

Hygiëneregels veranderen in de dagelijkse praktijk LO

Hygiëne en tijdgeest

Hoe wordt er tegenwoordig in de praktijk omgegaan met hygiëne in de gymles. Denk daarbij aan regels over kleding, schoeisel en douchen na de les LO. Zijn de gedragsregels hierover veranderd in de tijd? Ik ga terug naar mijn eigen ervaringen. We hebben ook een rondje gemaakt langs verschillende scholen en kijken welke regels er nu gelden scholen voor primair en voortgezet onderwijs.

TEKST MAARTEN MASSINK FOTO'S HANS DIJKHOFF

De foto's bij het artikel zijn geen LO-praktijk maar gemaakt tijdens een 'open dag'

In mijn herinnering was douchen een vanzelfsprekendheid op mijn voetbalclub en meestal verplicht op school. Het begon op de basisschool. Jongens en meisjes hadden apart gym. De gymleraar die wij kregen in de hoogste klassen van de basisschool vertelde over het belang van douchen. Niet-douchen was onhygiënisch (een mooi woord voor 'vies'), vooral als je gezwet had. Dus vanaf dat moment moest er handdoek mee naar school voor het douchen na de gymles. Er waren aparte douchehokjes. En de docent liep langs de hokjes om te kijken of je inderdaad ging douchen. Natuurlijk deed je dat.

Iedere dag

Ik ging wel nadenken over het zweten dat 'onhygiënisch' was en dat je daarom moest douchen. Wat dat betreft moest ik eigenlijk iedere dag een handdoek mee, en niet alleen na

de gymles. Want iedere dag gingen we in iedere pauze fanatiek voetballen op het grasveldje naast de school. En direct na schooltijd gingen we daarmee verder om het potje af te maken. Eigenlijk zat ik in mijn lagere schooltijd na iedere pauze licht tot zwaar bezweet (en bij



slecht weer zwaar besmeurd van de modder) te dampen in de schoolbankjes. De logica van 'onhygiënisch' bezweet zijn gold alleen voor na de gymles en werd geaccepteerd als een ritueel. Maar ik begreep wel dat het onmogelijk was na iedere pauze te douchen.

Vanzelfsprekend

In het voortgezet onderwijs werd de traditie voortgezet. Totdat ik wisselde van school. Daar werd niet gedoucht. Simpelweg omdat er geen douches waren bij de gymzaal. Wel een wasbak. Op deze school stond in het programma-boekje dat je voor gym een speciaal schooltenu moest aanschaffen, een rood kort broekje met bijpassend singletje. Ik deed dat, maar ontdekte daarna dat niemand dit droeg in de gymles. Douchen bij de voetbalclub bleef vanzelfsprekend. Naarmate we ouder werden nam de mate van transpireren toe en de behoefte te douchen na het sporten eveneens.

Douchen vóór en douchen ná

Op de ALO Amsterdam werden we in 1976 door de onvergetelijke Hein Ouwersloot (zwemdocolent ALO Amsterdam) getraakteerd op de eerste 'douches' vóór en na het zwemmen met enkele aandachtspunten in het belang van

hygiëne: "heren voor elke zwemles gaan jullie eerst douchen en wassen jullie de bilnaad en de geslachtsdelen". Voor het zwemmen is douchen belangrijk zodat er geen of minder vervuilende bacteriën in het zwembadwater terecht komen. Na het zwemmen is douchen belangrijk om eventuele vervuilende bacteriën samen met het chloor af te spoelen. Ik vraag me af in hoeverre er nu nog gelet wordt op douchen voor het zwemmen. Samen douchen met andere studenten was een vanzelfsprekendheid. Tijdens zeilkamp in Vinkeveen constateerde ik dat Hein Ouwersloot iedere ochtend zichzelf op de aangekondigde wijze waste bij de wastafel. Ook als er studenten in de wasruimte waren. We vonden het ook gewoon of gingen het gewoon vinden. Ik denk niet dat het tegenwoordig nog gebeurt.

Bouw en inrichting

Hein Ouwersloot gaf ook het vak 'Bouw en inrichting' op de ALO. Hij gaf aan dat het belangrijk is als docent LO betrokken te zijn bij de bouw en inrichting van gymzalen. Hierin kon hij zijn eigen visie op het belang van effectieve bouw van gymzalen kwijt. Met vooral aandacht voor hygiëne. Zijn zienswijze leidde er toe dat we het vak liefkozend 'Bouw en Ouwersloot' noemde. In deze lessen werd je gewezen op belang van een bank midden in de kleedkamer. Deze deelde de kleedkamer in tweeën en gaf de grens aan tussen het 'vuile-voeten/schoenen-pad' en het 'schone-blote-voeten-pad'. Hiermee werd het binnentreden van de gymzalen als een soort heilige grond afgeschermd. Voor de bank diende je de straat-schoenen uit te doen en je jas en tas achter te laten. Hiermee het straatvuil achterlatend in dit deel van de kleedkamer. Achter de bank liep je in het schone deel van de kleedkamer. Daar kon je jezelf verder omkleden en op blote voeten de zaal in of op speciaal meegebracht schoeisel. Er werd nog vaak op blote voeten gegymd.

Tijd en inrichting zijn veranderd

Na de ALO-opleiding ging ik lesgeven op de school waar ik sindsdien met plezier lesgeef. Nog steeds in de zelfde gymzalen die in de beginjaren tachtig gebouwd zijn. De bouw is hetzelfde maar de inrichting is veranderd. Vooral wat de kleedkamers betreft. Er zijn vier gymzalen en vier kleedkamers voor jongens en meisjes gescheiden. Dit maakt dat verschillende klassen tegelijkertijd van de kleedkamers gebruikmaken. Dat is nog zo. De kleedkamers hebben twee deuren. De ingang, dan de scheidingsbank met daarachter het schone blote-voeten-pad. Daarachter de uitgang naar de gymzalen. Leerlingen lieten toen nog kleding achter in de kleedkamer. De kleedkamers





gingen aan het begin van de lessen op slot. De docent moest per kleedkamer twee deuren afsluiten. Dat betekent wachten tot iedere kleedkamer leeg is en dan vier deuren afsluiten en weer openen meerdere keren per dag.

Praktisch of principieel

Dit bleek onpraktisch dus is er besloten iedere kleedkamer één deur te handhaven en een deur te verwijderen. De kleedkamer hield één deur als ingang en dezelfde deur als uitgang. Daarmee verdween het principe van de scheiding van het vuile-schoenen-pad en het schone-blote-voeten pad. Verder gebeurde het helaas dat in de loop van tijd uit de kleedkamer af en toe kleding of spullen van leerlingen verdwenen. Permanent toezicht en bewaken van spullen in de kleedkamer is niet mogelijk. Dit komt door het feit dat meerdere klassen op wisselende momenten gebruikmaken van kleedkamers, leerlingen tussentijds gebruikmaken van kleedkamers (toilet, te laat komen, weggestuurd worden).

Grenzen verschuiven

De volgende stap werd dat kleding niet in de kleedkamer achterblijft maar meegenomen wordt in de zaal. De kleedkamers blijven permanent toegankelijk en worden niet afgesloten. In de gymzalen hebben we kasten in de toestelberging geplaatst waar leerlingen hun kleding en spullen kunnen opbergen. Hiermee is de scheiding straat en schone-blote-voeten pad steeds diffuser geworden, maar in de praktijk minder bewerkelijk en beter te handhaven.

Leerlingen dienen wel speciaal gymkleding en -schoeisel mee te nemen en te dragen in de LO-les.

Toneelstukje

Verder was bij mijn aantreden op deze school het douchen verplicht. Maar dit bleek een niet te controleren regel te zijn. Als mannelijk docent loop je niet de dameskleedkamer in. Het controleren van (bevochtigde...) handdoeken werd een kinderachtig toneelstukje. Samen met het opheffen van de scheiding van het schone-blote-voeten-pad werd het verplicht douchen afgeschaft en vervangen door de regel in het programmaboekje 'douchen is mogelijk'. In de praktijk werd er zo weinig gebruik van gemaakt dat docenten er geen extra tijd meer voor reserverden, tenzij er uitdrukkelijk om gevraagd werd. Er zijn nog wel veel douchegelegenheden in elke kleedkamer (grote ruimte en hokjes). Vooral docenten die 's ochtends hard fietsend over grote afstand naar school komen maken er graag gebruik van. Inmiddels is een deel van één kleedruimte omgebouwd tot extra kantoorruimte voor de vakgroep.

Lastig controleren

Wat leer ik uit deze veranderingen in de tijd? Dat vooral die maatregelen standhouden die te handhaven zijn en de toetsing van de praktijk kunnen doorstaan. Daarmee is de 'straat' letterlijk en figuurlijk steeds meer het 'heilige domein' van de gymzaal binnengekomen tot en met het bewaren van kleding en jassen en tassen in de kasten van de toestelberging. De grens

is bij ons dat je aparte gymkleding en schoeisel meeneemt en draagt in de les. Maar ook hierbij ruikt de 'straat' op. Het verschil tussen gymkleding en dagelijkse kleding is niet altijd duidelijk. Veel leerlingen lopen de hele dag in joggingpak, met sportief schoeisel of T-shirts die ook in gymles gebruikt kunnen worden. We geven aan dat we dit niet accepteren en controleren er op. Maar dat is soms lastig. Dit heeft bij ons er toe geleid dat we overwegen leerlingen voor LO schooltenues te laten dragen. Hierover willen we een gesprek aangaan met schoolleiding, ouders en leerlingen. Invoeren zal geleidelijk vanaf klas 1 kunnen volgen ons.

Straat komt binnen

Wat is de aanleiding voor deze veranderingen? Het aansluiten bij de belevingswereld van kinderen, de 'straat' binnenhalen is soms letterlijk de opdracht van de school, en gaat ook niet aan ons vak voorbij. Pleintjesactiviteiten moeten ook een plaats krijgen in ons vak. Pleintjesbasketbal, pannavoetbal, beachvolleyball, freerunnen, streetbiken, skateboarden, klimmen zijn activiteiten die zowel indoor als outdoor beoefend worden. In hoeverre is kleding die daar gebruikt wordt nog herkenbaar als gymkleding? Hoe logisch is het voor leerlingen dat je in de pauze op het schoolplein mag bas-

Opvallend is dat op scholen voor primair onderwijs nog wel regels over verplicht douchen worden afgesproken. In het voortgezet onderwijs niet

ketballen of voetballen in je spijkerbroek maar in de gymzaal aparte gymkleding aan moet? Voor mij als kind zag ik deze logica ook niet toen ik buiten voetbalde in de pauze in mijn gewone kleding. Maar ik accepteerde probleemloos dat er na gym gedoucht wordt. Nu zijn de uitdagingen voor pauze-buiten-activiteiten nog groter waardoor een bredere groep leerlingen actief wordt in de pauze. Het zijn niet alleen de fanatieke voetballertjes die in het zweet gaan. Verder zijn tegenwoordig de verschillen tussen gymkleding/-schoeisel en casualkleding/-schoeisel, die leerlingen normaal dragen kleiner.

Regels afspreken

Bovendien heeft er een andere verandering plaatsgevonden. Ik ging vroeger na de gymles douchen omdat het de regel was. De docent zei het. Punt. Mijn beleving van nu is dat regels vooral nu gehandhaafd worden als ze ook praktisch eenvoudig controleerbaar zijn. Dat gevoel wordt voor een deel gevoed door het feit dat ik nu degene ben die de naleving moet

controleren en aanloop tegen leerlingen die er onderuit willen komen. Vakdidactici leren ons dat regels vooral werken als je ze samen in overleg met leerlingen hebt afgesproken, met daarbij de wijze waarop je ze gaat handhaven.

Ik denk dat het in geval van hygiëne een lastig gesprek kan worden vanwege het grijze gebied zoals in de vorige alinea geschetst. Maar ook vanwege inzichten elders in het blad die aangeven dat vaak (elke dag) douchen helemaal niet bewezen is als zijnde gezond voor de huid. Beter is vaker kleding verschonen. De tijdgeest is dat regels bediscussieerd kunnen worden. Maar liever niet na iedere gymles.

Poldermodel; deo-douchen

Dit leidt er toe denk ik dat veel scholen zich kunnen vinden in de modus apart schoeisel en kleding voor de gymles is verplicht. Douchen na de gymles is mogelijk (maar wordt weinig gedaan).

Dit is de uitkomst van een kort rondje met vragen aan verschillende scholen. Opvallend is dat op scholen voor primair onderwijs nog wel regels over verplicht douchen worden afgesproken. In het voortgezet onderwijs niet. Daar waar door de verandering van hormonen een frisse geur gevaar loopt wordt dit door leerlingen liever opgelost met deo dan met douchen. Het zogenaamde deo-douchen. Scholen willen dit beperken tot een deo-roller en spuitbussen verbieden (drijf-gassen). Hiermee het poldermodel van een overlegcultuur in afspraken maken over hygiëne illustrerend.

Veranderingen in waarden

Een gevolg van dit alles is dat het douchen na sporten in allerlei verbanden steeds meer onder druk staat. Waar ik vroeger het naakt douchen nog als vanzelfsprekend heb ervaren, bij de voetbalclub, lees ik dat ook daar het douchen, en zeker het naakt douchen na sporten ook in clubs steeds minder wordt. Dit vindt zijn (treurig?) hoogtepunt (of dieptepunt?) in het introduceren van de douchebroek. Maar ook dit is een realiteit die samenhangt met een toenemend gevoel van gêne of een op culturele achtergronden gebaseerde keuze (of een combinatie van beiden). Je kunt je afvragen of je dit moet zien als een verlies van een bepaalde waarde of als aanvaarden van de veranderingen van tijdgeest met alle gevolgen voor de praktijk van het lesgeven. Interessant is de vraag waar je de grens trekt tussen het handhaven van een principe of het laten prevaleren van de praktische haalbaarheid van handhaven.

We hebben scholen hierover enkele vragen voorgelegd. Lees in het artikel op pagina 6 enkele reacties op deze vragen. ■

Contact:

maarten.massink@kvlo.nl