

“Meester Sander inspireert”

Oud-topsporter Jeroen Straathof, de enige Nederlandse sporter die aan alle drie de varianten van de Olympische Spelen (zomer, winter en paralympisch) heeft meegedaan, schrijft een artikel voor de Lichamelijke Opvoeding. Ja natuurlijk en leuk zelfs, want naar zijn idee zijn de gymleraren misschien wel de belangrijkste personen in de ontwikkeling van de jeugd.

TEKST JEROEN STRAATHOF FOTO HANS DIJKHOFF

En toevallig of niet, maar vanmiddag kwam mijn dochter van negen jaar thuis met een enthousiast verhaal over Meester Sander; alweer.

Meester Sander is een begrip op de school van mijn dochters.

Je voelt het al aankomen: Meester Sander is de gymleraar. Touwklimmen, basketballen, radslag, apenkooien, buiten sporten, alles hoor ik voorbij komen. Op woensdagochtend gaat mijn dochter met heel veel plezier naar school. Op andere dagen hoor ik de verhalen over de gymlessen van de groepsleerkracht. En die zijn duidelijk anders. Mijn dochter is tevreden, maar niets haalt het bij Meester Sander. Hij is de held op school als het gaat om sport en bewegen.

Vroeger

Tijdens de gymlessen in mijn basisschoolperiode had ik meneer Corbijn.

Die mochten we echt niet bij zijn voornaam noemen. Eerlijk gezegd kan ik mij de gymlessen van meneer Corbijn niet goed meer herinneren, dus denk ik niet dat het hele inspirerende lessen waren.

Op het voortgezet onderwijs had ik meneer Huf en Meester Bert. Meester Bert was voor mij wat Meester Sander is voor mijn dochter. Met meester Bert deden we mee met buitenschoolse schoolbasketbaltoernooien en verschillende andere activiteiten. Hij gaf me in die periode

de ruimte om gedoseerd mee te doen aan de gymlessen omdat ik in die tijd ook fanatiek was met trainen voor het schaatsen.

Kansen

Na mijn sportcarrière ben ik in verschillende functies actief geweest in en rond de sport. Uitvoerend, maar ook bestuurlijk heb ik gezien waar kansen liggen. Ook ben ik een periode lang projectleider geweest binnen de koepel van het primair onderwijs (PO-Raad) en heb ik mede richting gegeven aan Sport Bewegen en Gezonde Leefstijl. In die periode had ik vanuit de PO-Raad te maken met de Gezonde School aanpak, het aantal uren bewegingsonderwijs en de kwaliteit en rol die de (vak)leerkrachten hebben of kunnen hebben in het primair onderwijs. Dit heeft mij wel een compleet beeld gegeven van de kansen die er liggen om de jeugd te inspireren voor sport en bewegen en de samenwerkingen die gezocht kunnen worden binnen en met het onderwijs. Ook de samenwerking met en tussen inspirerende bestuurders was daarin een belangrijke stap om meer aandacht te krijgen voor sport en bewegen in het basisonderwijs.





De waarde van sport en bewegen

Tijdens mijn topsportcarrière heb ik mogen ervaren wat de waarde van de sport is. Iedere dag jezelf verbeteren op fysiek en psychologisch vlak om het beste uit jezelf te halen. Het mooiste is als de puzzel op één dag helemaal in elkaar past en je jezelf de beste van de wereld mag noemen. Op dat moment doe je dat alleen, maar er gaat een heel traject aan vooraf. Het begint al bij de trainingsgroep in de jeugdjaren, de gymlessen op school en de buitenschoolse sportactiviteiten. Als je op dat moment wordt geïnspireerd door je trainer of je docent en gemotiveerd bent door een gezellige trainingsgroep; dan heb je daar op latere termijn veel baat bij. Dat gebeurt in de jeugdperiode, maar ook later tijdens de topsportcarrière. De omgeving is erg belangrijk om de juiste prestaties te kunnen leveren. Teamgenoten, begeleiding, vrienden en familie hebben allemaal een belangrijke rol in de uiteindelijke prestatie. Vanuit de sport zien we vooral onze topsporthelden die de jeugd inspireren. Natuurlijk hebben de topsporters die rol en functie. Aansprekende boegbeelden die onze natie op het gebied van de sport inspireren.

Maar gaan we daadwerkelijk meer bewegen door deze helden? Vast wel een beetje, maar echt aantonen kunnen we dit nog niet. Wanneer we onze kinderen een goede sportieve en gezonde leefstijl willen bijbrengen, dan zullen we hen op meerdere plekken en momenten in de maatschappij met sport en bewegen moeten inspireren.

Inspireren

Soms beseffen we het niet, maar iedereen heeft een inspirerende rol. Of dat als vrijwilliger bij een vereniging is, beroepsmatig (in mijn geval als accountmanager bij de Atletiekunie) als activiteitenbegeleider in een zorgcentrum of als gymleraar, iedereen levert een bijdrage om zo hun omgeving (meer) te inspireren aan sport en bewegen te doen maar het zijn niet alleen de uitvoerende mensen die de jeugd, volwassenen

In mijn huidige functie bij de Atletiekunie ben ik onder andere verantwoordelijk voor een nieuw programma voor de basisschoolkinderen

en ouderen inspireren. Er is ook een belangrijke rol voor onze bestuurders in onze samenleving weggelegd. Wanneer een school zich wil profileren op het gebied van sport en bewegen en zich daarmee ook wil meten aan een gezonde leefstijl, dan hoort daar een inspirerende bestuurder bij. Ook het bestuur van een vereniging die

meer mensen aan het sporten of bewegen wil krijgen, moet nadenken of hun voorzitter wel die inspirerende voorzitter is waar men behoefte aan heeft of die nodig is. Maar ook die (inspirerende) bestuurders (en de uiteindelijke beleidsbepalers) laten zich veelal leiden door resultaten uit onderzoeken, voordat er een beleidswijziging wordt doorgevoerd. Gelukkig komen er ook steeds meer signalen uit onderzoeken dat sport en bewegen écht een bijdrage levert aan de schoolprestaties. Half februari las ik het bericht over een Nederlands multidisciplinair team van onderzoekers, onder leiding van prof. dr. Chris Visscher van Universitair Medisch Centrum Groningen / Rijksuniversiteit Groningen), dat de precieze relatie tussen bewegen en schoolprestaties gaat uitdiepen. Een goede stap om de meerwaarde van sport en bewegen voor het onderwijs daadwerkelijk aan te tonen. Het duurt een aantal jaar, maar ik kan niet wachten op de uitslagen.

Athletics Movements

In mijn huidige functie bij de Atletiekunie ben ik onder andere verantwoordelijk voor een nieuw programma voor de basisschoolkinderen, Athletics Movements. Een vastomlijnd programma waarbij de kinderen zes weken op school tijdens de gymles, zes weken na school en zes weken op de atletiekvereniging de FUNdamentals van de atletiek mee krijgen. Het programma is geënt op beter bewegen. Als aanvulling is er een verhaallijn aan het programma toegevoegd waarbij de kinderen een code van een schat moeten kraken. Met de basisvaardigheden springen, werpen (en vangen) en lopen levert Athletics Movements een bijdrage aan de motorische vaardigheden van kinderen. De lessen (ook op school) worden gegeven door een trainer van de lokale atletiekvereniging. Tijdens één van de sessies van Athletics Movements vertelde de directeur van een school dat hij een meisje, dat normaal met grote tegenzin naar de gymles gaat, voor eerst had zien lachen tijdens deze gymles. Dit zijn de mooiste signalen over een programma. Het ligt natuurlijk niet alleen aan de inhoud van een programma, maar ook aan de inspiratie van een trainer of gymleraar. Inspiratie. Of het nu de trainster is bij het Athletics Movements-programma, mijn schaatstrainers uit het verleden, een bestuurder van de bond of koepelorganisatie, de directeur van een school of meester Sander van mijn dochter, iedereen levert een bijdrage aan de inspiratie van de jeugd. Beste gymleraren, met dit stuk wil ik jullie heel veel plezier en succes wensen met het iedere dag inspireren van de jeugd. Jullie doen fantastisch werk voor onze kinderen! Dank daarvoor! ■



▲
Jeroen Straathof

Jeroen Straathof is oud-topschaatser en tegenwoordig werkzaam bij de Atletiekunie

Contact: