

Profilering bewegen en leren

Mike Peters is sectievoorzitter Lichamelijke Opvoeding van het Stanislascollege in Rijswijk. Namens zijn sectie deelt hij met ons de nieuwe schoolprofilering van zijn school. De locatie waar hij werkt bestaat uit vmbo-basis, -kader en -theoretisch met leerwegondersteuning (LWOO). Dat het concept aanslaat lezen we ook in het krantenartikel (zie kader).

TEKST MIKE PETERS FOTO'S ARCHIEF STANISLASCOLLEGE

Dat bewegen gezond en leuk is daar zijn we het met z'n allen over eens. Maar dat bewegen kan bijdragen aan de cognitieve ontwikkeling is op dit moment een veelbesproken onderwerp in ons vakgebied. Met onze nieuwe (beweeg) profilering willen wij als LO-sectie actiever bijdragen aan het leren bij de andere vakken in de school.

Wat wordt er in onze profilering anders aangepakt en wat bieden wij als school op het gebied van bewegen en leren? Een korte opsomming:

- elke dag 60 minuten sport
- na sport volgen twee voor het leren belangrijke lessen, vaak Nederlands en wiskunde
- elke dag 30 minuten bewegend leren (op een actieve manier de lesstof aanbieden in een gewoon klaslokaal)
- elke dag 50 minuten maatwerk in speciaal geselecteerde groepjes waarin leerlingen

achterstanden wegwerken die ze op de basisschool hebben opgelopen, dit ook op het gebied van bewegen.

Homogene groepen

Onze leerlingen zitten bij sport in speciaal door de sectie geselecteerde (zo homogeen mogelijke) sportgroepen. Deze sportgroepen zijn voor alle takken van sport (maar leerlingen kunnen door een positieve ontwikkeling wel in een andere groep geplaatst worden). Deze sportgroepen worden gemaakt aan de hand van testen die wij in samenwerking doen met de medische Universiteit van Amsterdam (UvA;



Stormloop op beweeg-vmbo

RIJSWIJK | Het unieke beweeg-vmbo in Rijswijk loopt storm. In korte tijd hebben zich al 90 leerlingen ingeschreven voor de nieuwe opleiding. Zij maken straks sommen op de evenwichtsbalk of leren hoofdsteden op de trampoline. Onderzoekers van de VU vinden het idee zo interessant dat ze willen samenwerken.

JULIA BROOS

De dag dat deze krant meldde dat het Stanislascollege in het nieuwe schooljaar begint met deze vernieuwende onderwijsvorm 'barsite de bom', vertelt locatiedirecteur Fons van den Broek. „We werden overspoeld met reacties, ik wist niet wat ik meemaakte. Een hoge ambtenaar van het ministerie van Onderwijs wilde met ons praten, andere scholen hielden voor inspiratie en het VU Medisch Centrum in Amsterdam hing aan de lijn. De onderzoekers willen graag een hele studie maken van ons concept. Dat vinden wij natuurlijk fantastisch!”

De leerlingen die zich twee weken geleden tijdens de open dag hebben opgegeven, moeten er meteen aan geloven. Ze ondergaan dit voorjaar al diverse lichamelijke testjes, die in het nieuwe schooljaar een paar keer worden herhaald. Elke eerstejaars vmbo-leerling begint zijn dag straks met een uur mountainbiken, zwemmen of gewichtheffen. Om vervolgens bezweet de schoolboeken in te duiken. Meest opmerkelijk is dat de



Ik verwacht dat we in maart al op ons maximum van 150 leerlingen zitten

—Fons van den Broek (directeur)



scholieren halverwege de dag een halfuur bewegend leren. Ze maken sommen op een evenwichtsbalk of leren woorden tijdens het hinkelen.

De onderzoekers proberen wetenschappelijke onderbouwing te vinden voor de overtuiging van de school: pubers presteren beter als je ze tegelijkertijd laat bewegen en leren. „Uit diverse onderzoeken blijkt al dat beweging een positief effect heeft op concentratie en leervermogen,” zegt Van den Broek. „Alleen het keiharde bewijs dat bewegend leren direct de leerprestaties verbetert, is er nog niet.”

Imago

De directeur spreekt nu met nog méér opwinding dan toen hij de nieuwe opleiding vorige maand aankondigde. „We komen uit het diepe. Het vmbo staat steeds meer onder druk door het slechte imago. Na al die overweldigende reacties zie ik het hele lerarenteam weer enthousiast worden. Er hebben zich al ruim negentig leerlingen ingeschreven, terwijl de inschrijftermijn nog loopt tot mei. Ik verwacht eigenlijk dat we in maart al vol zitten. Ons maximum van 150 is dan waarschijnlijk bereikt.”

Daarvan had hij voorheen niet durven dromen. De school was blij als er jaarlijks 100 nieuwe vmbo-leerlingen binnenkwamen. „Dit betekent nieuw elan.”



dit te bereiken zijn we uitgegaan van een aantal aannames.

Wij zijn bijvoorbeeld van mening dat wanneer leerlingen in de ochtend sporten ze de daaropvolgende lessen meer 'leerbaar' zijn en makkelijker de lesstof kunnen opnemen. Ook kunnen onze leerlingen moeilijk lang stilzitten en is hun concentratieboog beperkt. Rekening houdend met deze specifieke eigenschappen van vmbo-leerlingen hebben we met onze profilering geprobeerd een betere balans te vinden tussen stilzitten en sporten (bewegen). Uiteraard en niet in de laatste plaats helpt het meer bewegen om de fysieke eigenschappen van de leerlingen te stimuleren. Deze fysieke eigenschappen zijn achteruitgegaan door enerzijds een veranderende inactievere maatschappij maar ook bijvoorbeeld door het, in het verleden, weghalen van de uren LO wanneer bijvoorbeeld de leerresultaten naar beneden gingen.

Uiteraard en niet in de laatste plaats helpt het meer bewegen om de fysieke eigenschappen van de leerlingen te stimuleren

Doordat we leerlingen uit het primair onderwijs binnenkrijgen die, zo is onze ervaring, het leren vaak al zat zijn hebben we met onze nieuwe profilering getracht school uitdagender en leuker te maken waardoor de zin in leren weer toe zou gaan nemen en daarmee corresponderend ook het leerresultaat.

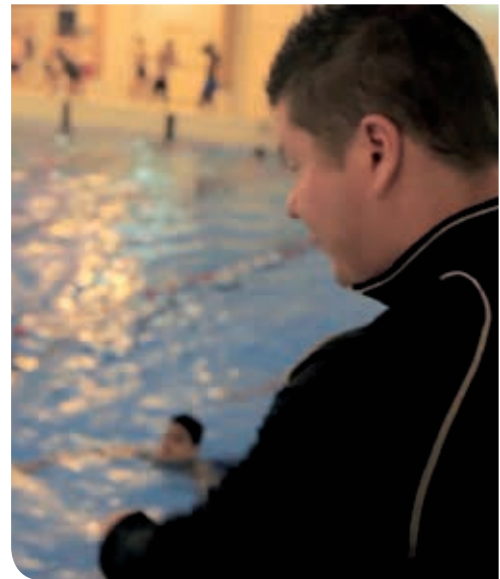
Doordat er bij onze leerlingen regelmatig sprake is van sociaal-emotionele achterstand, zien wij met onze sportprofilering kansen om leerlingen een aantal facetten bij te brengen die ze nodig hebben om te leren en succesvol te zijn op school, zoals bijvoorbeeld samenwerken, doelen stellen voor jezelf, doorzettingsvermogen, omgaan met winst en verlies etc.

▲
Uit het Algemeen
Dagblad van maart
2015

Smart Moves). Leerlingen worden getest op kracht, lenigheid, snelheid, explosiviteit en uithoudingsvermogen (ook worden lengte, gewicht en BMI gemeten). Deze testen zijn gekozen omdat er vanuit het VU medisch centrum op sportgebied voornamelijk gekeken wordt naar deze fysieke eigenschappen. Onze leerlingen worden vier jaar lang, drie keer per jaar, gemonitord en getest op fysieke en cognitieve eigenschappen). Dit om meer wetenschappelijk vast te stellen (er is een controle-school met vergelijkbare leerlingen) of er en zo ja wat mogelijke resultaten van extra sport op de cognitie zijn.

Waarom deze nieuwe profilering?

Het Stanislascollege in Rijswijk is een echte Vmbo-school met leerlingen uit de prachtwijken van Den Haag. Onze leerlingen hebben echter regelmatig achterstanden opgelopen op de basisschool. Denk hierbij bijvoorbeeld aan cognitieve, fysieke en/of sociaal-emotionele achterstanden. Deze achterstanden kunnen invloed hebben op het leerproces. Wij zijn van mening dat met sport als middel en/of als katalysator leerlingen bepaalde facetten bijgebracht kunnen worden die ze nodig hebben om te leren en meer succesvol te zijn op school. Om



Dat onze nieuwe sportprofilering aantrekkelijk is voor vmbo-leerlingen kunnen we ook afmeten aan het aantal inschrijvingen. Vorig jaar hadden we nog 70 inschrijvingen, dit schooljaar 158 en voor volgend schooljaar hebben we op dit moment al 205 inschrijvingen. Ook hebben zich leerlingen ingeschreven vanuit de omliggende gemeenten, zoals Delft, Den Hoorn, Voorburg.

Werkwijze elke dag 60 minuten sport

We zijn dit jaar onze nieuwe profilering begonnen met alleen de brugklas. Dat betekent dat alle brugklasleerlingen het eerste uur van de dag sporten. Om dit organisatorisch (rooster technisch) voor elkaar te krijgen werken we samen met sportinstellingen/ verenigingen in de buurt, zoals bijvoorbeeld Sportcity, wielervereniging de Spartaan, v.v. Vredenburg, sportcentrum/ zwembad de Schilp. We maken gebruik van hun faciliteiten en expertise om het organisatorisch mogelijk te maken. Binnen dit rijke, gevarieerde en uitdagende aanbod dienen onze leerlingen zelf doelen te stellen. De gegevens die uit de testen van de UvA komen worden bijgehouden en besproken met de ouders en de leerling zelf om te zien waar ze zichzelf kunnen verbeteren.

Financiering nu en in de toekomst

Om dit geheel te bekostigen is er eenmalig een groot bedrag van onze scholengemeenschap vrijgekomen om alles in orde te maken voor onze sportprofilering (Fitness, dojo, dansstudio, spinning ruimte, en twee gymzalen die opnieuw zijn ingericht). Om de financiën te realiseren heb ik zelf (Mike Peters) vanuit de sectie het voortouw genomen om mijn directie te overtuigen om met deze profilering te starten. Daarnaast hebben wij niet alleen onze directie moeten overtuigen maar ook onze collega's op school, want zij leveren per saldo

lestijd in die ingezet gaat worden om te sporten. Tevens wordt er maandelijks geld vrijgemaakt voor het huren en gebruiken van zwembad, buitenvelden, Sportcity fitness etc. Op de aangeschafte materialen zoals mountainbikes, spinning fietsen etc. zit een bepaalde (normale) afschrijving. Overigens is ons streven om alle lessen (uitgezonderd Sportcity) te geven door docenten van het Stanislascollege. Deze nieuwe sportprofilering zit gewaarborgd in ons schoolplan en ouders moeten officieel tekenen zodat ze akkoord gaan met onze urentabel. De ouders dragen geen extra kosten door deze profilering behoudens dat ze rekening moeten houden met wat extra sportkleding voor hun kind. De extra kosten om onze profilering draaiende te houden worden door de school gedragen. Wij vinden op school gezondheid in de breedste zin van het woord belangrijk. We hebben dit jaar, als enige vmbo-school in de omgeving, het vignet Gezonde School behaald en daar zijn we erg trots op. Verder wordt onze profilering doorgezet in het aanpassen van ons schoolplein. We krijgen volgend jaar een sportief schoolplein waar leerlingen kunnen basketballen, voetballen, tafeltennissen of natuurlijk gewoon lekker hun lunch nuttigen.



Ook is het voor volgend jaar ons voornemen om alle brugklasleerlingen het eerste uur en alle tweede klas leerlingen het tweede uur te laten sporten, een nieuwe uitdaging om dat allemaal rooster technisch voor elkaar te krijgen.

Ervaren en gemeten resultaten tot nu toe

- 87% van onze leerlingen is op fysiek gebied vooruitgegaan.
- Omdat onze leerlingen bij sport en maatwerk niet in hun eigen klas zitten merken we dat onze leerlingen in de gehele school makkelijker met elkaar omgaan.
- We hebben het gevoel dat leerlingen sociaal-emotioneel vaardiger worden, omdat we bij sport de leerlingen zelf hun doelen laten stellen en de leerlingen geen cijfers krijgen. We kijken hoe een leerling zich in een bepaalde periode ontwikkelt en geven hem dan een beoordeling zonder cijfers. We kijken naar inzet, gedrag, aanwezigheid, doorzettingsvermogen en de sport zelf. We geven met name een oordeel over het ontwikkelingsproces dat de leerling heeft doorgemaakt.
- De belangrijkste cognitieve eigenschappen kunnen we eigenlijk pas na vier jaar meetbaar maken.
- Dat onze leerlingen het leuk vinden is te zien aan de aanwezigheid. Omdat onze leerlingen het eerste uur sporten zijn er steeds minder leerlingen te laat en/of ziek. Echter moet opgemerkt worden dat er een klein aantal leerlingen is die met onze profilering niet de juiste keuze heeft gemaakt. Wij proberen alle, dus ook deze leerlingen, gemotiveerd

te houden door ze de juiste begeleiding te geven.

- Ook komt bijna de hele brugklas op de fiets naar school omdat ze op verschillende locaties in de buurt van school moeten sporten.

Onze profilering en daarbuiten

We zijn dit jaar gestart met onze nieuwe (sport)profilering in de brugklas. Onze open dagen worden drukbezocht met de vraag wat we precies doen? Ook de media heeft veel aandacht gehad voor ons ingezette thema bewegen en leren. Vooral het thema bewegend leren is vrij nieuw. Er komen dan ook veel vragen vanuit de media en werkveld hoe wij dit aanbieden op school. Naast de media zijn er ook mensen van het Ministerie van Onderwijs bij ons op school geweest om te kijken wat we precies doen. Ik denk dat wij als school een weg zijn ingeslagen waarbij duidelijk te zien is dat het Vmbo-onderwijs op een andere manier kan worden ingericht. Persoonlijk ben ik van mening dat leerlingen van elke school meer zouden moeten sporten. De aanname is dat met sport de cognitieve, sociaal-emotionele en fysieke eigenschappen van leerlingen gestimuleerd kunnen worden.

Met onze profilering hopen wij andere secties te stimuleren om de beschreven ingeslagen weg te gaan volgen. ■

Kernwoorden:

profilering, elke dag sport, cognitieve vooruitgang

De sectie LO bestaat uit:
Erwin van Oijen, Jozef Darma, Yannick van het Leven, Mark van der Kraan en Mike Peters.

Contact:

petm@stanislascollege.nl