de volgende doelgroepen:

- Ouderen
- Mensen in achterstandsituaties
- Mensen met een beperking
- Mensen met gewichts- en gezondheidsproblemen
- Dit houdt in dat binnen het onderwijs deze doelgroepen veel aandacht krijgen. De SBE'er wordt niet opgeleid tot docent in het SO, maar leert wel omgaan met kinderen met beperkingen, ook in de context van onderwijs.

Contact:

[guy.steenweg@han.nl](mailto:guy.steenweg@han.nl), [mieke.vandenbergh@han.nl](mailto:mieke.vandenbergh@han.nl)