

CONCEPT

SPORT- EN BEWEEGPLAN

# Op weg naar een sportieve (brede) school

## Inhoudsopgave

1. Aanleiding
2. Stand van zaken sport- en beweegaanbod
  - 2.1 Beleid
  - 2.2 Organisatie en samenwerking
  - 2.3 Aanbod
  - 2.4 Kader
  - 2.5 Sport- en beweegruiimte
3. Visie en uitgangspunten
4. Doelstelling
5. Doelgroep
6. Activiteitenprogramma's
  - 6.1 Bewegingsonderwijs
  - 6.2 Zorgverbreding
  - 6.3 Sportoriëntatie en keuze
  - 6.4 Thema's sport en bewegen
  - 6.5 Sportieve buitenruimte
  - 6.6 Kwaliteitsimpuls sportverenigingen
7. Organisatie en samenwerking
8. Planning
9. Evaluatie
10. Begroting

## Bijlage

Toelichting activiteitenprogramma's

## 1. Aanleiding

Kinderen bewegen, spelen en sporten graag. Bewegend verkennen kinderen hun omgeving zowel op school, in de buurt als bij de sportvereniging. Deze natuurlijke bewegingsdrang komt goed van pas en moet optimaal benut worden. Want sport en bewegen is niet alleen leuk om te doen, maar het levert ook een wezenlijke bijdrage aan allerlei motorische, psychosociale en cognitieve vaardigheden. Kinderen die bewegen leren samenwerken, zich te houden aan regels en afspraken, omgaan met niveauverschillen, het verleggen van de eigen grenzen, anderen te helpen en het vergroten van de weerbaarheid en zelfvertrouwen. De laatste jaren wordt ook vanuit gezondheidskundig perspectief sport en bewegen een grote rol toegedicht. Kinderen worden te dik, bij 1 op de 7 kinderen is er sprake van overgewicht, een verdubbeling ten opzichte van 1980.

Steeds meer scholen hebben aandacht voor de rol en betekenis van sport en bewegen van jonge kinderen zowel binnen als buiten de schoolmuren. Het aantal brede scholen neemt toe en daarnaast hebben de scholen de verantwoordelijkheid om voor- en naschoolse opvang te regelen. De vraag naar informatie over een sportaanbod neemt dan ook toe.

Het rijk beoogt een uitbreiding van het aantal brede scholen met een sport- en culturaanbod zodat kinderen en jongeren de kans krijgen hun talenten optimaal te ontplooiën, sociale vaardigheden op te doen en plezier te hebben. Door middel van de impuls brede scholen, sport en cultuur wil men maar liefst 2500 combinatiefuncties op brede scholen, bij sportverenigingen en in de cultuursector realiseren. De combinatiefunctionaris is een professional in dienst bij één werkgever maar werkzaam in of voor meerdere sectoren. Een voorbeeld van een combinatiefunctionaris is een vakleerkracht of een trainer die naschoolse sportactiviteiten organiseert op school of op de sportvereniging.

Dit sport- en beweegplan is een instrument waarmee de school die werk wil maken van sport en bewegen keuzes kan maken op het gebied van sport, bewegen en gezondheid. Keuzes die gebaseerd zijn op een visie over wat de school wil met sport en bewegen. Keuzes die hoogst waarschijnlijk ook worden ingegeven door mogelijkheden aan te sluiten bij gemeentelijk beleid (sportbeleid, onderwijsbeleid, speelruimtebeleid, gezondheidsbeleid, welzijnsbeleid, ...). Aan het eind van de rit ligt er een concreet sport- en beweegplan dat zowel inhoudelijk als financieel ingebed moet zijn in het schoolbeleid.

## 2. Stand van zaken sport- en beweegaanbod (brede) school

Om de huidige en de gewenste situatie van het sport- en beweegaanbod van de (brede) school in kaart te brengen wordt aan de hand van vijf categorieën gescoord op een aantal sportieve kenmerken (bron: nisb; sportieve basis voor de brede school). Op een schaal van 0 t/m 4 kan per kenmerk aangegeven worden in hoeverre de (brede) school hieraan voldoet. 0=voldoet helemaal niet, 1=voldoet meestal niet, 2=voldoet soms wel, soms niet, 3=voldoet meestal niet en 4=voldoet helemaal.

### 2.1. Beleid

Het sport- en beweegplan moet breed gedragen worden zowel binnen de school als bij partner-organisaties. Het is van belang dat het plan een structurele plek krijgt binnen de diverse beleidsplannen.

	Beleid	Score
Draagvlak	1. Er is voldoende draagvlak bij het bestuur en de directie voor sport en bewegen.	
	2. Er is voldoende draagvlak bij het schoolteam.	
	3. Er is voldoende draagvlak bij de overige medewerkers.	
Verankering	4. Sport en bewegen heeft een duidelijke plek in het schoolbeleid/ schoolwerkplan of er is een apart sport- en beweegplan.	
	5. De school profileert zich met sport en bewegen.	
	6. Er is een gezamenlijk sportieve visie geformuleerd.	
Doelstellingen	7. Er zijn aparte doelstellingen voor het binnen- en buitenschools sport- en beweegaanbod geformuleerd.	
	8. Deze doelstellingen voldoen aan de SMART criteria.	
	9. De doelstellingen worden gemonitord of getoetst.	
Financieel	10. Er is een meerjarenbegroting die de financiering van het sport- en beweegprogramma waarborgt.	
Vakoverstijgend	11. Er is aandacht voor sport en bewegen in andere lessen dan lichamelijke opvoeding, of als tussendoortje in de klas.	

### 2.2. Organisatie en samenwerking

De brede school is bij uitstek de plek waar samenwerking tot stand komt dan wel gerealiseerd wordt.

	Organisatie en samenwerking	Score
Samenwerking	1. De brede school werkt samen met minimaal drie (sport) organisaties uit BOS t.b.v. het sport- en beweegprogramma.	
	2. Er is een goede samenwerking op zowel beleids- als uitvoeringsniveau.	
Afstemming aanvangstijden	3. De begin- en eindtijden van naschoolse sport- en beweegactiviteiten zijn op elkaar afgestemd.	
	4. De sport- en beweegactiviteiten zijn afgestemd op de andere brede school activiteiten, zoals cultuur, ict.	
Afstemming inhoud	5. De inhoud van de sport- en beweegactiviteiten die binnen en buiten schooltijd georganiseerd worden zijn op elkaar afgestemd.	
Afstemming werkwijze	6. De werkwijze van de verschillende partners is organisatorisch op elkaar afgestemd.	
Afstemming pedagogisch	7. Er zijn goede afspraken gemaakt over het creëren van een pedagogisch klimaat binnen de brede school en de sportactiviteiten.	

### 2.3. Aanbod

Wil het aanbod voldoen aan de wensen en verwachtingen van de leerlingen dan moet het aan een aantal randvoorwaarden voldoen.

	Aanbod	Score
Voor iedereen	1. Er is een sport- en beweegaanbod voor alle leerlingen.	
	2. Er is een sport- en beweegaanbod voor andere groepen uit de buurt, zoals ouders, buurtbewoners, jongeren en/of personeel.	
Laagdrempelig	3. De randvoorwaarden (tijd, geld, locatie) maken het sport- en beweegaanbod makkelijk bereikbaar.	
	4. In het sport- en beweegaanbod is expliciet aandacht voor niet-sporters en de minder sportieve leerling.	
Gevarieerd	5. In het sport- en beweegaanbod komen zowel teamsporten, duo sporten als individuele sporten aan bod.	
	6. De brede school biedt minimaal vijf verschillende sporten per schooljaar aan (in cursus of cyclus) voor iedere leerling.	
Aansluiting belevingswereld & jp	7. De leerlingen zijn geraadpleegd over het sportaanbod en hebben erover meebeslist.	
	8. De leerlingen hebben het sport- en beweegaanbod meegeorganiseerd en uitgevoerd.	
Frequentie	9. De brede school biedt elke dag een sport- en beweegaanbod, binnen en/of buiten schooltijd (incl. gymles).	
	10. De brede school biedt, per dag dat er activiteiten zijn, meerdere keuzemogelijkheden in sportactiviteiten.	

### 2.4. Kader

Goed gekwalificeerd kader, op zowel coördinerend als uitvoerend niveau, kan het succes van sport- en beweegactiviteiten bij de kinderen maken en breken.

	Kader	Score
Vakleerkracht	1. Er is een vakleerkracht die (een deel van)de lessen bewegingsonderwijs verzorgt.	
Sport-coördinator	2. Er is een beweegmanager/sportcoördinator aangesteld in de brede school, die de benodigde uren gefaciliteerd krijgt.	
Voldoende uitvoerders	3. De brede school heeft voldoende trainers en begeleiders voor de begeleiding van sport- en beweegactiviteiten.	
Goede uitvoerders	4. De uitvoerders bezitten de juiste kwaliteiten om een goede relatie met de kinderen op te bouwen.	

## 2.5. Sport- en beweegruimte

De inrichting van een schoolomgeving die uitdaagt om te bewegen is een belangrijke voorwaarde om kinderen in beweging te krijgen en te houden.

	Sport- en beweegruimte	Score
Binnenruimte	1. De brede school heeft meer dan standaard binnenruimtes die gebruikt kunnen worden voor sport en bewegen.	
	2. De binnenruimtes die gebruikt (kunnen) worden voor sport en bewegen zijn geschikt voor meerdere sportactiviteiten en sportieve gebruikers.	
Buitenruimte	3. Er is meer dan standaard (alleen schoolplein) buitenruimte beschikbaar voor sport en bewegen.	
	4. Er wordt gebruik gemaakt van sportieve buitenruimte in de omgeving van de brede school.	
	5. Het schoolplein is ingericht voor /nodigt uit om te bewegen.	
	6. Er is een ruime hoeveelheid goed sport- en spelmateriaal beschikbaar.	
	7. Het schoolplein is na schooltijd opengesteld voor kinderen uit de buurt en organisaties die er iets organiseren.	

## 3. Visie en uitgangspunten

Voorgaande analyse geeft inzicht in de verbeterpunten voor de toekomst. Deze zijn richtinggevend voor de visie en uitgangspunten van de school ten aanzien van het sport- en beweegaanbod en de aandacht voor een gezonde en actieve leefstijl. Aansluitend bij de brede school visie moet dit leiden tot een aantal keuzes. Hieronder volgen een aantal overwegingen waarop de (brede) school haar keuzes kan bepalen.

- *De kwaliteit van het bewegingsonderwijs*  
Kinderen die in de gymzaal 'goed uit de voeten' kunnen hebben een levenlang plezier in sporten. Dit betekent dat het bewegingsonderwijs verzorgd wordt door een vakleerkracht die werkt met een methode, de vorderingen van de leerlingen registreert in een leerlingvolgsysteem en zijn collega groepsleerkrachten coacht.
- *Zorg voor de 'mindere' beweging*  
Kinderen die 'bewegend buiten de boot vallen' vanwege motorische of gedragsmatige achterstanden worden opgevangen in een speciale voorziening, bijvoorbeeld Club Extra of Sportmix.
- *Sportoriëntatie*  
We vinden het van belang dat kinderen kennismaken met de sport- en beweegcultuur door middel van diverse binnen- en buitenschoolse sportkennismakingsactiviteiten.
- *NNGB*  
In de wetenschap dat slechts 33% van de jongens en 22% van de meisjes tot 17 jaar voldoet aan de Nederlandse norm voor gezond bewegen (60 minuten per dag bewegen) wil de school een bijdrage leveren aan het behalen van deze norm. Te weinig lichaamsbeweging kan op latere leeftijd leiden tot hart- en vaatziekten, overgewicht, diabetes en verschillende vormen van kanker.
- *Overgewicht bij kinderen*  
Overgewicht ontstaat door een verstoorde balans tussen energie inname (voeding) en energieverbruik (beweging). De laatste 20 jaar is het aantal kinderen met overgewicht verdubbeld. 1 op de 8 kinderen is te dik. De (brede) school vindt het haar taak om een bijdrage te leveren in het tegengaan van overgewicht.

- *Sport en bewegen als middel*  
De (brede) school ziet sport en bewegen als middel om bij te dragen tot gezondheid, sociale ontwikkeling (ontmoeten, samenwerken, omgaan met regels, fair play), mentale ontwikkeling (discipline, doorzetten, concentratie, zelfbeeld), cognitieve ontwikkeling (verbeteren leerprestaties), etc....
- *Sportieve buitenruimte*  
Hoe bewegingsvriendelijk is de omgeving en biedt deze omgeving uitdaging om te bewegen.

## 4. Doelstelling

De visie en uitgangspunten worden vertaald in een doelstelling met daarbij een of meerdere subdoelstellingen.

Een voorbeeld van een algemeen hoofddoel:

Onze brede school ontwikkelt zich tot een sportieve brede school waar methodisch bewegingsonderwijs wordt gegeven door een vakleerkracht bewegingsonderwijs, er zorg is voor de mindere bewegers en een doorlopend activiteitenprogramma voor alle leeftijden onderdeel is van het schoolbeleid. Er is structurele samenwerking tot stand gebracht tussen binnen- en buitenschoolse partners.

De subdoelstellingen worden meer beschreven op het niveau van de activiteitenprogramma's (zie punt 6) waarbij het van belang is om de doelen SMART te formuleren. SMART staat voor specifiek, meetbaar, acceptabel, realistisch en tijdgebonden.

## 5. Doelgroep

De doelgroep is in de meeste gevallen zowel de kinderen als de ouders. Het is echter van belang om de kenmerken nader te specificeren naar leeftijdsgroep, geslacht, afkomst en sportparticipatie.

Bijvoorbeeld:

- inactieve kinderen
- kinderen onderbouw met motorische achterstanden
- kinderen bovenbouw met zorgbehoefte op het gebied van gedrag
- kinderen met overgewicht en hun ouders

## 6. Activiteitenprogramma's

In het verlengde van de visie en doelstelling(en) worden activiteiten gekozen die een bijdrage kunnen leveren aan hetgeen de school wil bereiken met sport en bewegen. De activiteiten zijn in dit format ondergebracht in een aantal programma's, namelijk:

- bewegingsonderwijs
- zorgverbreding
- sportoriëntatie en keuze
- flankerende thema's
- sportieve buitenruimte
- kwaliteitsimpuls sportverenigingen

Afhankelijk van de lokale situatie worden keuzes gemaakt op welke programma's en activiteiten wordt ingezet en hoe een en ander wordt uitgewerkt. In de uitwerking moet ook verder nagedacht worden over zaken als taakverdeling, benodigde menskracht en kosten.

Door middel van onderstaande 'invultabellen' ontstaat een eerste opzet voor een actieplan.

### 6.1. Bewegingsonderwijs

Bewegingsonderwijs			
<p>Doel: Het doel van bewegingsonderwijs is leerlingen bekwaam te maken voor zelfstandige, verantwoorde, perspectiefrijke en blijvende deelname aan de bewegingscultuur. (Stegeman, belang van bewegingsonderwijs).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Er wordt op school gebruik gemaakt van een methode voor bewegingsonderwijs (bijv. bewegen samen regelen, stroes en van gelder, methode Epe).</li> <li>- Een (duale) vakleerkracht bewegingsonderwijs verzorgt het bewegingsonderwijs.</li> <li>- Groepsleerkrachten worden ondersteund/gecoacht bij het verzorgen van bewegingsonderwijs.</li> <li>- De vorderingen van de leerlingen worden gevolgd door middel van een leerlingvolgsysteem.</li> </ul>			
Wat	Voor wie	Door wie	Wanneer
Invoeren methode bewegingsonderwijs			
Aanstellen (duale) vakleerkracht			
Invoeren leerlingvolgsysteem			
Bewegingsonderwijs in het speellokaal			
Bijscholing/instructie/coaching groepsleerkrachten			



## 6.2. Zorgverbreding

Zorgverbreding			
<p>Doel: Doel is om kinderen met overgewicht, die inactief zijn of een motorische en/of gedragsmatige achterstand hebben het plezier in bewegen te laten (her)ontdekken en om hen (opnieuw) aansluiting te laten vinden bij sport- en bewegingsactiviteiten.</p> <p>..% van de 'zorgleerlingen' neemt deel aan een van onderstaande activiteiten.</p> <p>..% van deze leerlingen vindt na verloop van tijd weer aansluiting bij de reguliere sportclub.</p>			
Wat	Voor wie	Door wie	Wanneer
Alle leerlingen actief!			
Fysiotherapie			
MRT			
Club Extra			
SportMix			
Schoolzwemmen			
Overgewichtprogramma (bijv. diëtist, beweegprogramma)			

## 6.3. Sportoriëntatie en keuze

Sportoriëntatie en keuze			
<p>Doel: Het bevorderen van een actieve en gezonde leefstijl en het vergroten van deelname aan sport- en beweegactiviteiten zowel binnen als buiten de school, waarbij extra aandacht uitgaat naar de niet-actieve leerlingen.</p> <p>..% van de leerlingen doet mee aan het naschools sport- en beweegaanbod</p> <p>..% van de leerlingen voldoet aan de beweegnorm: 60 minuten bewegen per dag</p> <p>..% van de leerlingen is lid van een sportvereniging</p>			
Wat	Voor wie	Door wie	Wanneer
<i>Kennismaking voorschools</i> - beweegkriebels			
<i>Kennismaking onder schooltijd</i> - trainers voor de klas - pauzesport			
<i>Kennismaking na schooltijd</i> - sportinstuiven - kaboutersport - beweegplezier vanaf 4/BSO			
<i>Kennismaking bij de sportclub</i> - scholierensport			
<i>Schoolsportcyclus</i> - schoolsporttoernooien - schoolspordagen			

#### 6.4. Thema's sport en bewegen

Thema's sport en bewegen			
Doel: Kinderen maken kennis met en raken vertrouwd met maatschappelijke aspecten van sport en bewegen zoals sport en gezondheid, sport en fair play, sport en handicap.			
Wat	Voor wie	Door wie	Wanneer
<i>Sport en gezondheid</i> - Kies voor Hart en Sport - Lekker Fit - De Klas beweegt - Talentvol schoolbezoek			
<i>Sport en Fair Play</i> - Gastles Fair Play - Lesmateriaal - Talentvol schoolbezoek - Sportcode tijdens schoolsport			
<i>Sport en Handicap</i> - (S)cool on Wheels			

#### 6.5. Sportieve buitenruimte

Sportieve buitenruimte			
Doel: Het creëren van voorzieningen ten behoeve van een bewegingsvriendelijke omgeving op school.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- (Her)inrichting van het schoolplein.</li> <li>- Er is divers sport- en spelmateriaal beschikbaar zowel voor, tussen als na schooltijd.</li> <li>- Ontwikkelen van een beweegprogramma op het schoolplein.</li> <li>- Het schoolplein is ook na schooltijd toegankelijk.</li> <li>- Er zijn regels/afspraken opgesteld hoe met elkaar om te gaan op het speelplein.</li> <li>- Via de methode mediation worden de afgesproken regels gehandhaafd.</li> </ul>			
Wat	Voor wie	Door wie	Wanneer
Inrichting buitenruimte			
Spelkisten/materiaal			
Beweegprogramma			
Openstellen schoolplein			
Gedragsregels (afspraken, fair play, kanjerafspraken)			
Mediation (conflicthantering)			

## 6.6. Kwaliteitsimpuls sportverenigingen

Kwaliteitsimpuls sportverenigingen			
<p>Doel: Sportverenigingen die betrokken zijn bij de uitvoering van dit sport- en beweegplan zijn geïnformeerd over de pedagogische waarden en normen van de school en nemen deze mee in hun aanbod.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainers/begeleiders die betrokken zijn bij sportkennismakingsactiviteiten van de (brede) school maken gebruik van de kennismakingsmappen die ontwikkeld zijn door de sportbonden.</li> <li>- Trainers/begeleiders die betrokken zijn bij sportkennismakingsactiviteiten van de (brede) school hebben deel genomen aan de workshop Kanjers in de Sport.</li> </ul>			
Wat	Voor wie	Door wie	Wanneer
Binnen en buitenschools leren m.b.v. kennis-makingsmap sportbond	Jeugdbegeleiders/bestuur		
Kanjers in de sport	Jeugdbegeleiders/bestuur		
Sportieve omgang met jeugd	Jeugdbegeleiders/bestuur		

## 7. Organisatie en samenwerking

Om de uitvoering van het sport- en beweegplan in goede banen te leiden is het van belang om de organisatie en samenwerking structureel te organiseren.

De (brede) school is de uitvalsbasis omdat hier de leerlingen direct benaderd kunnen worden. Allereerst moet dan ook de interne organisatie binnen de school geregeld zijn. Is er een schoolsportcommissie, is er een sportcoördinator, maakt de school onderdeel uit van een samenwerkingsverband in het kader van brede school, Buurt-Onderwijs-Sport of de Impuls Brede school, sport en cultuur? Oftewel, hoe wordt binnen de school de ontwikkeling en uitvoering van het sport- en beweegplan gecoördineerd?

De belangrijkste samenwerkingspartners bij de uitvoering van het sport- en beweegplan zijn de school en de sportaanbieders. Samenwerking moet ertoe leiden dat een aantal sportaanbieders zich duurzaam wil verbinden aan dit sport- en beweegplan. Dit betekent dat voor langere termijn samenwerkingsafspraken gemaakt worden.

Indien er nog geen overlegstructuur is is het van belang om een projectteam samen te stellen die gezamenlijk verantwoordelijk is voor de ontwikkeling en uitvoering van het sport- en beweegplan. Het projectteam kan bestaan uit de volgende personen/organisaties:

Organisatie	Vertegenwoordig door	Taak/deskundigheid
(Brede) school		
Gemeente/sportloket		
Lokale sportraad		
Sportvereniging		
Kinderopvang		
Peuterspeelzaal		
.....		

## 8. Planning - Voorbeeld van een sport- en beweegkalender schooljaar

<u>Bewegingsonderwijs</u>	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dec.	Jan.	Febr.	Maart	Apr.	Mei	Juni	Juli
Methode BSR		Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 5 en 6	Groep 5 en 6	Groep 5 en 6	Groep 7 en 8	Groep 7 en 8	Groep 7 en 8		
Vakleerkracht	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8
LVS	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8
Speellokaal		Groep 1 en 2	Groep 1 en 2	Groep 1 en 2	Groep 1 en 2	Groep 1 en 2	Groep 1 en 2	Groep 1 en 2	Groep 1 en 2	Groep 1 en 2	Groep 1 en 2	
<u>Zorgverbreding</u>	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dec.	Jan.	Febr.	Maart	Apr.	Mei	Juni	Juli
MRT		Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	
Club Extra		Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	
Overgewichtprogr.						Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4	Groep 3 en 4			
<u>SOK</u>	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dec.	Jan.	Febr.	Maart	April	Mei	Juni	Juli
Beweegkriebels		PSZ	PSZ									
Trainers voor de klas					Groep 4 en 5	Groep 4 en 5	Groep 4 en 5					
Pauzesport	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8
Kaboutsersport			Groep 1 en 2	Groep 1 en 2				Groep 1 en 2	Groep 1 en 2			
Scholiersensport								Groep 6 t/m 8	Groep 6 t/m 8	Groep 6 t/m 8	Groep 6 t/m 8	
Schoolsporttoernooien												
Sportdagen												

<u>Thema's</u>	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dec.	Jan.	Febr.	Maart	April	Mei	Juni	Juli
Gezondheid Lekker Fit						Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8	Groep 3 t/m 8				
Fair Play Kanjers	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	Groep 1 t/m 8	
<u>Ruimte</u>	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dec.	Jan.	Febr.	Maart	April	Mei	Juni	Juli
(Her)inrichting												
Openstellen na schooltijd i.s.m. SBW												
Spelkist/materiaal												
Gedragsregels Kanjerafspraken												
<u>Kwaliteitsimpuls sv</u>	Aug.	Sept.	Okt.	Nov.	Dec.	Jan.	Febr.	Maart	April	Mei	Juni	Juli
Kanjers in de sport												

## 9. Evaluatie

Een goede evaluatie levert zicht op de resultaten en effecten door o.a. onderstaande vragen te beantwoorden:

- Zijn de doelstellingen gehaald?
- Zijn de geplande activiteiten en maatregelen daadwerkelijk uitgevoerd?
- Hebben ze het gewenste effect behaald?

Daarnaast is het goed om het proces onder de loep te nemen door te kijken naar:

- Hoe functioneert de interne organisatie?
- Hoe heeft de projectgroep gefunctioneerd?
- Hoe verloopt de samenwerking tussen de verschillende partners?
- Wat zijn knelpunten en mogelijk verbeterpunten?
- etc...

## 10. Begroting

Op basis van de keuze voor de activiteitenprogramma's kan een overzicht worden gemaakt van de kosten.

## Bijlage - Toelichting activiteitenprogramma's

### 1. Bewegingsonderwijs

#### Bewegen Samen Regelen (voorbeeld methode)

Met de methode 'Bewegen Samen Regelen' wordt een impuls gegeven aan de kwaliteit van het bewegingsonderwijs op de basisschool. De scholen krijgen in kant en klare lesmappen een lesmethode aangereikt die is gebaseerd op het basisdocument bewegingsonderwijs. De onderwijzers worden methodisch en didactisch ondersteund bij het werken met deze methode.

#### Leerlingvolgsysteem

Een voorbeeld is het beleves leerlingvolgsysteem. Dit digitale systeem is gebaseerd op de leerlijnen en tussendoelen van het basisdocument bewegingsonderwijs. Het is een didactisch hulpmiddel waarmee de leerkracht op basis van zijn/haar observaties adequate leerhulp kan bieden. Daarnaast kan het gebruikt worden om zwakke leerlingen te signaleren die extra hulp en aandacht nodig hebben.

#### Bewegingsonderwijs in het speellokaal

Is een methode voor bewegingsonderwijs aan kleuters in het speellokaal. Het is een praktijkboek waarin bewegingsactiviteiten staan uitgewerkt die voor alle kinderen tijdens de kleuterperiode boeiend zijn en blijven. Het boek bestaat uit een theoretische onderbouwing, spel en gymnastiek en bewegen op muziek.

#### *Interessante websites*

[www.bewegensamenregelen.nl](http://www.bewegensamenregelen.nl)

[www.janluitingfonds.nl](http://www.janluitingfonds.nl)

[www.kvlo.nl](http://www.kvlo.nl)

[www.sportserviceoverijssel.nl](http://www.sportserviceoverijssel.nl)

### 2. Zorgverbreding

#### Alle leerlingen actief!

Het doel van deze methodiek is inactieve leerlingen (groep 6 t/m 8) aanzetten tot meer sport en bewegen door middel van motivatiegesprekken met leerkrachten. In de gesprekken wordt rekening gehouden met fases van gedragsverandering en wordt de verantwoordelijkheid voor gedragsverandering bij de leerlingen zelf gelegd.

#### Fysiotherapie

Bedoeld voor de leerlingen met dermate motorische achterstanden dat behandeling noodzakelijk is.

#### MRT

Bij M.R.T. wordt tijdens schooltijd in groepjes of individueel gewerkt aan achterstanden in de motorische ontwikkeling van kinderen. Het uitgangspunt van M.R.T. is te kijken naar de wijze waarop kinderen verschillende bewegingen uitvoeren en niet zozeer naar wat kinderen wel en niet kunnen.

#### Club Extra

ClubExtra is een sportactiviteit na schooltijd voor kinderen met een motorische achterstand uit het regulier basisonderwijs. Het gaat om kinderen die zonder extra hulp niet mee kunnen komen in de lessen bewegingsonderwijs en bij het spelen op het schoolplein. ClubExtra biedt deze kinderen een tijdelijke opvang waarbij zij onder deskundige leiding en in kleine groepjes kunnen spelen en bewegen. Doel is om deze kinderen zo het plezier in bewegen te laten (her)ontdekken en om hen (opnieuw) aansluiting te laten vinden bij (bestaande) sport- en bewegingsactiviteiten in de gemeente.

#### SportMix

SportMix is een sportactiviteit na schooltijd voor (zeer) moeilijk lerende kinderen en jongeren uit het speciaal basis- en/of voortgezet onderwijs. Ook kinderen uit het reguliere onderwijs, die gebruik maken van het zogenoemde rugzakje, mogen meedoen. Ze kunnen niet goed meekomen of hebben moeite zich aan regels en afspraken te houden. Bij SportMix worden in blokken van acht lesweken sportkennismakingscursussen georganiseerd. Waar mogelijk wordt organisatorische integratie nagestreefd van met name de doelgroep MLK binnen bestaande (reguliere) sportverenigingen.



### Schoolzwemmen

Via het zwemvangnet wordt ervoor gezorgd dat alle leerlingen de basisschool verlaten met een zwemdiploma.

### Overgewichtprogramma's

In den lande zijn diverse methodieken ontwikkeld om kinderen met overgewicht te begeleiden naar een gezonde en actieve leefstijl. Ingrediënten van dergelijke programma's zijn o.a. gezondheidseducatie, sport en beweging, ouderparticipatie, psychologische en sociaal-emotionele ondersteuning.

### *Interessante websites*

[www.mrtonline.nl](http://www.mrtonline.nl)

[www.schoolsportspeciaal.nl](http://www.schoolsportspeciaal.nl)

[www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl)

[www.wateetenbeweegik.nl](http://www.wateetenbeweegik.nl)

[www.gavoorgezond.nl](http://www.gavoorgezond.nl)

[www.gezonderwijs.nl](http://www.gezonderwijs.nl)

[www.gezondeschool.nl](http://www.gezondeschool.nl)

[www.sportserviceoverijssel.nl](http://www.sportserviceoverijssel.nl)

## 3. Sportoriëntatie en keuze

Binnen dit programma krijgen kinderen de kans kennis te maken met sport- en bewegingsactiviteiten verzorgd door diverse sportaanbieders. Kinderen leren een sport te kiezen die bij ze past, waardoor ze sport en bewegen ook op latere leeftijd als een vanzelfsprekend onderdeel van hun dagelijks leven zien.

De keuze voor activiteiten dient rekening te houden met de actieradius (de afstand die kinderen zelfstandig van huis gaan) van kinderen. Voor kleuters moeten de activiteiten in en om huis/school plaatsvinden, iets oudere kinderen kunnen wat verder de buurt in en de oudsten van het basisonderwijs kunnen wellicht zelfstandig naar de sportvereniging.

Ander uitgangspunt binnen dit programma is kennismaking volgens de zogenaamde 'drietrapsraket'. Eerste kennismaking onder schooltijd voor alle kinderen, gevolgd door vrijwillige kennismaking aansluitend schooltijd op of nabij de school en ten slotte kennismaking bij de sportaanbieder op locatie.

### Kennismaking voorschools

#### *Beweegkriebels*

Een training om professionals (ko, psz) bij te scholen in het ontwikkelen en uitvoeren van een uitdagend en op de leeftijd van kinderen afgestemd speels beweegaanbod. Hiermee wordt het mogelijk om bewegen structureel deel te laten uitmaken van het dagprogramma.

### Kennismaking onder schooltijd

#### *Scholierensport (trainers voor de klas)*

Sportaanbieders (verenigingen en sportscholen) verzorgen sportkennismakingslessen op de basisscholen tijdens de lessen lichamelijke opvoeding.

#### *Pauzesport*

Tijdens de inloop of pauzes worden kinderen uitgedaagd om zelfstandig aan de slag te gaan met allerlei sport- en spelactiviteiten. Dit kan door aanpassing speelplein, beschikbare materialen en spelactiviteiten die op spelkaarten staan.

### Kennismaking na schooltijd

#### *Scholierensport (sportinstuiven)*

Kinderen krijgen bij de sportinstuif een gevarieerd sport- en beweegprogramma aangeboden, meestal ondergebracht in blokken van een aantal weken (bijv. sport van de maand).

#### *Kaboutersport*

Een bewegingsaanbod voor de groepen 1 en 2. Aansluiting wordt met name gezocht bij een aantal kenmerken van 4-7 jarigen zoals spontaniteit, dynamisch, fantasierijk, een zich ontwikkelende motoriek en toename van de dynamiek in hun bewegingsuitvoering.

### *Beweegplezier vanaf 4*

Een training om iedereen die in het kader van opvang werkt met kinderen van 4 t/m 12 jaar te ondersteunen om aantrekkelijke en verantwoorde spel- en beweegactiviteiten voor kinderen op te zetten, uit te voeren en te begeleiden. Beweegplezier is gebaseerd op vijf uitgangspunten: plezierbeleving, andersoortig materiaal en creativiteit, combinatie van theorie en praktijk, de volgorde van speluitleg en loslaten van een vaste activiteitenstructuur.

### Kennismaking bij de sportclub

#### *Scholiersport*

Sportaanbieders (sportverenigingen, dansscholen) verzorgen sportkennismakingslessen bij de sportaanbieder op/in de accommodatie.

### Schoolsportcyclus

Hier passen de schoolsportactiviteiten van de school, zoals schoolsporttoernooien en sportdagen.

### *Interessante websites*

[www.beweegkriebels.nl](http://www.beweegkriebels.nl)

[www.schoolensport.nl](http://www.schoolensport.nl)

[www.sportenonderwijs.nl](http://www.sportenonderwijs.nl)

[www.30minutenbewegen.nl](http://www.30minutenbewegen.nl)

[www.dubbel30.nl](http://www.dubbel30.nl)

[www.sportserviceoverijssel.nl](http://www.sportserviceoverijssel.nl)

## 4. Thema's sport en bewegen

Op de flankerende thema's bestaan diverse mogelijkheden:

### Gezondheid

#### *Kies voor Hart en Sport*

Een sport- en gezondheidsprogramma voor groep (6), 7 en 8.

#### *Lekker Fit*

Een lesmethode over de thema's voeding, beweging en het maken van gezonde keuzes voor groep 1 t/m 8.

#### *Hap en Stap vierdaagse*

Een projectweek, waarbij gedurende 2 dagen aandacht voor gezonde voeding en 2 dagen aandacht voor beweging.

#### *De Klas beweegt*

Een methode om met bewegingstussendoortjes houding, beweging en ontspanning te integreren in de schoolsituatie.

### Fair Play

Fair Play is een thema dat het best tot z'n recht komt middels een brede aanpak van activiteiten richting de school, de buurt en de sportvereniging. Mogelijke acties voor het basisonderwijs zijn:

#### *Gastles Fair Play op de basisschool en lesmateriaal Fair Play doe je mee!*

Gastles eventueel met de inzet van lokale sporthelden om leerlingen Sportiviteit & Respect bij te brengen en leren om te gaan met fair play in gymles en de alledaagse omgang.

#### *Sportcode tijdens schoolsportactiviteiten*

Op de sportcode staan een aantal gedragsregels waaraan de kinderen zich moeten houden. Om dit te kunnen toetsen is een protocol met scoreformulier beschikbaar waarin de regels worden uitgewerkt. Voorbeeld regels: voor en na de wedstrijd geven wij elkaar de hand, in en buiten het veld houdt iedereen zich aan de regels en niet schelden in en buiten het veld.

## Sport en handicap

### *(S)cool on Wheels*

Een voorlichtingsproject voor de groepen 7 en 8 van basisscholen. Doel van het project is om kinderen (met en zonder handicap) bekend en vertrouwd te maken met sport en bewegen voor mensen met een beperking. Het project omvat een gedeelte theorie en een gedeelte praktijk. Tijdens het theorieblok (± 1,5 uur) maken de leerlingen kennis met verschillende handicaps. Vervolgens ervaren ze in het praktijkgedeelte (± 1,5 uur) hoe het is om rolstoelgebonden door het leven te gaan en te sporten.

### *Interessante websites*

[www.kiesvoorhartensport.nl](http://www.kiesvoorhartensport.nl)

[www.lekkerfitopschool.nl](http://www.lekkerfitopschool.nl)

[www.heartjump.nl](http://www.heartjump.nl)

[www.fysio-educatief.nl](http://www.fysio-educatief.nl)

[www.sportiviteitenrespect.nl](http://www.sportiviteitenrespect.nl)

[www.kanjersindesport.nl](http://www.kanjersindesport.nl)

[www.sportserviceoverijssel.nl](http://www.sportserviceoverijssel.nl)

## 5. Sportieve buitenruimte

Het doel van dit programma is het creëren van een sportieve buitenruimte die interessant is en kinderen uitdaagt te spelen en te bewegen. In dit kader zijn er diverse mogelijkheden, zoals de fysieke (her)inrichting van het schoolplein door aanpassing van toestellen, andere indeling van het plein en het gebruik van spelkisten. Daarnaast moet er nagedacht worden over hoe de ruimte zo optimaal mogelijk benut kan worden, bijvoorbeeld door te werken met een beweegprogramma (afgeleid van de methode voor bewegingsonderwijs) en zorg te hebben voor een pedagogisch veilig klimaat (gedragsregels en mediation).

Maar ook het openstellen van het schoolplein na schooltijd onder begeleiding van de sportbuurtwerker is een overweging. Uiteraard zijn in het laatste geval goede afspraken over inrichting, beheer en toegankelijkheid onontbeerlijk.

### *Interessante websites*

[www.sportenonderwijs.nl](http://www.sportenonderwijs.nl)

[www.nuso.nl](http://www.nuso.nl)

[www.sportserviceoverijssel.nl](http://www.sportserviceoverijssel.nl)

## 6. Kwaliteitsimpuls sportverenigingen

Daar waar sportverenigingen worden ingezet bij sport- en bewegingsactiviteiten voor en op de school is de kwaliteit van het sporttechnisch kader van desbetreffende sportverenigingen essentieel. Het is niet vanzelfsprekend dat dit kader een sportopleiding gevolgd heeft via de sportbond of de sportopleidingen (CIOS en ALO).

Uit onderzoek blijkt dat jeugdsportbegeleiders van sportverenigingen aangeven ondersteuning te wensen bij het inhoud geven aan de trainingen en het leren omgaan met niveauverschillen van kinderen. Er zou meer aandacht besteed mogen worden aan de pedagogische aspecten van de sport.

Het verhogen van de kwaliteit bij de sportverenigingen kan door het aanbieden van een drietal workshops:

### *Kanjers in de Sport*

Jeugdtrainers krijgen een methode aangereikt gericht op het versterken van de teamspirit, het verhogen van zelfvertrouwen van kinderen en het omgaan met conflicten.

*Binnen en buitenschools leren*

Jeugdtrainers leren hoe ze hun sportkennismakingsactiviteiten zo kunnen inrichten dat het een goede overgang is van de gymles naar de sport. Bij de inrichting van sportstimuleringsbeleid dient rekening gehouden te worden met de fysieke, psycho-sociale en cognitieve ontwikkeling van kinderen.

*Sportieve omgang met kinderen*

De uitdaging om kinderen goed te introduceren in de tak van sport en het verenigingsleven.

*Interessante websites*

[www.kanjersindesport.nl](http://www.kanjersindesport.nl)

[www.sportserviceoverijssel.nl](http://www.sportserviceoverijssel.nl)

## Geraadpleegde literatuur

- Duijvestijn, P. en Hack, H. (2001). Checklist Effectieve SportStimulering. Arnhem: Jeugd in Beweging
- Duijvestijn, P. en Lagendijk E. (2004). Beweegmanagement de aanpak. Bennekom: NISB
- Nije Bijvank, N. (2006). Sportieve basis voor de brede school. Bennekom: NISB
- Sportservice Zuid-Holland (2008). Sportmenu