

De dynamische schooldag onderdeel van passend onderwijs

Op de Daltonschool De Vijver in Den Haag, wordt 'Bewegend Leren' als onderdeel van passend onderwijs ingezet als deel van een "dynamische schooldag". Je hoort steeds meer geluiden om je heen van scholen die een dynamische schooldag nastreven en als speerpunt 'Bewegend Leren' op de agenda hebben staan. Voldoende beweging is van belang voor een goede gezondheid. Daarnaast houden kinderen ervan om te bewegen, dus zou je zeggen dat bewegend leren het plezier in leren vergroot. Er zijn meerdere mogelijkheden van bewegen in combinatie tot het leren. Dit kan bijvoorbeeld klassikaal of individueel. In dit artikel wordt als eerste de relatie tussen leren en bewegen besproken. Vervolgens worden de verschillende mogelijkheden van bewegen in combinatie tot leren besproken. Als laatste wordt dieper ingegaan op bewegend leren voor leerlingen die wat extra steun kunnen gebruiken.

TEKST TANIA JACOBS

Relatie tussen leren en bewegen

Wanneer fysieke activiteiten geïntegreerd worden in leertaken, kan dat voordelen met zich meebrengen. Op het moment dat leerlingen fysiek actief bezig zijn geweest, kunnen ze zich beter concentreren blijkt uit onderzoek van Mahar et al. (2006). Mullender- Wijsma et al. (2015) hebben daarnaast aangetoond dat fysiek actieve reken- en taallessen de reken- en spellingprestaties van leerlingen verbeteren. Door bewegen vinden acute en structurele veranderingen plaats in de hersenstructuur. Dit heeft een positief effect op de executieve functies van een kind (planning, besluitvorming en bijsturen van gedrag).

Vermoedelijk heeft het ook een positieve invloed op de aandacht en de concentratie (Collard, Boutkan, Grimberg, Lucassen & Breedveld, 2014). Uit een onderzoek van Joyce, Graydon, McMorris & Davranche (2009) is gebleken dat de positieve effecten van bewegen, zoals een versnelde reactietijd en verbeterde onderdrukking van impulsen, tot 52 minuten na het einde van de fysieke activiteit aanhouden. Daarnaast is uit onderzoek gebleken dat leerlingen klassikaal bewegend leren ontzettend leuk vinden om te doen en dat ze ook vaker zouden willen werken volgens het principe 'bewegend leren' (Bakker, 2017). Hieruit valt op te maken dat het belang

van bewegen tijdens het leren steeds meer wordt onderkend. Dit leidt tot de wens van een meer dynamische/bewegende schooldag.

Verskillende mogelijkheden van bewegen in combinatie tot leren

Als docente bewegingsonderwijs ben ik werkzaam op twee scholen binnen stichting "De Haagse Scholen" in Den Haag. Binnen deze stichting zijn meerdere scholen, op verschillende manieren bezig met bewegend leren. De manieren van bewegend leren zijn in concept gebundeld, waaruit zes mogelijkheden zijn gekomen van bewegen in combinatie tot het leren. Als eerste 'beter leren bewegen', ten tweede 'beter leren bewegen van kleine motorische vaardigheid in de klas', ten derde 'lerend bewegen', ten vierde 'bewegen tussen het leren', ten vijfde 'bewegen tijdens het leren' en als laatste 'bewegen om te leren'. 'Beter leren bewegen' is de verantwoordelijkheid van de vakleerkracht bewegingsonderwijs, de andere vijf mogelijkheden vragen om een brede samenwerking van meerdere participanten, werkzaam binnen de school.

'Bewegen om te leren'

Op Daltonschool De Vijver zijn we (vakleerkracht & groepsleerkracht) bezig met 'bewegen om te leren', waarbij de combinatie van bewegen en cognitieve uitdagingen het leren versterkt. De lessen bewegend leren zijn extra, naast de reguliere lessen bewegingsonderwijs. Bewegen wordt gebruikt als katalysator om het leren te stimuleren. De lessen vinden plaats in de kleutergymzaal. Naast mijn werk als vakleerkracht, volg ik de master tot basis orthopedagoog, met de specialisatie 'leerproblemen'. Met de extra verkregen kennis van de master, is gekozen om op één van mijn twee scholen, Daltonschool De Vijver, te starten met 'bewegend leren' voor leerlingen die extra steun kunnen gebruiken. De directie van Daltonschool De Vijver kwam met het idee en ik was gelijk enthousiast!

Mijn aanstelling voor de lessen 'bewegend leren' is verkregen via subsidie, waardoor sprake was van uitbreiding van mijn uren. De deelnemers kunnen leerlingen zijn met leer- en/of gedragsproblemen, maar ook leerlingen die een extra steuntje in de rug goed kunnen gebruiken. Dit sluit aan bij de wet Passend Onderwijs (PO) die sinds 1 augustus 2014 van kracht is. De wet Passend Onderwijs houdt in dat er voor elk kind in Nederland onderwijs op maat beschikbaar is, kijkend naar de behoeften en mogelijkheden van het kind (Messing & Bouma, 2011). Dit houdt ook in dat leerlingen met leer- en/of gedragsproblemen vaker in het reguliere basisonderwijs geplaatst zullen worden. Voor deze leerlingen zou een les 'bewegend leren' een positieve bijdrage kunnen hebben op het gedrag en/of de leerprestaties. Dit kan natuurlijk breed ingezet worden voor alle leerlingen.

De leerlingen van de Daltonschool De Vijver zijn in samenspraak met de intern begeleider en de groepsleerkracht gekozen. In de lessen bewegend leren wordt één op één of één op twee gewerkt. Als er één op twee gewerkt wordt, zijn dit leerlingen uit een parallelgroep en deze krijgen dan dezelfde les. Een les bestaat uit 25 minuten. De groepsleerkracht geeft een leeropdracht mee voor de betreffende leerling(en). Dit kan zijn een les die

op dat moment in de klas ook gegeven wordt, of een les specifiek aangesloten aan de onderwijsbehoefte van de betreffende leerling. Hierbij wordt de kennis van de vakleerkracht bewegingsonderwijs en de groepsleerkrachten samengevoegd. Bijvoorbeeld een spelling/taal les voor een leerling met de diagnose dyslexie. Hieronder staan een paar voorbeelden van lessen die gegeven zijn, waarbij de namen van de leerlingen geanonimiseerd zijn;

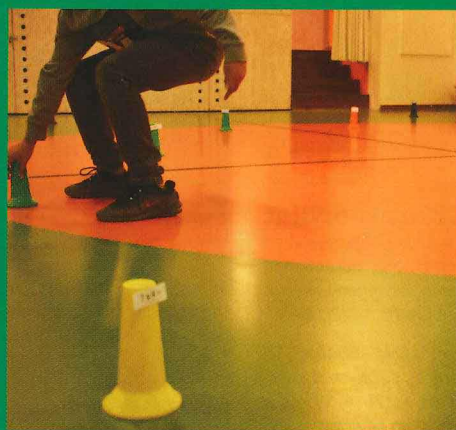
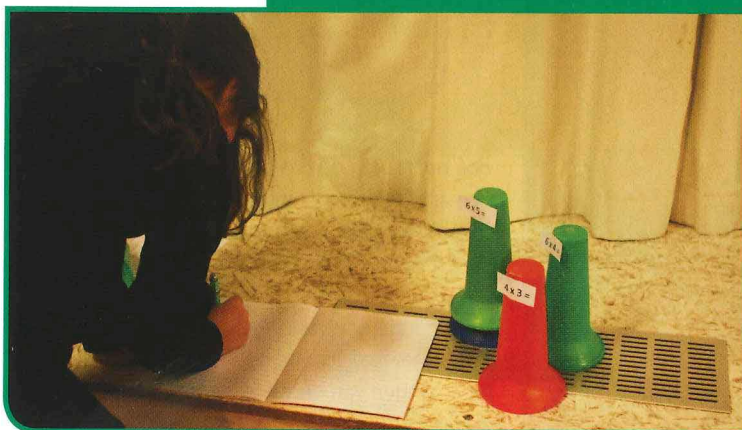
11.00-11.25 Leerling 1 en 2

Oefening 1 = overgooien tafel van 6, 7 en 8

Leerling 1 en leerling 2 gooien met de bal over naar elkaar. Leerling 1 noemt een som op uit de tafel van 6, 7 of 8 en gooit de bal naar leerling 2. Leerling 2 gooit de bal tegen de muur, vangt de bal en noemt het antwoord. Vervolgens gooit leerling 2 de bal naar leerling 1 met een som uit de tafel van 6, 7 of 8. Leerling 1 gooit de bal tegen de muur, vangt de bal en noemt het antwoord. Enzovoort.

Oefening 2 = Tafels van 3, 4 en 5 op tijd

De tafels staan tweemaal verspreid in de zaal uitgezet (som is geplakt op een pylon). Tegelijkertijd beginnen de leerlingen met het zo snel mogelijk oplossen van de sommen. Ze rennen naar een pylon, nemen de pylon mee naar hun schrift. Schrijven het antwoord op in hun schrift. En rennen weer naar de volgende pylon. Enzovoort. Dit wordt herhaald om te kijken of de leerlingen de tweede keer sneller zijn.



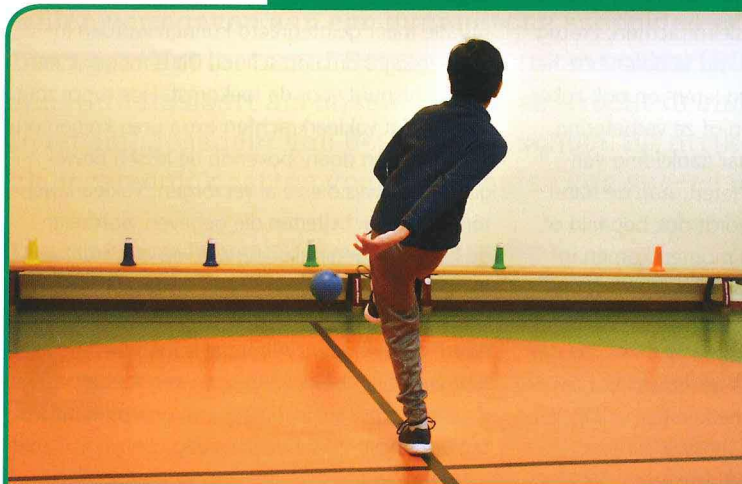
11.30-11.55 Leerling 3

Oefening 1 = Deelsommen met rest

De leerling schiet van de ene rij een pylon om met een groot getal. Vervolgens gooit de leerling een pylon om van de andere rij met een klein getal. Beide pylonen worden meegenomen naar de tafel. De som van beide pylonen wordt opgeschreven in het schrift en uitgerekend.

Oefening 2 = tafels maken

Ren naar een pion in de zaal, neem de pylon mee naar je schrift. Schrijf het antwoord op en ren weer naar de volgende pylon.



14.00-14.25 Leerling 4

Oefening 1 = Zoek de betekenis bij het juiste woord

Op verschillende plekken in de zaal liggen verschillende woorden op de grond. Op de banken aan de zijkant van de zaal liggen de verschillende betekenissen van de woorden. De leerling zoekt zo snel mogelijk de juiste woorden bij de juiste betekenissen.

Oefening 2 = Herhalen van de foute oplossingen bij oefening 1

De combinaties die fout zijn neergelegd worden weer verspreid in de zaal en op de banken. Vervolgens gaat de leerling weer aan de slag zoals bij oefening 1. Als alles bij elkaar is gezocht, worden de combinaties in het schrift geschreven.

14.25-14.55 Leerling 1

Oefening 1 = rennend dictee CH en CHT

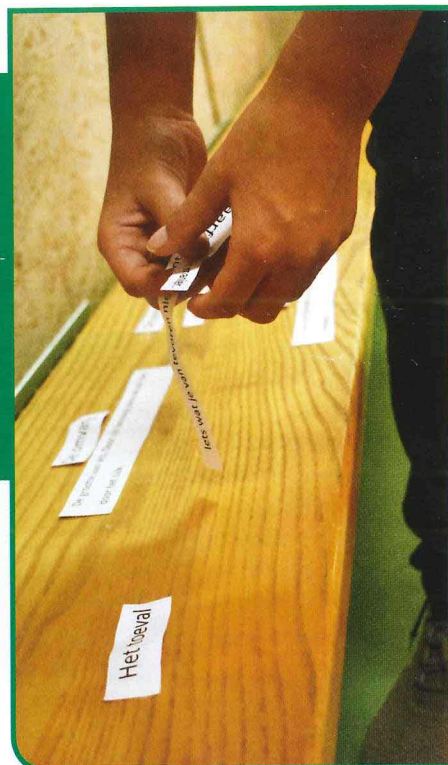
Woorden worden ergens in de gymzaal neergelegd. Het schrift wordt op een tafel neergelegd. Zodra er is afgeteld, 3, 2, 1, mogen de leerlingen naar een woord rennen, onthouden de spelling van het woord en schrijven het daarna in hun schrift. Iedere keer mag er maar één woord, worden opgeschreven.

Vluchteling	Terecht	Slechts
Gevechten	Uitzicht	Vruchtbaar
Utrecht	Lichtknopje	Nagerechten
Kuchen	Lichaam	Glimlach
Jochie	Juichen	Kachel
Pechvogel	Lachen	Chaos

Oefening 2 = Muurwoorden benoemen met bepaalde lettergrepen

Op de muur wordt: -aai, -ooi, en -oei geplakt. Je kiest eentje uit, daar gooit de leerling de bal tegen aan. En noemt een woord op wat daarbij hoort.

-aai -ooi -oei



Foto's

Tania Jacobs

Literatuurlijst

Bakker, A. (2017). Springend en hupsend plus- en minsonnen automatiseren. Bewegend leren in de klas. *Veerkracht*, 14 (2), 28-30.

Collard, D.C.M., Boutkan, S., Grimberg, L., Lucassen, J.M.H., & Breedveld, K. (2014). *Effecten van sport en bewegen op de basisschool: voorstudie naar de relatie tussen sport en bewegen op school en schoolprestaties*. Utrecht: Mulier Instituut.

Joyce, J., Graydon, J., McMorris, T. & Davranche, K. (2009). The time course effect of moderate intensity exercise on response execution and response inhibition. *Brain and cognition*, 71(1), 14 – 19.

Mahar, M.T., Murphy, S.K., Rowe, D.A., Golden, J., Shields, A.T., & Raedeke, T.D. (2006). Effects of a classroom-based program on physical activity and on-task behavior. *Medicine and science in sports and exercise*, 38(12), 2086.

Messing, C., & Bouma, G. (2011). Invoering Passend Onderwijs: een complexe en ingrijpende operatie. *Jeugd en Co Kennis*, 5, 24-34.

Mullender- Wijnma, M., Hartman, E., Greeff de, M., Visscher, C., Doolaard, S. & Bosker, R. (2015). Bewegend leren in de klas. *Weten Wat Werkt en Waarom*, 4 (1), 38-45.

Contact

T.Jacobs@daltonschooldevijver.nl

Kernwoorden:

Bewegend leren, bewegen om te leren, passend onderwijs

ook nul fouten gemaakt met het dictee in de klas!"

Een andere groepsleerkracht gaf aan dat; "Bij Sara de tafel van 6 al beter geautomatiseerd is, sinds Sara met de lessen bewegend leren is gestart."

Bij het uitdelen van de rapporten ontvangen de leerlingen die deelgenomen hebben aan de lessen bewegend leren, een certificaat, waarin de bevindingen van de vakleerkracht en de groepsleerkracht worden gebundeld.

Toekomstige ontwikkeling

In de toekomst zou het een mooi streven zijn dat meerdere scholen op deze manier bewegend leren aanbieden. Dit in het kader van enerzijds de dynamische schooldag en anderzijds de wet op Passend Onderwijs. Voor volgend schooljaar is er op de andere school waar ik werkzaam ben, interesse getoond om dit ook op te gaan starten. Idealiter zou naast deze lessen bewegend leren, ook het bewegend leren in de klassikale situatie meer geïntegreerd kunnen worden in het lesprogramma op school. Dit is mogelijk een aandachtspunt voor de toekomst. Hoe mooi zou het zijn dat vakleerkrachten extra uren krijgen om dit te kunnen doen, bovenop de lessen bewegingsonderwijs die ze al verzorgen. Vakleerkrachten kunnen activiteiten die gegeven worden in de lessen bewegingsonderwijs, op een creatieve manier gebruiken in de lessen 'bewegend leren', waarbij de leerinhoud door de groepsleerkrachten wordt aangeboden. Al met al is mijn mening dat het geven van bewegend leren een toegevoegde waarde is voor de leerlingen, de groepsleerkrachten en de dynamische schooldag.

De namen van de leerlingen zijn geanonimiseerd.