

# Je kunt niet lezen en schrijven met de *gymleraar*

Waarom is het bewegingsonderwijs op aarde? Om de kinderen gezond en fit te houden, da's nogal wies. En ze kunnen tussen de reken- en taallessen door ook mooi hun zinnen even verzetten. En nou blijkt ook nog eens dat ze dan beter presteren op school. Goed dat ze er zijn, die gymlessen!

TEKST HARRY STEGEMAN FOTO: HANS DIJKHOFF

## Of het er vandaag de dag toe doet, gym op school!

Uit de NOC\*NSF Sportdeelname Index van juli 2014 blijkt dat de Nederlandse bevolking bewegingsonderwijs in meerderheid een belangrijk vak vindt, direct na rekenen en taal. De Tweede Kamer riep de regering, ook halverwege het afgelopen jaar, op er scherp op toe te zien dat de kinderen op de basisschool elke week ten minste twee uur gym krijgen van een bevoegde en bekwame (vak)leerkracht. En de onderwijsinspectie heeft de scholen in het voortgezet onderwijs er vervolgens nog eens ondubbelzinnig op gewezen dat er ook in het voortgezet onderwijs voldoende gym moet worden gegeven.

## Waarom zit hem het kennelijke belang van die gymlessen?

Als je het de gemiddelde Nederlander vraagt, zo leren we van het Nationaal Sportonderzoek, dan is de waarde van het bewegingsonderwijs dat je er fit en gezond van wordt. Maar ook dat je er goed met je medeleerlingen leert omgaan. En verder biedt het natuurlijk afwisseling voor al dat stilzitten verder op school.

## Ook slim

Rinda den Besten, voorzitter van de PO-Raad, lijkt wel wat van die doorsnee-landgenoot weg te hebben. Zij zegt eind september op de opiniepagina van *Trouw* dat het wettelijk vastleggen van het aantal gymuren niet de oplossing is van het huidige kwaliteitsprobleem met gym op de basisschool: 'Dat maakt van leerlingen niet opeens gezondere, fittere kinderen'. Kennelijk is dat wat het bewegingsonderwijs ook volgens

haar vooral voor elkaar moet boksen.

Een paar weken later opende diezelfde Rinda den Besten het congres Gezonde Brede Scholen, op Papendal. Ze vertelde over een bezoek op een school voor speciaal onderwijs: 'Ik woonde er een gymles bij met leerlingen over wie werd gezegd dat ze nooit zouden kunnen lezen. De leraar had de kinderen in groepjes verdeeld. Aan de ene kant van de sporthal moesten ze een drieletterwoord lezen, vervolgens zo snel mogelijk naar de overkant rennen en het woord intoetsen op de tablet die daar lag. Hoezo nooit kunnen lezen? De kinderen deden het hart-

## Leren lezen, bewegen, sociale vaardigheden en 21<sup>e</sup> eeuwse vaardigheden kwamen hier bij elkaar

stikke goed en hadden er veel plezier in. Leren lezen, bewegen, sociale vaardigheden en 21<sup>e</sup> eeuwse vaardigheden kwamen hier bij elkaar.' De gymles als vehikel naar beter lezen.

Afgaande op recente berichten in de media zijn de gymlessen niet in de laatste plaats van grote betekenis omdat je er beter door gaat leren: je wordt slim van gym!

'Twee uur extra gym verbetert de schoolprestaties' was de kop van een bericht, eind vorig jaar op nu.nl. Het stuk ging over een wonderbaarlijk onderzoek van de Universiteit van Göteborg. Een dikke vierhonderd kinderen van twaalf jaar uit Göteborg en omstreken kregen, naast de gewone gymlessen, elke week nog eens twee keer drie kwartier sport op school.



En wat denk je wat? Zij gooiden hogere ogen bij Zweeds en wiskunde dan de scholieren die het zonder die twee extra sportuurtjes moesten stellen. Sterker, zegt onderzoeker Thomas Linden: 'Bij de controlescholen waar de kinderen geen extra beweging kregen, zagen we geen verbetering - eerder het tegenovergestelde'. Het complete onderzoek is (tegen betaling) te downloaden van Journal of School Health. Het zal toch niet zo zijn dat alleen al de wetenschap dat je vriendjes op die andere school wel extra sport hebben en jij niet, je cognitieve vermogens aantast?

Overigens, u weet dat het muziekonderwijs - nog zo'n vak 'achter de streep' - die positieve invloed op de schoolprestaties ook claimt? Hoogleraar muziekcognitie Henkjan Koning enige tijd geleden in *de Volkskrant*: 'Uit recent onderzoek naar de relatie tussen muziek en ons brein blijkt dat onze muzikale vaardigheden, waaronder luisteren naar en meezingen met muziek, nauw verstrengeld zijn met een scala aan sociale, emotionele, cognitieve en motorische vaardigheden. Muziek ontwapent, verbindt, maakt slimmer, ontroert en troost'. Misschien toch ook nog een keer onderzoeken: de relatie tussen bewegen op muziek en schoolprestaties!

Terug naar wat het bewegingsonderwijs vermag. Ook de overheid heeft hoge verwachtingen. In de Kamerbrief *Sport, bewegen en een gezonde leefstijl in en rond het onderwijs* van april 2012 lezen we: 'Sport en bewegen is voor de meeste kinderen en jongeren leuk om te doen en levert een belangrijke bijdrage aan de motorische, sociale en cognitieve ontwikkeling en de gezondheid

▼  
Toch schrijven met de gymleraar?



van kinderen en jongeren. Dit kan leiden tot betere schoolprestaties en minder uitval'.

Bevordering van fitheid en gezondheid, afwisseling bieden voor het stilzitten, beter scoren op andere vakken, drieletterwoorden leren en nieuwerwetse vaardigheden onder de knie krijgen. Ziedaar de doelstellingen van het bewegingsonderwijs anno 2014?

### Goed leren bewegen

PO-Raadvoorzitter Den Besten is zelf natuurlijk zo ongeveer de eerste die beter weet. Bewegingsonderwijs is een onderwijsvak. En kenmerkend voor onderwijs is dat er wordt geleerd. Zoals kinderen Engels leren om die taal ook buiten de school te kunnen lezen, spreken en schrijven, zo is het bewegingsonderwijs er om te leren in (buitenschoolse) sport- en bewe-

## De leerlingen leren op een verantwoorde manier deelnemen aan de omringende bewegingscultuur

gingssituaties uit de voeten te kunnen. Dat is hard nodig, want de competenties die daarvoor nodig zijn, die komen niet aanwaaien. En ook omdat je een bewegingsachterstand die je op jonge leeftijd oploopt, later niet meer rechtbreit. Met alle gevolgen vandien.

Het aantal gymuren in het basisonderwijs mag dan (nog) niet bij wet zijn vastgelegd, wat er bij gym moet worden geleerd, is dat wel. De overheid heeft voor gym twee 'kerndoelen' geformuleerd: 'De leerlingen leren op een verantwoorde manier deelnemen aan de omringende bewegingscultuur en leren de hoofdbeginselen van de belangrijkste bewegings- en spelvormen ervaren en uitvoeren'. En: 'De leerlingen leren samen met anderen op een respectvolle manier aan de bewegingsactiviteiten deelnemen, afspraken maken over het reguleren daarvan, de eigen bewegingsmogelijkheden inschatten en daarmee bij activiteiten rekening houden'.

Die door de overheid geformuleerde doelen voor bewegingsonderwijs geven veel ruimte. In het *Basisdocument Bewegingsonderwijs*, een gezamenlijke publicatie van SLO (Nationaal Expertisecentrum Leerplanontwikkeling) en vakorganisatie KVLO, zijn ze daarom verder uitgewerkt en geconcretiseerd in leerlijnen en tussendoelen voor de verschillende leeftijdsgroepen. Als scholen het *Basisdocument* volgen, leren kinderen de hoofdbeginselen van de belangrijkste bewegings- en spelvormen door ze te ervaren in aansprekende bewegingsituaties.

Daar is geen woord Zweeds bij: bewegingsonderwijs is *onderwijs in bewegen*. Niet meer en niet minder.

### Maar word je evengoed toch niet ook fitter en socialer en slimmer en zo van gym?

Treft het even dat er onlangs een rapport van het Mulier Instituut verscheen over de relatie tussen sport en bewegen op school en (determinanten van) schoolprestaties. Het werpt (een beetje) licht op de effecten van sport en bewegen op school op (1) hersenstructuur en (executieve) functies, (2) aandacht en concentratie, (3) motorische en beweegvaardigheden en fitheid, (4) sociaal gedrag, zelfbeeld en zelfvertrouwen en (5) schoolprestaties, verzuim en uitval.

De auteurs aan het eind van de rit: 'Op de vraag of een positieve causale relatie bestaat tussen sport en bewegen op school en schoolprestaties moet worden geconcludeerd dat dit (nog) niet duidelijk is. De resultaten zijn niet eenduidig en kwalitatief beter en langdurig onderzoek is nodig. Wel is duidelijk dat sport en bewegen op school geen negatief effect heeft

op schoolprestaties. Opgemerkt moet worden dat sport en bewegen op school wel duidelijk positieve effecten heeft op motorische en beweegvaardigheden, fitheid, hersenstructuur en (executieve) functies. Het bewijs voor de andere relaties is nog licht of zwak'.

Kortom: de kinderen worden onder bepaalde condities vast een beetje fitter van die paar uurtjes gym. En misschien ook wel een beetje socialer en een beetje slimmer en zo. Misschien ook wel helemaal niet. Maar het kan geen kwaad, dat scheelt.

Wat we ook zeker weten, is dat kinderen in goede gymlessen bruikbare beweegvaardigheden opdoen, meer bekwaam raken voor deelname aan bewegingssituaties en hun weg leren vinden in de wereld van bewegen en sport. En dat is precies waar het in het bewegingsonderwijs om te doen is.

De gymles is in essentie niet op aarde om kinderen te *laten* bewegen, maar om ze te *leren* bewegen. Daar komt veel moois van. Meteen al, en later nog steeds. ■

Dit artikel is een bewerking van het artikel dat heeft gestaan op de website van [Sportknowhow.nl](http://Sportknowhow.nl)

**Contact:**

[harrystegeman@casema.nl](mailto:harrystegeman@casema.nl)

Advertentie

# Be Sports-Minded



## De lesmethode voor Beweging, Sport en Maatschappij

- ▶ voor havo en vwo
- ▶ ideale mix tussen boek en internet.

Ontwikkeld door ervaren docenten die vanaf de basis betrokken zijn bij BSM!

Al ruim 2000 leerlingen werken met Be Sports-Minded. Is uw leerling dit schooljaar klaar voor de start?

### Interesse?

Ga naar [www.besportsminded.nl](http://www.besportsminded.nl) voor meer informatie of meld u aan voor de nieuwsbrief via [service@edu-actief.nl](mailto:service@edu-actief.nl).



Be Sports-Minded is een uitgave van:

