

CONCLUSIES ONDERZOEKEN BUITENLES

APRIL 2016

CONCLUSIES RAPPORTAGE BUITENLES (DUO)

- Tweederde van de leerkrachten geeft wel eens buiten les. Van de leerlingen die al buiten les krijgen, zijn kleuters het rijkst bedeed. Zij krijgen gemiddeld 28 keer per jaar buiten les (1% van het totaal aantal lessen), de midden- en bovenbouw gemiddeld 9 keer per jaar (0,3% van het totaal aantal lessen). Deze leerlingen krijgen gemiddeld 46 minuten per jaar buiten les. Lessen die het meest buiten gegeven worden zijn natuuronderwijs, bewegingsonderwijs, rekenen en kunstzinnige vorming.
- Leerkrachten zien overwegend positieve effecten van buiten lesgeven en bijna allemaal (97%) denken ze dat leerlingen graag buiten les hebben. Vakken als natuuronderwijs, rekenen, kunstzinnige vorming, verkeer en bewegingsonderwijs lenen zich volgens leerkrachten goed voor een buitenles.
- Leerkrachten geven aan dat de ideale verhouding tussen binnen en buiten les voor leerlingen driekwart binnen en een kwart buiten is. Die 25% staat nog ver af van het huidige gemiddelde van 0,5%.
- Tweederde van alle leerkrachten zou vaker buiten les willen geven, ook de leerkrachten die nu al buiten lessen geven. 64% van de leerkrachten ervaart belemmeringen om (meer) buiten les te geven. Die belemmeringen zijn:
 - te weinig tijd of ruimte in het lesrooster
 - begeleiding van leerlingen en de extra organisatie
 - onzekerheid over het weer of slechte weersomstandigheden
 - de beperkingen van het buitengebied: weinig ruimte of weinig uitdaging op en rond het plein

CONCLUSIES LITERATUURSTUDIE WETENSCHAPSJOURNALIST MARK MIERAS

- Met meer sport en spel, meer beweging, een beter lichaamsbesef en meer 'scharreltijd' kunnen leerlingen ook cognitief beter presteren.
- Meer beweging op school helpt. Basisschoolleerlingen uit Kansas volgden een programma tegen overgewicht, met veel beweging tussen de lessen door. Na drie jaar waren ze niet alleen afgevallen maar hadden ook hogere cijfers voor rekenen, lezen en spellen in vergelijking met andere leerlingen. Onderzoek aan de Rijksuniversiteit Groningen toont een zelfde patroon.
- Kinderen van tien tot zeventien met ADHD, een storing van het aandachtssysteem, scoren aanzienlijk beter als zij tijdens een aandachtstest mogen bewegen.
- Basisschoolleerlingen die buiten hebben gespeeld gedragen zich daarna beter in de klas, ze zijn taakgerichter. Dat gaat niet alleen om de sportieve inspanning maar ook om de aard van de beweging: behendigheids spelen als tikkertje, voetbal, hinkelen en touwtjespringen doen een direct beroep op executieve functies als werkgeheugen, zelfbeheersing en cognitieve flexibiliteit.
- Buitenspel stimuleert beweging én het helpt leerlingen aan een goed lichaamsgevoel. Kinderen die hun lichaam bij het leren beter gebruiken, presteren beter tijdens de les. Kinderen die gebaren maken bij het rekenen, begrijpen de sommen daarna beter. Ook taalverwerking heeft een motorische component: jonge kinderen die bij het praten veel gebaren maken krijgen gemakkelijker 'grip' op de woorden.
- Zowel gestructureerde sportieve activiteit als vrij spel zijn waardevol, maar niet uitwisselbaar. Juist even geen gedwongen activiteit is ook belangrijk. Kinderen leren beter wanneer ze regelmatig hun aandacht kunnen spreiden of kunnen pauzeren.

Jantje Beton en IVN hebben samen met andere partners deze onderzoeken uitgevoerd in het kader van het project Gezonde Schoolpleinen.

Voor meer informatie: Gezondeschool.nl/schoolpleinen.