

# 'Schoolatletiek verlaagt drempel om te gaan sporten'



ARNHEM - De Atletiekunie is al langere tijd bezig met programma's voor het basisonderwijs en voortgezet onderwijs. Geen wonder dat de bond graag meedoet aan het project 'Sportaanbod voor het onderwijs'. Zo kan men bijvoorbeeld '1K Runaway', de Sprint Challenge en 'IRun2BFit' nóg beter onder de aandacht brengen en verenigingen ondersteunen om (ook) schoolactief te worden.

Door: Dorien van der Burg

**M**et onze bestaande jeugdprogramma's focussen we ons natuurlijk al jaren op de doelgroep scholieren, maar dankzij het nieuwe subsidieprogramma kunnen we verenigingen nóg gericht helpen om het atletiekaanbod structureel in het onderwijs te verankeren", vertelt Dorien van der Burg, bij de Atletiekunie verantwoordelijk voor schoolatletiek. "Wij stimuleren de samenwerking tussen verenigingen en scholen op allerlei fronten. Als bond ondersteunen wij de verenigingen met advies op maat en bovendien kunnen wij benodigde materialen beschikbaar stellen. Zo kunnen zij verschillende activiteiten of evenementen zelf organiseren en uitvoeren, met in 2011 een financiële ondersteuning voor de samenwerking met scholen. Daarnaast kunnen ook scholen zelf bij ons aankloppen, dan brengen wij hen in contact met een atletiekvereniging in de buurt."

## Voortgezet onderwijs

Voor het voortgezet onderwijs heeft de Atletiekunie de Sprint

Challenge ontwikkeld en de Stichting IRun2BFit heeft het IRun2BFit op poten gezet en werkt hierin samen met de Atletiekunie. Bij de Sprint Challenge wordt in een tijdsbestek van twee á drie uur kennism gemaakt met verschillende sprintvormen, zoals de 100 meter en de estafette. De jongeren worden geïnstrueerd en krijgen de gelegenheid om te oefenen, waarna er een kleine competitie plaatsvindt met een prijsuitreiking. Voor het organiseren van een Sprint Challenge kan een vereniging bij de Atletiekunie kosteloos een pakket afnemen, bestaande uit onder meer T-shirts, lanyards en prijzen. "Voor het inhuren van een elektronisch tijdmeet- en startreactiesnelheid-apparaat of een DJ voor de muzikale omlistung, kunnen verenigingen bij ons ook een subsidie aanvragen", vertelt Dorien van der Burg.

Is de Sprint Challenge vooral leuk om te doen, IRun2BFit maakt jongeren van het voortgezet onderwijs meer bewust van het effect van bewegen en een gezonde leefstijl op hun gezondheid en fitheid, en laat hen dit op een plezierige manier in de praktijk ervaren. De tien weken van IRun2BFit staan in het teken van de ontwikkeling van de leefstijl. Jongeren ontdekken hoe hoog hun hartslag is als ze rennen, wat een goede conditie met energieniveau doet, wat ze wel of niet moeten eten, hoe belangrijk vochtinname is en of ze liever buiten of binnen bewegen.

## Basisonderwijs

Een van de concrete projecten die de Atletiekunie aanbiedt voor verenigingen die met het basisonderwijs aan de slag willen, is 'Fun in Athletics'. Verenigingen hebben dan de mogelijkheid om in de wintermaanden en op de momenten dat de atletiekbaan door weersomstandigheden niet beschikbaar is, afgeleide vormen van de reguliere atletiektraining voort te zetten in een sporthal of gymzaal. Voor basisscholen biedt het programma een aangename afwisseling en uitbreiding op de reguliere oefenstof en mogelijkheden om op een eenvoudige manier kennis te maken met de atletieksport. Dorien van der Burg: "Naast complete pakketten zijn de materialen ook los te bestellen. Als ondersteuning op het Fun In Athletics materiaal zijn er een dvd, een handleiding, lessenboek, juryhandleiding en scorekaarten beschikbaar. Ook is er in een aantal regio's een Fun In Athletics scholierencompetitie opgezet,

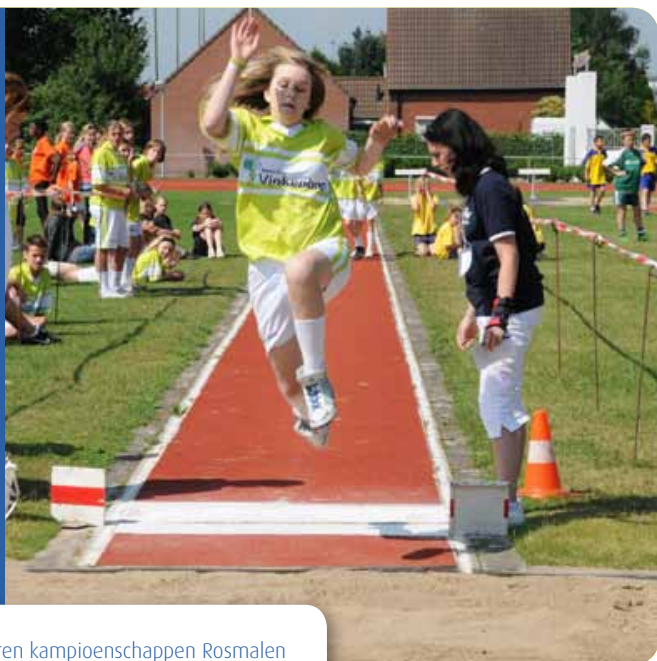


FOTO: JACK WAGHELE

Scholieren kampioenschappen Rosmalen



die wordt georganiseerd door een vereniging in samenwerking met scholen”.

“We kunnen ook helpen bij de opzet en organisatie van een schoolatletiekdag, met een officieel diploma Schoolatletiek of diploma Cross Country als bekroning voor iedere deelnemer. Steeds meer scholen maken in hun rooster plaats voor de schoolatletiekdag. De leerlingen staan bijna altijd te trappelen om mee te doen.” Een andere activiteit voor het basisonderwijs is de 1K Runaway, een leuke hardloophwedstrijd voor kinderen in de leeftijd van 7 t/m 12 jaar over exact één kilometer. Dorien van der Burg: “De 1K Runaway is een onderdeel bij verschillende loopevenementen. Iedereen mag hier aan meedoen, je hoeft geen lid te zijn van een vereniging. Een atletiekvereniging kan ook op kleine schaal een 1K Runaway organiseren. Dit kan de vereniging doen voor de eigen jeugdleden, maar ook in samenwerking met een of meerdere basisscholen in de buurt. Met behulp van een vlot lesboek kunnen kinderen eenvoudig worden voorbereid op het lopen van die 1.000 meter”.

## Schoolatletiekcompetitie

Atletiekverenigingen kunnen voor basisscholen ook een scholierencompetitie organiseren, met in sommige regio's een regionale finale. Het Diplomaprogramma van de Atletiekunie kan hieraan worden gekoppeld en tevens kan er door de verenigingen bij de bond subsidie worden aangevraagd. Een groep verenigingen verenigd in de Werkgroep Schoolatletiek van de Regio West-Brabant (bij de Atletiekunie bekend als Regio 12) maakt hier al jaren dankbaar gebruik van. “Vanaf 1981 wordt er al in West-Brabant elk jaar een atletiektoernooi gehouden voor basisscholen. Dit was destijds een initiatief van het Brabants Nieuwsblad en de Rabobank, die ook heel lang samen het evenement als hoofdsponsors hebben ondersteund.

## Talenten

Door de opzet van de schoolatletiekcompetitie (alleen de drie beste deelnemers van elke school tellen mee voor het eindklassement) kunnen ook kleinere scholen met minder kinderen meedoen. “Daarmee leggen we de drempel om kennis te maken met atletiek



De steeple bak



zo laag mogelijk”, zegt Van der Burg. “Andere voordelen van onze schoolcompetitie is dat we toch ook de nodige ‘verborgen’ talenten ontdekken. Tijdens de voorrondes en de finaledag houden vertegenwoordigers van de verenigingen alle deelnemers nauwlettend in de gaten. Bij opvallende prestaties worden deze kinderen extra gestimuleerd om lid te worden van de club en zich verder te bekwamen in één of meerdere onderdelen van de atletieksport. Zo zijn er al verschillende Nederlandse kampioenen bij de junioren voortgekomen uit onze schoolsportkampioenschappen. Maar daarnaast zijn er ook genoeg kinderen lid geworden van een van onze verenigingen omdat ze het gewoon leuk vonden om op recreatief niveau, maar toch georganiseerd, aan sport te gaan doen. Hetzelfde geldt voor ouders die door de schoolatletiekcompetitie zijn geïnspireerd om (weer) actief te worden of vrijwilligerswerk bij een van de clubs te gaan doen!”

Voor meer info over Jeugdathletiek en school of Schoolatletiek in West-Brabant kijk je op [kvloweb.nl](http://kvloweb.nl).

Foto's: Jack Machielse ◀

Contact:

[dorien.vanderburg@atletiekunie.nl](mailto:dorien.vanderburg@atletiekunie.nl)