

De sportiefste basisscholen van Nederland 2024

De sportiefste basisscholen van Nederland hebben één ding gemeen: een 'vakleerkracht 2.0'. In dit artikel lees je hoe deze professionals op hun scholen - winnaar De Waterhof uit Delft en de mede-genomineerde Margarethaschool - zorgen voor sport en bewegen voor álle leerlingen, gedurende de hele dag. Van drie keer bewegingsonderwijs per week, tot begeleid buitenspelen en een stevig naschools aanbod. Deze voorlopers delen hun aanpak. | Eline Geschiere en Sarah Wouters

Vakleerkracht Nick Keijser, wat maakt De Waterhof de sportiefste basisschool van Nederland?

"Wij hebben gewoon veel sportieve kinderen op school!", begint Nick lachend. "Het gaat natuurlijk niet alleen om sportieve kinderen. We zorgen, juist als team, voor een kwaliteitsvolle, dynamische schooldag. Bewegen loopt bij ons als rode draad door de dag en zit in het DNA van onze school. De visie die de school heeft opgesteld voor bewegen is hier sturend in: onze kinderen mogen bijvoorbeeld maximaal een half uur achter elkaar stilzitten en daarna wordt er minimaal vijf minuten bewogen. Daardoor bewegen ze eigenlijk de hele dag door: van gymles tot beweegtussendoortjes en van begeleid buitenspelen tot bewegend leren. Bovendien hebben we een breed naschools aanbod – niet alleen voor kinderen die sport toch al leuk vinden, maar juist ook voor de kinderen die minder affiniteit hebben met bewegen."

Nora Bolderheij, hoe zorg je als directeur van De Waterhof voor voldoende tijd en middelen voor jullie sportieve ambities?

Nora: "Zoals bijna elke school besteden we onze formatie in de eerste plaats aan het vullen van alle groepen. Maar daarnaast durven wij eigen keuzes te maken. We kiezen bewust voor een fulltime vakleerkracht, ondanks dat we maar een kleine school zijn. Onze vakleerkracht Nick organiseert het bewegingsonderwijs en stuurt het Beweegteam aan. In het Beweegteam zitten naast de vakleerkracht ook groepsleerkrachten, de buurtsportcoach, kinderen en ouders. Daarbij is Nick de beweegambassadeur op school: hij zorgt ervoor dat bewegen op de agenda komt in de vergaderingen en geeft ons beleid hierop mede vorm." Daarnaast staat Nick met regelmaat op het plein om beweegactiviteiten te begeleiden, inspireert hij collega's door

beweegtussendoortjes voor te doen in de klas en geeft hij bewegend leren circuits samen met collega's.

Margarethaschool, Arnhem, 500 leerlingen

- drie lessen bewegingsonderwijs per week voor alle groepen door een vakleerkracht 2.0;
- groot naschools beweegaanbod;
- veel samenwerkingsverbanden met de wijk, Sportbedrijf Arnhem en Vitesse;
- aandacht voor motorische ontwikkeling;
- aandacht voor andere Gezonde School thema's.

Ook de Margarethaschool in Arnhem was genomineerd. We vroegen vakleerkracht Lars Olde-Nordkamp: Wat maakt jullie school zo sportief?

"Sport is bij ons niet alleen onderdeel van het curriculum", vertelt Lars trots, "het is echt onze leefstijl. Onze school staat in een wijk met veel gezinnen met lage inkomens. Daarom leren we de kinderen vaardigheden die ze later nodig hebben in de maatschappij. Sport is daarbij een krachtig middel. In de praktijk betekent dit, dat alle groepen 1 tot en met 8 drie keer per week bewegingsonderwijs krijgen van een vakleerkracht. We hebben daarbij extra aandacht voor kinderen met een motorische uitdaging. En we zorgen er, door middel van lokale samenwerking, voor dat de kinderen ook na school kunnen blijven bewegen. Zo kunnen alle kinderen bij ons op school hun talenten ontwikkelen op fysiek, sociaal en mentaal gebied."

Winnaar CSB De Waterhof, Delft, 300 leerlingen

- sterk planmatig bewegingsonderwijs door een vakleerkracht 2.0;
- dynamische schooldag;
- beweegtussendoortjes gedurende de lessen;
- begeleid buitenspelen middels Beweegwijs;
- inzet juniorcoaches.

Ton Meboer, kun jij als directeur van de Margarethaschool toelichten wat deze aanpak betekent voor jullie leerlingen?

Ton vertelt dat de Margarethaschool al veertig jaar inzet op kansgelijkheid. Sport en bewegen is daar onderdeel van. Ton: "In de wijk waar onze school staat zijn de meeste kinderen klein



behuisd. Er is veel beton en ouders hebben vaak ook niet de financiële middelen voor sport en bewegen. Door veel te bewegen en sporten op school, kunnen de kinderen even ontluichten en leren ze dingen die hen meer maatschappelijke kansen geven. En dan heb ik het niet over rekenen of taal, durf ik als directeur wel te zeggen. Maar over vaardigheden zoals concentreren en doorzetten, die ze later nodig hebben in het onderwijs en op het werk.”

Hoe bekostigen jullie die drie lessen bewegingsonderwijs per groep per week?

Ton: “Dat kunnen we gelukkig financieren op een manier die niet ten koste gaat van taal en rekenen. We gebruiken enerzijds middelen uit onze formatie en hebben daarnaast het voordeel dat we – vanwege het type wijk waarin wij actief zijn – wat extra middelen van de overheid krijgen. Die middelen gebruiken we niet om de klassen kleiner te maken, maar om de kwaliteit van ons bewegingsonderwijs te verhogen. Dus samengevat: geld uit de formatie, subsidies én scherpe keuzes durven maken waarbij je het hele team goed betreft.” Lars vult aan: “We zetten al twaalf jaar in op deze aanpak, dus voor veel collega’s is zoveel bewegen intussen vanzelfsprekend. Nieuwe collega’s nemen we goed mee in onze visie en ook zij zien al snel: hun leerlingen komen na een beweegles rustiger

terug in de klas, de leeropbrengsten gaan omhoog en er zijn een stuk minder ruzietjes en gedoe op school. Dan zijn zij ook gauw overtuigd!”

Even terug naar De Waterhof en – volgens de jury – de vernieuwende aanpak van bewegingsonderwijs van vakleerkracht Nick. Wat houdt die aanpak in?

Nicks gouden tip voor andere vakleerkrachten voor innovatief bewegingsonderwijs is werken in ‘lessenreeksen’. “Wij werken altijd drie lessen achter elkaar aan dezelfde doeldomeinen. In les één en twee gaat het om beter leren bewegen en samen bewegen regelen. In derde les vindt een accentverschuiving plaats. Daar gaat het meer om bewegen waarderen. In de derde les gaan kinderen samen aan de slag: hoe kunnen ze het creatiever en uitdagender maken? We dagen ze uit zelf de regels en de spelvorm te bepalen. Uiteraard lopen deze perspectieven door elke les heen. Het gaat om het accent gedurende de lessenreeks. En nee, lessenreeksen zijn niet saai. Je bespaart op instructietijd en hebt dus meer zuivere beweegtijd. Zo zorgen we voor verdieping binnen het doeldomein.”

De Waterhof werkt ook met Juniorcoaches. Wat zijn dat en wat levert die manier van werken op?

“Vanaf groep 3 zetten we de kinderen drie keer per jaar in als juniorcoach”,

legt Nick uit. “Je helpt dan samen met andere kinderen bij de beweegactiviteiten op school. Vanaf groep 6 ga je zelfs een uur uit de les om te helpen bij de gymles van de kleuters. In groep 7 help je bij de schoolpleinactiviteiten van de kleuters en in groep 8 bij de schoolpleinactiviteiten van de midden- en bovenbouw. Aan de rol van juniorcoach koppelen we bewust ook regeltaken. Die regeltaken verdelen we in drie thema’s: arrangeren, assisteren en afspreken. Kinderen leren als juniorcoach hoe ze ervoor kunnen zorgen dat alle kinderen uit het groepje een fijn gevoel hebben tijdens het bewegen. Ze leren te enthousiasmeren op een manier die sociaal en fysiek veilig is. Enerzijds leren ze zich van jongs af aan uit te durven spreken tegen andere kinderen over regelovertredingen of verkeerd gedrag. Maar ook hoe ze daarbij aan hoor en wederhoor kunnen doen en hoe ze een waardevol compliment of aanwijzing kunnen geven. Dat zijn allemaal waardevolle burgerschapsvaardigheden voor later.”

Scan of klik [hier](#) naar het artikel in LO Magazine over juniorcoaches op De Waterhof



De Margarethaschool blinkt volgens de jury uit in de goede samenwerking met de wijk, vooral ten aanzien van het naschools beweegaanbod. We vroegen Lars hoe hij dat voor elkaar krijgt.

Lars: “Wij werken inderdaad intensief samen met de wijk en dat is een kwestie van jarenlang investeren. We zochten actief de samenwerking op met sportverenigingen, met de gemeente en met Vitesse. We begonnen dicht bij huis, bij het sportpark in de wijk. De verenigingen daar wilden graag nieuwe aanwas, zodat ze in de wijk kunnen blijven bestaan. En wij willen graag meer bewegen op school. Vanuit die gesprekken zijn we gaan werken met clinics en vervolgens met naschoolse activiteiten. We bieden maar liefst zeven naschoolse activiteiten per week! We monitoren het

naschoolse aanbod en de leerlingen hebben veel inspraak. Zo kunnen we hen steeds nieuwe dingen bieden. We overleggen vier keer per jaar met de sportverenigingen en de gemeente om te kijken wat we nog meer kunnen organiseren. Intussen komen clubs ook zelf

naar ons toe, omdat ze graag de jeugd willen bereiken en weten dat wij kunnen helpen. Zo is ook de samenwerking met de hockeybond ontstaan: wij hebben nu een schoolsportvereniging die elke week een wedstrijdje speelt tegen lokale hockeyclubs."

Wat is de verkiezing Sportiefste School van Nederland?

Elk jaar organiseert de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO) met NOC*NSF, Kenniscentrum Sport & Bewegen en Special Heroes de verkiezing voor de Sportiefste School van Nederland. Alle scholen voor regulier en speciaal onderwijs kunnen meedoen. Het doel van deze verkiezing is het waarderen van scholen en vaksecties die een buitengewoon goed of innovatief aanbod van bewegen en sport hebben voor hun leerlingen. En het inspireren van andere scholen met deze 'best practices'. Het ene jaar staat het basisonderwijs centraal, het andere jaar het voortgezet onderwijs. Een deskundige vakjury toetst het sport- en beweegbeleid en -aanbod.



Lars wil graag van zijn vakgenoot Nick weten: Waarom hebben jullie gekozen voor de dynamische schooldag?

Nick vertelt dat er voor De Waterhof twee aanleidingen waren om de dynamische schooldag in te voeren. "Allereerst waren er veel conflicten tijdens het buitenspelen en dat werkte door in de sfeer op school. Ik ben gaan kijken in de pauzes en schrok van wat ik zag: een heel druk schoolplein, alle leeftijden door elkaar, weinig materiaal om mee te spelen, er werd ruw gevoetbald en collega's die simpelweg aan het wachten waren tot het mis ging. Het aanpakken van het buitenspelen door beweegaanbod te organiseren op het schoolplein, was onze eerste stap."

De tweede aanleiding voor meer sport en bewegen op De Waterhof, was het gedrag in de klassen. Nick: "Groepsleerkrachten vertelden me: 'De kinderen hebben geen motivatie voor taal of rekenen, maar in de gymles hebben ze wél zin. Want ze mogen bewegen!' Dan benoem je eigenlijk zelf meteen de oplossing", zegt Nick. "We zijn met een groepje enthousiaste collega's gaan kijken: hoe kunnen we meer bewegen tijdens de les? Daar zijn de beweegtussendoortjes uit ontstaan. Daar moeten sommige groepsleerkrachten even aan wennen, want: 'Bewegen in de klas is zo druk.' Wat ik dan eigenlijk hoor is: 'Ik voel me niet competent.' Dan vraag ik of ik het mag komen voordoen in de klas. En als je een paar keer met de kinderen beweegt en ze vinden het leuk – dan kun je ook zeggen: jongens, we gaan hier alleen mee door als je je een beetje gedraagt. Dat blijkt te werken."

Nick heeft ook een weder-vraag voor Lars: Hoe zorgt de Margarethaschool náást drie keer gymles, voor voldoende dynamiek op school?

Lars: "Ook wij werken met energizers zodat leerlingen niet te veel stil zitten. Met bewegend leren gaan we nog een stap verder, daar gebruiken we de Fit & Vaardig methode voor. Zo betrekken we ook de



groepsleerkrachten bij meer bewegen op school. In onze vacatures staat niet voor niets dat we energieke leerkrachten zoeken, met affiniteit voor sport en bewegen.

Nick en Lars hebben tot slot advies voor scholen die nog aan het begin staan.

Nick adviseert om te starten met het stimuleren van meer bewegen op het

schoolplein. "Het is misschien vloeken in de kerk, maar dat is misschien nog wel belangrijker dan de gymles. Kinderen gymmen 90 minuten per week, maar spelen wel drie tot vier uur buiten! Het schoolplein is een mini-maatschappij, waar kinderen zoveel meer leren dan alleen de motorische vaardigheden. Denk aan het elkaar helpen en samen organiseren. Zorg vervolgens voor extra beweegmomentjes tijdens de lessen op school. Pas als laatste komt bewegend leren aan bod, want het vraagt behoorlijk veel om dat goed neer te zetten."

Lars vult aan: "Zorg ook dat je als vakleerkracht in de Medezeggenschapsraad en in het managementteam zit. Als je bewegen goed positioneert vanuit de strategie en het beleid van de school, kun je over veel meer aspecten van bewegen op school meedenken, dan alleen over de gymles. Je hebt meer invloed om sport en bewegen op de kaart te zetten."

Thema van 2024: Vakleerkracht 2.0

Dit jaar ging de jury op zoek naar een school met een 'vakleerkracht 2.0': de brede rol van de vakleerkracht bewegingsonderwijs binnen de school in het stimuleren van bewegen en sporten. Volgens Wiebe Faber van de KVLQ stoelt de vakleerkracht 2.0 op zes pijlers:

- 1 Lesinhoud: de vakleerkrachten 2.0 werken vanuit een helder Vakwerkplan met een Jaarplanning waarin alle leerlijnen aan bod komen. Daarbinnen zorgen ze voor differentiatie op verschillende niveaus voor diverse typen leerlingen. Ook komen in hun lessen de reguleringsdoelen aan bod, zoals samenwerken en opruimen.
- 2 School: vakleerkrachten 2.0 zijn een verbinder op school. Ze opereren niet solistisch in de gymzaal, maar zorgen voor goede overdracht naar groepsleerkrachten, zijn intern begeleider voor leerlingen die extra aanbod of aandacht nodig hebben. Ook bemoeien zij zich intensief met het schoolbeleid op gebied van bewegen.
- 3 Meerwaarde: deze vakleerkrachten hebben een grote meerwaarde buiten de gymles. Ze zijn actief op het schoolplein bij het buitenspelen. Ze zetten peer-teaching in, waarbij de bovenbouw bijvoorbeeld helpt bij bewegingsonderwijs van kleuters. Deze vakleerkracht faciliteert bewegen voor alle leerlingen gedurende de hele dag. Bijvoorbeeld door ondersteuning aan de groepsleerkrachten met kleine beweegmomenten of bewegend leren.
- 4 Professional: vakleerkrachten 2.0 blijven zichzelf scholen en het brede beweegaanbod op school verbeteren en vernieuwen. Verbinding met directie, groepsleerkrachten, ouders en de wijk is daarbij het belangrijkste.
- 5 Doorverwijzing: ze volgen leerlingen en weten wat er (extra) nodig is. Ze begeleiden leerlingen bij naschools aanbod in sport en bewegen. En werken samen met het Jeugdfonds Sport & Cultuur voor wie een steuntje in de rug nodig heeft.
- 6 Omgeving: tot slot doen vakleerkrachten 2.0 aan intervisie met vakgenoten, bijvoorbeeld in een vakgroep, voor intervisie met vakgenoten. Ze onderhouden ook goed contact met buurtsportcoaches en de gemeente.



Contact

eline.geschiere@kenniscentrumsporten-bewegen.nl

Eline Geschiere is Specialist Beweging-gedrag - Onderwijs en Jeugd bij Kenniscentrum Sport & Bewegen

Foto's

Kenniscentrum Sport en Bewegen

Kernwoorden

sportieve po-school, verkiezing Sportieve Basisschool, vakleerkracht 2.0