

De directeur maakt het verschil

Beweegbeleid op school

Waar bereik je alle kinderen om ze een gezonde levensstijl aan te kunnen leren? Op school natuurlijk! In Nijmegen heeft een groot aantal basisscholen dat goed begrepen: zij rolden een actief sportbeleid uit. Hoe hebben ze dat gedaan? En wat kunnen andere scholen hiervan leren?

Door: Evelien te Rietstap en Mies Mikx

Twee basisscholen. In leerlingenaantal, faciliteiten en begroting zijn ze vergelijkbaar. Toch heeft de ene school een veel actiever sportbeleid dan de andere. Hoe kan dat? Evelien te Rietstap, sportconsulent bij de Gemeente Nijmegen, zag de verschillen tussen de scholen en deed er onderzoek naar. “De basisschool is bij uitstek de plek om alle kinderen plezier te laten beleven aan sport en bewegen. Ik vind dat belangrijk, want op die manier leg je een basis voor een gezonde levensstijl en daar hebben ze hun leven lang plezier van,” vertelt Evelien. Ze deed in het kader van haar Master Sport- en Beweeginnovatie aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen onderzoek naar sport- en beweegbeleid van scholen. Daarbij keek ze onder meer naar hoe het gedrag van de schooldirecteur bepaalt in welke mate een school sport en bewegen op de agenda zet. En ze stelde een aantal aanbevelingen op. “Want ik vind het belangrijk dat onderzoek de praktijk bereikt.”

De meetlat

Evelien te Rietstap onderzocht het sport- en beweegbeleid op een kleine 30 scholen in Nijmegen. Om te meten in hoeverre een school kenmerken heeft van een actief sport- en beweegbeleid, nam Evelien het onderzoek *School, Bewegen en Sport* (Stuij, 2011) als basis. In het grootschalige onderzoek van Stuij werd gekeken naar aanbod, prioriteit, beleid, accommodatie en financiële middelen. Te Rietstap gebruikte het

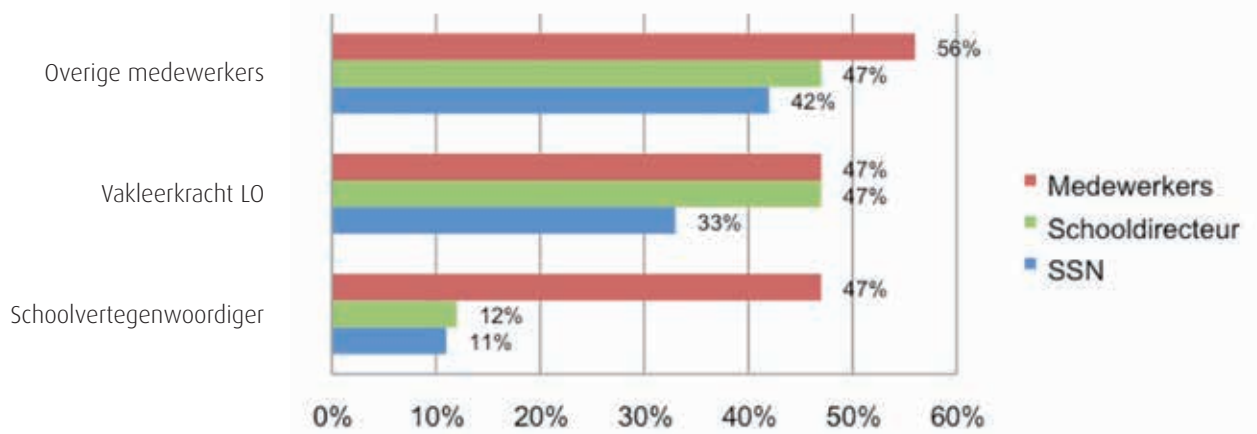
onderzoek van Stuij om de scholen in Nijmegen in te delen naar sport- en beweegbeleid. In het schooljaar 2012-2013 hebben 26 directeuren van basisscholen in de gemeente Nijmegen een vragenlijst ingevuld. Aan de hand van de resultaten zijn de scholen onderverdeeld in drie verschillende graden van sport- en beweegbeleid: ‘minder’, ‘doorsnee’ en ‘meer’.

De directeur maakt het verschil

Er is voor scholen geen wettelijke verplichting om extra aandacht te besteden aan bewegen en sport. Dat maakt dat basisschooldirecteuren veel vrijheid hebben in het sport- en beweegbeleid van hun school. “Verschillen tussen scholen ontstaan doordat de directeuren veel invloed hebben op het beleid. Inzicht krijgen in hun gedrag is dus belangrijk”, stelt Te Rietstap. Om de keuzes van basisschooldirecteuren te verklaren gebruikte ze het ASE-model (Sassen 2002). “Ik dacht, voordat ik aan het onderzoek begon, dat een directeur die zelf sportief is, ook wel een ‘meer sport- en beweegbeleid’ zou voeren. Maar zo simpel is het niet. Ik heb gezien dat directeuren zich laten beïnvloeden door medewerkers: enthousiaste medewerkers maken dat directeuren meer inzetten op bewegen.” Vooral een vakleerkracht bewegingsonderwijs heeft dit effect. Als die aandacht besteedt aan het team van groepsleerkrachten, dan kan het enthousiasme van medewerkers voor bewegingsonderwijs groeien. Een vakleerkracht kan zijn collega’s

	Totaal (N=26) %	Minder (N=10) %	Doorsnee (N=5) %	Meer (N=11) %
Vakleerkracht bewegingsonderwijs	54	0	20	100
Groepsleerkracht worden structureel betrokken bij bewegingsonderwijs.	62	50	60	73
Samenwerking vakleerkracht bewegingsonderwijs en groepsleerkracht in vakoverstijgende projecten	19	0	0	45
Doelen sport in schoolbeleid	15	0	0	36
Vakwerkplan bewegingsonderwijs	54	40	80	55
Sportstimulerend schoolplein	30	30	20	36
Naschoolse Sportactiviteiten	65	30	60	100
Structurele samenwerking sportvereniging	11	0	0	27
Aanbieder Extra Beweegmomentje	23	10	0	45
Beweegteam	27	10	20	45
Fairplay regels	15	10	0	27

Tabel 1: Beweegbeleid school naar o.a. oorspronkelijk geformuleerde kenmerken van een beweeg actieve school (n=26).



Tabel 2: Percentage invloed dat ervaren wordt op eigen kunnen betreft aanpassen van sport- en beweegbeleid als de medewerkers, schooldirecteur of sportservice Nijmegen dit niet toeuicht.

bijvoorbeeld stimuleren mee te lopen in gymlessen en mee te doen aan toernooien en studiedagen. Een directeur moet daar dan wel de ruimte voor geven.

Uiteindelijk is de motivatie van alle medewerkers belangrijk. "Pas als beweegbeleid binnen een school breed wordt toegejuicht, krijgen directeuren meer vertrouwen in het eigen kunnen wat het aanpassen van het sport- en beweegbeleid betreft."

Bewegen tot bewegen

Alle scholen vinden beweegbeleid belangrijk, weet Te Rietstap: "Die discussie hoeven we niet meer te voeren. Ook scholen die al veel aan sport en bewegen doen, willen zich blijven verbeteren. Maar scholen die een 'minder sport- en beweegbeleid' hebben, kunnen moeite hebben met het veranderen van hun beleid. Juist omdat er nog veel te doen is op dat gebied, staan ze verder af van actie." (Prochaska, 1983)

Hoe kun je juist die scholen ertoe bewegen om meer in te zetten op sport- en beweegbeleid? De gemeentelijke dienst Sportservice Nijmegen (SSN) biedt scholen handvatten om hun sportbeleid te intensiveren. "We weten dat initiatieven die vanuit de school zelf komen, duurzamer zijn dan opgelegde interventies," vertelt Te Rietstap. "SSN kan scholen helpen om hun ambities helder te krijgen, schooljaarplannen te maken en scholen ondersteunen bij nieuwe projecten. Maar de eerste stap zetten scholen zelf." Om krachten te bundelen en van elkaar te leren, zette SSN in samenwerking met de GGD het project "Sportieve Gezonde School XL" op, gericht op bewegingsonderwijs waarin de sociale, emotionele en lichamelijke ontwikkeling van het kind centraal staat. In het kader van de Sportieve Gezonde School XL worden projecten uitgerold die enthousiasme voor bewegen bij groepsleerkrachten én leerlingen bevorderen.

"Die projecten moeten passen bij de school," vertelt Te Rietstap. "Daarom inventariseert SSN eerst bij schooldirecteuren, medewerkers en leerlingen hun plannen en ideeën. Vervolgens duiken we in ons netwerk van sportverenigingen en andere scholen om te zien welke projecten we kunnen realiseren. Dat kunnen sport- en spelweken zijn, studiedagen, gastlessen van profs, maar ook evenementen als een 'sportshow' waarin kinderen hun eigen sport laten zien in een korte demonstratie. Het kan ook een campagne zijn, gericht op fietsen of lopen naar school in plaats van met de auto worden gebracht. Of investeren in een schoolplein dat bewegen stimuleert. Per school zijn de behoeftes en mogelijkheden anders. Daar moet je goed naar kijken om van zo'n project een succes te maken." Want een interventie is volgens Te Rietstap pas succesvol als er een langdurig effect te zien is. "Daarom zijn de ideeën en interventies

die vanuit de school zelf komen zo belangrijk. Die zijn niet alleen gericht op kinderen, maar ook op medewerkers. Een school moet het hebben van de kwaliteit van de eigen vakleerkrachten en de eigen medewerkers mee krijgen. Als die ook enthousiast zijn over bewegen, dan is het effect blijvend."

Aanbevelingen voor een sportactieve school

Zet medewerkers in hun kracht

Toejuichende medewerkers zijn onmisbaar. Sport- en beweeginterventies zou zich niet alleen moeten blijven concentreren op de kinderen zelf, maar ook op bewustwording en kennis over sport en bewegen voor de medewerkers. Studiedagen 'sport en bewegen' van Sportservice Nijmegen, die zowel gericht zijn op kennisuitwisseling als op bewustwording, zijn onmisbaar in het concept 'Sportieve Gezonde School XL'. Ook landelijke instituten en organisaties gericht op sport en bewegen zullen hun rol moeten oppakken om medewerkers te inspireren en te stimuleren. Vakleerkrachten bewegingsonderwijs zouden het stimuleren van groepsleerkrachten in sport en bewegen in het takenpakket moeten hebben. Ook de KVLO zou aandacht voor de medewerkers als maat moeten meenemen in de verkiezing van de Sportiefste School van Nederland.

Scholen: leer van elkaar

Maak het mogelijk om elkaar te observeren. De Sportieve Gezonde Scholen XL in Nijmegen stellen per jaar een aantal sport- en beweegactiviteiten open voor andere basisscholen. Daarbij is ook aandacht voor de kennisontwikkeling en bewustwording van medewerkers van den scholen. Deze uitwisseling is zowel geschikt voor medewerkers als directeuren. Sportservice Nijmegen faciliteert deze informatie-uitwisseling.

Vakleerkracht bewegingsonderwijs

Wil je kinderen leren wat plezier in bewegen is, dan is een vakleerkracht bewegingsonderwijs een must. Bovendien stimuleert een vakleerkracht het 'meer beweegbeleid' van een school.

De bal bij de schooldirecteuren

Schooldirecteuren zouden zich bewust moeten zijn van hun beïnvloedende positie in de inzet van sport- en beweegbeleid. Extra aandacht voor sport en bewegen gaat niet ten koste van de kerntaken van de school, maar is onderdeel van de ontwikkeling van het kind. Spreek ambities uit, maak barrières bespreekbaar en zet medewerkers en vakleerkrachten bewegingsonderwijs in hun kracht. ◀

Evelien te Rietstap is sportconsulent, werkzaam voor de Gemeente Nijmegen. Daarnaast studeerde zij aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN), de Master Sport- en Beweeginnovatie.

Contact:

e1.te.rietstap@nijmegen.nl