

Structureel een sportievere en gezondere school

Drie jaar geleden startte op zes PABO's in Nederland een pilot met het profiel 'Specialist Sportieve en Gezonde School'. Monique van Ark, werkzaam aan de Hogeschool Leiden en projectleider PABO 'Specialist Sportieve en Gezonde School' over het belang van het profiel. "Scholen beschikken momenteel niet altijd over de benodigde knowhow. Een specialist Sportieve en Gezonde School wel."

TEKST: PETER BEKKERING

Monique van Ark was na de HALO (Opleiding tot Leraar Lichamelijke Opvoeding) eerst tien jaar leerkracht bewegingsonderwijs op een basisschool in Leiden. Na een paar jaar ging ze de PABO doen zodat ze ook bevoegd was om voor de klas te staan. Het leidde ertoe dat ze een periode beide functies combineerde. Totdat ze de kans kreeg om combinatiefunctionaris te worden. "In Leiden houdt deze functie in dat je van binnenuit de school verbeteringen op het gebied van sport en bewegen doorvoert. Ik heb toen de combinatie gemaakt tussen combinatiefunctionaris en leerkracht bewegingsonderwijs. In mijn functie als combinatiefunctionaris werkte ik met een groot aantal sportverenigingen samen en probeerde ik de kinderen naar de verenigingen toe te

leiden. Daarnaast stuurde ik ook de combinatiefunctionarissen op andere scholen aan."

SPORTKLAS OP PABO

Aanvankelijk was er bij de basisscholen in Leiden weinig animo om een combinatiefunctionaris in dienst te nemen, omdat scholen bang waren dat ze niet meer van het contract af konden nadat ze in dienst waren gekomen. Op een gegeven moment sloeg het echter zo aan, dat ook veel andere scholen wilden aanhaken. De subsidie vanuit de gemeente was echter al vergeven. "De scholen zijn toen naar de PABO in Leiden gestapt – waar ik inmiddels was gaan werken – en hebben gevraagd of de PABO de groepsleerkrachten tijdens hun opleiding niet meer kennis kon meegeven op het gebied van bewegen en sport." Het leidde ertoe dat er in 2012 een sportklas op de PABO kwam, die zich richtte op bewegen en sport en

een beetje op voeding. "Dat was direct een groot succes. Er zat echter nog wel een nadeel aan: het was extracurriculair. Dat betekende dat studenten het volgden naast het gewone curriculum en dat ik het ook gaf naast het gewone curriculum. Het kostte de PABO dus ook extra geld."

Van Ark besloot de boer op te gaan en sprak met een flink aantal partijen, zoals NOC*NSF, het Kenniscentrum Sport, de PO-Raad (de sectororganisatie voor het primair onderwijs), gemeenten en de ministeries van Onderwijs

Er was nog geen leerkracht die als taak had de eigen school gezonder te maken



Spelletjes vanuit de gymzaal doortrekken naar het buiten spelen

en van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (WVS). “Bij WVS kwamen we in aanraking met de Gezonde School. WVS gaf aan dat het concept weliswaar stond, maar er nog geen leerkracht bestond die als taak had de eigen school op deze manier gezonder te maken. Daardoor waren ze nog te afhankelijk van een enthousiaste directeur of leerkracht. Het leidde uiteindelijk tot het besluit om vanaf het schooljaar 2015/2016 op zes PABO's – naast Leiden de Marnix Academie (Utrecht), InHolland (verschillende vestigingen), Windesheim (Zwolle), Hogeschool van Arnhem en Nijmegen (HAN) en NHL Stenden (noord-Nederland) – als pilot mensen te gaan opleiden als ‘Specialist Sportieve en Gezonde School’ die de Gezonde School van binnenuit konden uitdragen en die konden borgen dat het in de praktijk ging werken. Dat betekende dat we voor deze leerkrachten ook een curriculum moesten gaan

Uiteindelijk is het de bedoeling dat dit curriculum ook op de andere PABO's wordt aangeboden

ontwikkelen. Uiteindelijk is het de bedoeling dat dit curriculum ook op de andere PABO's wordt aangeboden. Met als doel dat op alle PABO's studenten afstuderen met dit profiel en dat uiteindelijk – over vijftien tot twintig jaar – op alle basisscholen in Nederland zo'n specialist rondloopt.”

DRIE MODULES

Het profiel ‘Specialist Sportieve en Gezonde School’ is opgebouwd uit drie modules. Het eerste module – 4 keer ►

**SPECIALIST
SPORTIEVE
& GEZONDE
SCHOOL**



Voorbeeld van sportstimulering. Skaten kan ook prima met de bovenbouw van de basisschool.

28 uur – gaat over bewegen en sport. “In deze module maken ze kennis met de Gezonde School door middel van bewegen en sport. Ze gaan bij drie onderdelen – buitenspelen, sportstimulering en sportieve evenementen – analyseren en onderzoeken wat een school wil en wat er verbeterd kan worden. Vervolgens plegen ze interventies. Die kunnen heel uiteenlopend zijn. Ze kunnen bijvoorbeeld ervoor zorgen dat bepaald materiaal langer meegaat. Of ze besluiten om de samenwerking met de plaatselijke sportvereniging op te zoeken. Of om het voetballen in de pauze gestructureerder aan te bieden.”

Gedragsverandering is belangrijk want daar gaat het hele traject om We leren de studenten kritisch te denken en zorgen ervoor dat ze de feiten kennen

In de eerste module maken studenten ook al kort kennis met gedragsverandering. “Dat is belangrijk want daar gaat het hele traject om: hoe kan ik de leerkrachten, de directie, de ouders en de kinderen zodanig meenemen in de verandering dat er structureel verbeteringen zijn op het gebied van gezondheid.”

VOEDING EN BEWEGEN

Bij de tweede module – 5 keer 28 uur – gaat de helft over voeding en de andere helft over bewegen als middel om bepaalde doelen te behalen. “Bij bewegen als middel werken we met de doeldo-

meinen van onderwijspedagoog Biesta. In deze module behandelen we er twee: persoonsvorming en socialisering. Onder persoonsvorming valt het ontwikkelingsgebied ‘emotioneel’. Daarbij moet je denken aan sociaal-emotionele methodes zoals bijvoorbeeld Rots en Water, waarbij kinderen via oefeningen leren weerbaarder te worden. Een ander ontwikkelingsgebied dat onder persoonsvorming valt is ‘cognitief’. Een voorbeeld hiervan is bewegen tijdens de verwerking van de rekenen- en taalstof. Het tweede doeldomein, socialisering kan helpen om een groepsgevoel te versterken. Een voorbeeld hiervan is

dansen in de klas tussen twee lessen in als bewegingstussendoortje.” Het laatste ontwikkelingsgebied is kwalificering, dit wordt tijdens dit traject niet behandeld. Het gaat hierom het beter leren bewegen. Dit hoort thuis tijdens de les bewegingsonderwijs (gymles) en daarvoor moet je een aparte lesbevoegdheid halen.

Bij voeding komt in de tweede module voor het eerst de rol van ouders aan de orde. “We leren de studenten kritisch te denken en zorgen ervoor dat ze de feiten kennen. Bijvoorbeeld over het belang van gezonde traktaties en water drinken. Vervolgens moeten ze kijken wat bij een bepaalde school past: een streng beleid zonder snoep, koek of sapje of werkt positieve stimulering of een gematigd beleid beter. Studenten moeten dus eerst in beeld brengen wat er op een school gebeurt en wat de behoefte van de kinderen, de ouders, de leerkrachten en directie is en vervolgens kijken naar het type interventie. Omdat het de bedoeling is, dat zo’n interventie structureel een situatie verbetert, vinden de studenten zo’n opdracht heel waardevol. Ze doen deze opdracht nu niet alleen voor hun studiepunten, maar als ze het goed doen laten ze een structurele verbetering achter op hun stageschool. Dit zorgt voor intrinsieke motivatie en hier zijn ze dan uiteraard heel trots op.”

GEDRAGSVERANDERING

In de eerste twee modules komt gedragsverandering slechts kort aan de orde. In de derde module – 6 keer 28 uur – daarentegen speelt het een belangrijke rol. “Studenten kijken naar theorieën hierover en bestuderen veranderingsprocessen en de rol van teams. Ze leren dat er verschillende soorten teams zijn en dat daarbij verschillende aanpakken horen. En dat je niet je energie moet steken in de teamleden die niet mee willen doen.”

NASCHOLING

De nascholing bestaat uit vijftien dagdelen binnen een schooljaar en richt zich op groepsleerkrachten en schooldirecties, die graag hun eigen school willen veranderen tot een sportieve en gezonde school. “Ze leren dan de theorie en de achtergrond en kunnen er vervolgens direct in de eigen praktijk mee aan de slag. Het doel van het traject is om de school gezonder te maken en niet direct om de vignettes van de Gezonde School te halen, dit is uiteraard aan de school of ze dit wel of niet willen. Uiteraard is het voor een school waar een leerkracht deze nascholing heeft gevolgd relatief simpel om een certificaat te aan te vragen, alle voorwaarden liggen immers klaar. In september starten we met deze nascholing, het is dan nog een pilot en door de subsidie van het ministerie van VWS kunnen we dit op alle zes de PABO’s goedkoop aanbieden.”

Deze PABO’s zijn naast Hogeschool Leiden, de Marnix Academie, InHolland, Winderheim, Hogeschool van Arnhem en Nijmegen en NHL Stenden. Voor meer informatie hierover kun je contact op nemen met Monique van Ark (ark.van.m@hsleiden.nl).

De meerwaarde voor een basisschool zit in structurele aandacht zonder extra kosten en zonder extra tijdsinvestering

In deze laatste module komen ook de nog niet behandelde gezondheidsthema’s van de Gezonde School terug. Dit zijn de thema’s ‘Relaties en seksualiteit’, ‘Fysieke Veiligheid’, ‘Roken en alcohol’, ‘Milieu en natuur’, ‘Mediawijsheid’ en ‘Hygiëne’. Het thema welbevinden komt uiteraard in elke module terug, de PABO heet immers niet voor niets de pedagogische academie.

Bij de eindopdracht moeten de studenten een implementatieplan schrijven. Daarbij moeten ze eerst op alle thema’s van de Gezonde School een analyse maken van wat er al op een school gebeurt. Vervolgens doen ze een behoefteonderzoek, waar uiteindelijk twee thema’s uit naar voren moeten komen. Voor beide thema’s schrijven de studenten een kort verbetervoorstel. De school kiest vervolgens een van de twee thema’s, dat door de studenten wordt uitgewerkt in een implementatieplan. Van Ark: “Wat ik zelf een heel sterk punt van dit hele traject vind is dat we de studenten met heel

veel verschillende oplossingen, visies, methodes en ideeën in aanraking laten komen. Wij zeggen niet: het moet op deze manier. Elke school is immers anders, de visie van de school, de achtergrond van de kinderen, de werkwijze van de leerkrachten etc. Wat op school A perfect werkt, kan op school B een grote flop worden. Daarom leren studenten kritisch te zijn zodat ze bewust kunnen kiezen aan welk gezondheidsthema ze extra aandacht willen besteden en op welke manier ze dit gaan doen, zodat het een structurele verandering wordt.”

NASCHOLING

Inmiddels is het derde jaar van de pilot (module drie) bezig. Na het komende schooljaar 2018/2019, is de eerste generatie studenten klaar en kunnen ze vanaf 2019/2020 ermee aan de slag. De pilot zelf wordt in schooljaar 2018/2019 afgesloten met een nascholing (zie kader), post-HBO. “Op deze manier kunnen ook de huidige groepsleerkrachten worden opgeleid ▶

Studenten begeleiden het schaatspel tijdens de wintersportdag.

tot Specialist Sportieve en Gezonde School. Hierdoor hoeven we niet alleen te wachten op de nieuwe leerkrachten die met dit specialisme afstuderen van de PABO.”

Naast de zes deelnemende PABO's, zitten er ook nog eens acht PABO's in een klankbordgroep. Dat betekent al een behoorlijke dekking. Van Ark hoopt dat de PABO's het uiteindelijk allemaal in hun reguliere onderwijsaanbod gaan opnemen: “Dan kost het geen extra geld en tijd. Bovendien ben je dan niet afhankelijk van de financiering door VWS.”

Van Ark vindt het belangrijk dat het profiel 'Specialist Sportieve en Gezonde School' geen verplicht traject wordt voor studenten tijdens hun opleiding. “Wij merken dat iedere student wel ergens een passie voor heeft. En ik ben ervan overtuigd dat als jij voor dit onderwerp geen passie hebt en er niet het belang van inziet, dat je dan nooit een goede specialist op dit gebied kunt worden. Je bent namelijk niet gemotiveerd en zult je er verder ook niet in gaan verdiepen. Omgekeerd willen we graag studenten die bewust voor dit profiel kiezen omdat ze er de meerwaarde van inzien voor de school en voor de kinderen.”

EENDERDE

Op de PABO in Leiden kiest momenteel eenderde van de studenten voor het profiel 'Specialist Sportieve en Gezonde School'. “Als dat ook voor de andere PABO's gaat gelden, wil dat zeggen dat met een beetje een goede doorstroming over 30 jaar elke basisschool wel een leerkracht heeft met dat profiel.” Een andere ontwikkeling die Van Ark



optimistisch stemt, is dat scholen de laatste jaren meer bezig zijn met gezondheid. “Ik merk bij scholen dat ze niet altijd beschikken over de benodigde knowhow om de mooie interventies die ze uitvoeren ook structureel te maken. Ook is er niet altijd consequent beleid. Soms heeft een school een project over gezonde voeding. Vervolgens is er een paar weken daarna een avondvierdaagse, waar de school aan deelneemt en waar de ouders gevulde koeken en AA-drinkjes uitdelen. Een specialist Sportieve en Gezonde School zou ervoor zorgen dat zoiets niet gebeurt. En hij zorgt ervoor dat zo'n gezonde week het juiste vervolg krijgt en dat het in het hele schoolbeleid wordt doorgetrokken.” Van Ark noemt nog een ander voorbeeld: een lessenserie over mediawijsheid in de bovenbouw. “Als alleen de lessen worden gegeven en de ouders hier niet over geïnformeerd worden of wanneer er duidelijk afgesproken beleid komt is de kans groot dat iedereen na afloop van deze lessenserie weer op dezelfde manier doorgaat. In groep 7 mogen bijvoorbeeld wel de mobieltjes mee naar school, in groep 8 niet. En het is fijn voor ouders om te weten dat er op

school is gesproken over de 'gevaaren' van social media, dan kunnen zij hierop inspringen. Het is belangrijk om als school een gezondheidsthema op alle fronten aan te pakken, de Gezonde School heeft hier pijlers voor ontwikkeld: educatie (lessen), omgeving (o.a. de ouders), signalering en beleid. Deze pijlers komen continu in het traject Specialist Sportieve en Gezonde School terug.”

Ze legt uit hoe dat in de praktijk gaat werken: “Zo'n specialist geeft gewoon les en heeft daarna een aantal taakuren voor zijn specialisme, in dit geval de Sportieve en Gezonde School. Net zoals er leerkrachten zijn met bijvoorbeeld een specialisme Cultuur. De meerwaarde voor een basisschool zit hem erin dat er structureel aandacht voor komt zonder extra kosten en zonder extra tijdsinvestering. Want we weten dat zowel geld als tijd in het onderwijs schaars is.” ■

voor meer informatie kun je contact opnemen met Monique van Ark (ark.van.m@hsleiden.nl).