

VO-leerlingen buiten laten bewegen

[www.nijha.nl/buitenruimte-vo](http://www.nijha.nl/buitenruimte-vo)

# beweegvriendelijke buitenruimte voor VO-leerlingen

Als we het over sport en bewegen hebben in het voortgezet onderwijs, wordt al snel gedacht aan de bewegingsles in de gymzaal of de buitengymles op het nabijgelegen sportveld. De 'betegelde oefenplaats', die vroeger standaard bij een VO school hoorde, is vrijwel overal verdwenen en wordt nu bezet door fietsenhokken, noodlokalen of parkeerplaatsen. En dat terwijl deze buitenruimte vele beweegkansen in zich heeft. Zeker voor de doelgroep 12 tot 18 jaar waarbij juist sporten, bewegen en gezondheid veel aandacht verdient. Waar moet je op letten bij het inrichten van beweegvriendelijke buitenruimte bij een VO-school? En zijn er goede voorbeelden voorhanden in het land?



## inspelen op beweegbehoefte

Een kind uit groep 8 brengt nog veel tijd door op het speelplein. Eenmaal brugklasser lijkt deze behoefte om buiten te sporten en te spelen als sneeuw voor de zon te zijn verdwenen. Het is vooral de -sociale- invloed van andere leerlingen die ervoor zorgt dat het 'not done' is om nog langer in de VO-schoolomgeving je sportief uit te leven. Of ligt aan deze 'plotselinge' desinteresse van de VO-leerling voor buiten bewegen een andere oorzaak ten grondslag? Of moeten we wellicht beter inspelen op de wensen van jongeren in relatie tot bewegen en hierop inspelen bij de inrichting van de buitenruimte? Dat laatste lijkt het geval te zijn.

Sporten en bewegen moet stoer zijn en fun, show en beleving in zich hebben. Zeker bij de doelgroep 12 tot 18 jaar. Voor een VO-leerling past het beeld wat ze hebben van het schoolplein van hun 'oude' basisschool hier niet bij. Een VO-buitenruimte vraagt dus om een andere inrichting. Maar hoe? Belangrijk is de participatie van jongeren zelf in dit traject. Betrek ze als school bij het ontwerp van de (her) inrichting van de buitenruimte. Wat spreekt hen op het

gebied van sport en bewegen aan? Welke trends en ontwikkelingen zien zij en hoe kun je deze op het plein realiseren? Vergeet in dit ontwerpproces ook zeker de vakdocenten lichamelijke opvoeding niet. Zij zijn dé beweegdeskundigen binnen school en weten wat jongeren beweegt.

## kansen voor bewegen

De VO-buitenruimte wordt negen van de tien keer vanuit een andere intentie dan bewegingstimulering ingericht. Er worden fiets- en brommerstallingen gerealiseerd en zitplekken waar leerlingen lekker kunnen 'chillen'. Ontmoeten is per slot van rekening een belangrijke bezigheid onder de 12 tot 18-jarigen. Maar wie met een andere bril naar dezelfde buitenruimte kijkt, ziet ook vele (beweeg)kansen in de directe schoolomgeving. Als de school bewust kiest voor gezondheid, het stimuleren van bewegen en het tegengaan van overgewicht, kan de buitenruimte hier een essentiële rol in spelen. Inmiddels zijn er een aantal fraaie voorbeelden van deze beweegvriendelijke schoolomgevingen gerealiseerd.

## Sport- en Fitnessstuin

Het idee van een sportieve buitenruimte op het VMBO Groen in Kesteren kwam voort uit een vraag die veel VO-scholen zichzelf stellen: "Welke bijdrage kunnen wij als school leveren aan gezondere leerlingen en welke rol speelt bewegen hierin?" Samen met hun leerlingen ontstond op de school het idee om een Sport- en Fitnessstuin te realiseren. De schoolomgeving bestaat uit beweegaanleidingen die aansluiten bij de belevingswereld van jongeren, zoals een Pannacourt, speciale outdoor fitness-toestellen, interactieve stoepranden en een buiten klimwand.

## ruimte voor sport en ontmoeten

Een ander voorbeeld om de buitenruimte sportief in te richten, zijn de multifunctionele sportcourts, zoals de bekende Cruyff variant. Deze sport- en spelvoorziening sluit naadloos aan bij de belevingswereld van jongens en meiden. Er kan gevoetbald worden, maar er is bijvoorbeeld ook ruimte voor basketbal, hockey, handbal, uiteenlopende netspelen zoals volleybal en tennis en andere spelvormen. Ook de omliggende ruimte rondom het court wordt beweegvriendelijk ingericht met actieve plekken, maar waar ook ruimte is voor ontmoeten. Er zijn mooie voorbeelden in het land waar de buitenruimte na schooltijd beschikbaar is voor kinderen uit de wijk. Het plein is zo een uitstekend middel om de VO-school ook "fysiek" te integreren in de buurt.

## functie voor buitengymles

Bij het ontwerp en de realisatie van een schoolomgeving ontstaan ook extra onderwijskansen. Als je je als VO-school hard maakt voor de komst van een beweegvriendelijke buitenvoorziening, houdt dan ook direct rekening met de buitengymles. Het sportveld ligt vaak verderop, maar in de directe omgeving van de school zijn talloze mogelijkheden om de buitengymles tot een succes te maken. Zo blijken multifunctionele courts met hun brede sportmogelijkheden uitstekend inzetbaar in de buitengymles. Met een beetje fantasie is de multifunctionele voorziening eigenlijk een gymzaal zonder dak. En zo breng je leerlingen met behulp van de gymles ook buiten in beweging.

## op maat

Geen buitenruimte bij voortgezet onderwijs instellingen is hetzelfde. En ook de wensen ten aanzien van bewegen zijn divers. Dit betekent dat ieder ontwerp en inrichting van de buitenruimte weer anders is. Interesse in een beweegvriendelijke schoolomgeving? Wij sparren graag met u hoe we VO-leerlingen meer in beweging krijgen in de buitenruimte. Meer voorbeelden uit het land bekijken?

Ga naar [www.nijha.nl/buitenruimte-vo](http://www.nijha.nl/buitenruimte-vo) en laat u inspireren door oplossingen van andere VO-scholen.«

t 0573-288555, [info@nijha.nl](mailto:info@nijha.nl)

