



Udeskole, uitdagende gymzalen en spelen

Studiereis Gezonde School; een kijkje over de grens

Sport en bewegen is een steeds terugkerend thema tijdens de studiereizen voor Gezonde School. Zo bekeken de deelnemers in het Berlijnse Olympische zwembad een training van een talentschool, bleek in Schotland een gezonde leefstijl net zo belangrijk te zijn als rekenen en taal en liggen in Denemarken sport en spelen dicht bij elkaar. Doel van de studiereizen? Van elkaar leren en elkaar inspireren.

TEKST TILLY DE JONG EN GOOF BUIJS

Gezonde school in Europa

Het bevorderen van een gezonde leefstijl is veel meer dan kinderen kennis bijbrengen over gezondheid. Het belang van een brede

Ieder land heeft een eigen onderwijssysteem en ook de gezondheidszorg is op unieke wijze georganiseerd. Bij Gezonde School gaat het juist om nauwe samenwerking tussen die twee sectoren

benadering van gezondheid werd dertig jaar geleden door de WHO al erkend. In Europa is de Gezonde School sinds die tijd

in ontwikkeling. In 1992 werd een netwerk opgericht dat nu bekend is onder de naam Schools for Health in Europe, afgekort SHE. Mede dankzij dat netwerk kunnen de studiereizen inhoudelijk georganiseerd worden. Dat ieder land een eigen invulling en eigen prioriteiten geeft aan het begrip Gezonde School, zal geen verrassing zijn. Ieder land heeft een eigen onderwijssysteem en ook de gezondheidszorg is op unieke wijze georganiseerd. Bij Gezonde School gaat het juist om nauwe samenwerking tussen die twee sectoren. Ondanks de grote verschillen is er in alle landen in Europa een belangrijke overeenkomst: gezondheid wordt gezien als meer dan alleen lessen over gezondheidsthema's (roken, eten, bewegen). Het gaat over afspraken, regels en voorzieningen

◀ *Deelnemers aan de studiereis Gezonde School Denemarken 2017.*

op school, de mate van inspraak en betrokkenheid van de leerlingen en de contacten met de ouders en de omgeving. Dit wordt in het Engels 'whole school approach to health' genoemd. Uiteindelijk moet Gezonde School leiden tot gezondere leerlingen die beter leren, en tot verbetering van gezondheid en welzijn, ook van het onderwijspersoneel.

Studiereizen Gezonde School

Met zekere regelmaat worden vanuit Nederland studiereizen Gezonde School georganiseerd. We doen dit vooral om te leren van ervaringen met innovatieve en succesvolle voorbeelden, en om te ontdekken dat we het in Nederland lang niet zo slecht doen. De reizen zijn ook nuttig voor het onderling netwerk. Leren van de gehele Gezonde School-aanpak, maar ook van de invulling van de relevante gezondheidsthema's. Tijdens de recente studiereis naar Denemarken lag het accent op het thema sport en bewegen. De reden is de invoering van een nieuw landelijk curriculum in 2014 met een langere schooldag, elke dag tijd voor sport en bewegen en meer deskundige leerkrachten. Dat maakt nieuwsgierig. Wat valt op?

▼ *Buitenruimte bij de Rosengardskole. Zelfgemaakt boomklimpad.*

Schoolpleinen om van te dromen

Binnen het thema sport en bewegen is er een ding dat opvalt in Denemarken; de

schoolpleinen. De buitenruimtes van de verschillende Folkeskole (6-18 jaar) die we in Denemarken bezochten, maken jaloers. Niet alleen beschikken scholen over een behoorlijk schoolterrein, er zijn met vaak eenvoudige middelen fantastische klimparadijzen, ontdekhoeken, speeltuinen, vuurplaatsen en moestuinen gemaakt. Dat moet wel, want de Denen werken vaak met het concept 'Udeskole'.

'Udeskole' of 'outdoor learning' is een begrip in Denemarken. Het betekent zoveel als 'uit de school.' De omgeving wordt gebruikt om van te leren. Kinderen plukken appels of vlierbessen en maken er sap van. Zingen gebeurt vaak rond het kampvuur bij de school en geschiedenisles wordt gegeven op het kerkhof. Ook taallessen en wiskundelessen vinden geregeld buiten plaats. Bewegend leren staat in het curriculum en wel voor 45 minuten per dag. Men probeert daar onder andere invulling aan te geven met 'brain-breaks', korte beweegspelletjes tijdens de les. Daarnaast pleit men voor spelen in plaats van sporten. Spelen maakt bewegen leuk, leidt tot meer bewegen en mogelijk tot beter leren. Over de inrichting van de buitenruimtes wordt daarom goed nagedacht, vaak met een specialist op dat gebied. Voor ieder kind van zes tot zestien jaar moet er iets te doen en te leren zijn. Een grijs betegeld schoolplein kom je in Denemarken niet tegen.





▲ *Uitdagens bewegen en spelen op de Modeseskole..*

Open school

Scholen en (sport)verenigingen worden in Denemarken vanuit de regionale en plaatselijke overheid gestimuleerd om samen te werken en de school open te stellen. Sommige scholen stellen ruimte beschikbaar aan verenigingen of delen de buitenruimte met de omwonenden. Zo is er op de Heibergskole in Kopenhagen een ruimte voor een yogaclub en mindfulness, waar ook de leerlingen aan mee kunnen doen. Ook sporttrainers komen de school binnen. In Denemarken hoeven LO-docenten niet iedere sport te kunnen aanleren. Trainers van sportclubs zijn dus belangrijk voor de school om toch een breed aanbod van sport te kunnen bieden. Sportclubs halen hun pupillen vaak op na schooltijd. Sport en school sluiten dan naadloos op elkaar aan.

Foto's

Tilly de Jong

Contact

tilly@kenmerk.nl

Kernwoorden

internationalisering, studiereis, gezonde school

Ook binnen meer bewegen

Ook al houden de Denen van buiten en deert een regenbuitje niet, ook binnen in de school worden kinderen uitgedaagd meer te bewegen. Er zijn veel mooie voorbeelden van scholen met een uitdagende binnenruimte. Wij brachten een bezoek aan de Mosedeskole in Kopenhagen, een school die veel doet aan het stimuleren van bewegen en sporten in samenwerking met DIF, het Olympisch Comité van Denemarken. De openbare ruimtes in de school zijn omgetoverd tot een klimparadijs. Klimgrepen, touwen, looppankjes, klimnetten en dikke matten moeten de leerlingen uitdagen om te bewegen. De gymzalen zijn voorzien van grote netten aan het plafond, waardoor de beweegruimte uitdagender wordt.

Ook en keer bij de burens kijken?

Ben je geïnteresseerd en wil je meer lessen uit de studiereis Denemarken lezen, kijk dan op www.kenmerkeducatief.nl/glos. In het magazine staat het hele verslag inclusief leerpunten van de deelnemers.

Wil je zelf een keer deelnemen aan een studiereis van Gezonde School? Stuur dan een e-mailtje naar onderstaand adres. Je wordt dan geïnformeerd wanneer je je kunt inschrijven voor een volgende reis.

De studiereizen worden georganiseerd door Arko Sports Media in samenwerking met Kenmerk Educatief en SHE consultancy.