

De enquête

Uit verschillend onderzoek is gebleken, dat 'de toename van overgewicht' als gevolg van 'te weinig bewegen' en 'te veel en ongezond eten' een groeiend probleem is in onze samenleving. In het kader van het bevorderen van een gezonde leefstijl voert de GGD Hollands Midden (werkgebied Zuid-Holland Noord) een meerjarenprogramma bewegingsstimulering uit. Een van de epidemiologische taken in dit meerjarenprogramma is het in kaart brengen van de situatie in de regio. Naast de gezondheidsenquêtes, waarin op individueel niveau het percentage dat de 'beweegnorm' haalt wordt berekend, heeft de GGD besloten te onderzoeken hoeveel er door kinderen op scholen bewogen wordt. Eind 2005 is een enquête verzonden aan de basisscholen in de regio met daarin vragen over het reguliere aanbod lessen lichamelijke opvoeding en vragen over contacten of samenwerking met gemeenten en organisaties op het gebied van naschoolse beweegactiviteiten. De GGD ondersteunt gemeenten bij de voorbereiding en uitvoering van lokaal gezondheidsbeleid. Met behulp van de resultaten van deze inventarisatie kan de GGD gemeenten adviseren en ideeën aandragen om bewegingsstimulering vorm te geven binnen het basisonderwijs. Tevens zijn de resultaten richtinggevend voor het aanscherpen en uitbreiden van de preventieprojecten.

De vragenlijst bestond voornamelijk uit 'gesloten' vragen met daarin vragen over het aantal gymuren, de duur van de pauzes, de activiteiten op en na school, knelpunten en meningen. Aan het eind van de vragenlijst was het mogelijk opmerkingen te plaatsen. Daarvan hebben veel scholen gebruik gemaakt en in de reacties worden verschillende knelpunten van het beweegaanbod op de scholen blootgelegd.

In de regio zijn 218 scholen aangeschreven, waarvan er 157 de enquête ingevuld hebben teruggestuurd. Dit is een respons van 72%, per gemeente ligt dit tussen de 50 en 100%. Deze respons is hoog te noemen. Van deze scholen behoort 24% tot Openbaar onderwijs, 29% Rooms Katholiek, 37% Protestants Christelijk en 10% anders. Indeling op basis van soort onderwijs geeft een percentage van 89% regulier-, 5% speciaal-, 1% Montessori- en 4% Jenaplanonderwijs en 1% Vrije school.

Het gemiddelde aantal leerlingen van de scholen, die de enquête hebben ingestuurd, is 237. Er is een groot verschil in leerlingenaantallen, het maximum aantal is 900 en het minimum 35. Bij elkaar wordt met deze enquête het beweeggedrag van 36.285 leerlingen gepeild. Op basis van leerlingenaantallen zijn de scholen ingedeeld in kleine (tot 200), middelgrote (tussen 200 en 300) en grote scholen (meer dan 300). 39% heeft minder dan 200 leerlingen, 40% tussen de 200 en 300, 21% heeft meer dan 300 leerlingen.

'Meer bewegen' is zeker een aandachtspunt van scholen. Dat blijkt onder andere uit de hoge respons en de reacties van de scholen. Er wordt veel gedaan aan bewegen op scholen, maar de verschillen tussen de scholen zijn groot. Uit de resultaten blijkt dat er verschillende aanknopingspunten zijn voor het versterken van het beweegaanbod op basisscholen.

Gymonderwijs en speelpauzes

Kinderen in groep 1 en 2 bewegen veel vaker en meer dan kinderen in de hogere groepen. Gemiddeld hebben kinderen in de onderbouw 3,3 keer en bijna drie uur gymnastiek in de week. De spreiding is groot. Op 29% van de scholen wordt in deze groepen elke dag gesport of bewogen. Vaak gebeurt dat in aparte gymzaaltjes voor de onderbouw. De kinderen van de groepen 3 t/m 8 gymmen minder, gemiddeld 1,8 keer en ongeveer anderhalf uur in de week. Er is geen norm voor het aantal uren gymonderwijs in het basisonderwijs. De enige kwalitatieve norm is dat scholen kerndoelen moeten realiseren. Scholen zijn vrij om daar een aantal uren aan te verbinden. Wel geeft de overheid een advies om kinderen uit groep 1 en 2 vijf maal per week 45 minuten te laten bewegen in een daarvoor geschikte ruimte en groepen 3 t/m 8 1,5 uur in een gymnastieklokaal.

Op sommige scholen krijgen de kinderen in plaats van gymonderwijs veel tijd om buiten te spelen. Andersom geldt dat er scholen zijn waar weinig speelpauzes zijn, maar waar veel gegymd wordt. Beide variabelen zijn daarom niet los van elkaar te beoordelen. Het aantal scholen waar in de onderbouw minder dan vijf maal wordt gegymd en waar minder dan 225 (vijf keer 45) minuten per week wordt (buiten)gespeeld is 16 (7%). Deze scholen voldoen dus niet aan het advies om kinderen in groep 1 en 2 minimaal vijf maal per week 45 minuten per dag te laten bewegen. Het percentage scholen dat het advies voor groep 3 t/m 8, minimaal 1,5 uur per week bewegen in een gymnastieklokaal niet volgt, is 50%.

In de middenbouw en bovenbouw krijgen de kinderen (gemiddeld) minder gymles en hebben ze ook minder of korter pauze. Deze 'oudere' kinderen gaan steeds vaker na schooltijd computeren (msn-en) in plaats van buitenspelen en kijken relatief langer TV. Gemiddeld hebben de kinderen in groep 3 t/m 8 200 minuten beweging in de week op school. (Som van de ochtend- en middagpauzes en het aantal minuten gymonderwijs. De tijd die ze hebben om tussen de middag buiten te spelen is niet meegenomen omdat er ook scholen zijn met een continuurooster). Om aan de Nederlandse Norm gezond Bewegen (NNGB) te voldoen moeten kinderen minimaal elke dag 60 minuten intensief bewegen. In de vijf dagen dat ze op school zijn, hebben kinderen de mogelijkheid gemiddeld 40 minuten per dag te bewegen.

Driekwart van de scholen vindt dat er meer gedaan kan worden aan bewegingsstimulering op school en eveneens driekwart vindt het huidige aantal gymlessen onvoldoende. Uit de reacties blijkt dat scholen daarbij meer financiële en faciliterende ondersteuning van gemeenten verlangen. Afstand tot aan gymzalen, ruimtegebrek en overvolle lesprogramma's worden als redenen genoemd voor onvoldoende gymlessen.

Scholen zijn vrij om te bepalen hoeveel gymonderwijs er wordt gegeven, aangezien de minimale norm is afgeschaft. Dat leidt er toe dat er veel verschil is in de invulling van het gymonderwijs. Met name voor de groepen 3 t/m 8 is de hoeveelheid gymonderwijs vaak erg minimaal.

De (vak)leerkracht

De meeste leerlingen in groep 1 krijgen gymles van de eigen leerkracht (91%), in groep 8 krijgt 42% gymles van de eigen leerkracht. Meer dan de helft van de scholen beschikt in de bovenbouw over een vakleerkracht voor gymnastiek (56%). 94 van de 157 scholen hebben een vakleerkracht voor een of meerdere groepen.

Basisscholen zijn niet verplicht om een vakleerkracht voor gymonderwijs te hebben. De uren van een gymvakleerkracht gaan af van het totaal aantal vakleerkrachten waarover een school beschikt. Uit de enquête blijkt dat middelgrote basisscholen vaker een vakleerkracht voor gymnastiek hebben dan kleine of grote basisscholen. 42% van de kleinere basisscholen, 74% van de middelgrote en 63% van de grote scholen heeft een vakleerkracht.

Uit de resultaten valt op te maken dat in een aantal gemeenten (Alkemade, Noordwijk, Oegstgeest, Voorschoten) alle scholen over een vakleerkracht beschikken. Er zijn ook gemeenten (Ter Aar, Hillegom en Jacobswoude) waar geen enkele school aangeeft over een gymvakleerkracht te beschikken. In de overige gemeenten wisselt het.

Van de scholen die geen vakleerkracht hebben, geven velen aan die wel te missen. Dit heeft onder andere te maken met het feit dat afgestudeerde PABO-studenten het vak bewegingsonderwijs alleen nog mogen geven aan leerlingen in de groepen één en twee in het basisonderwijs. De pas afgestudeerde leraren kunnen door het voltooiën van de "Leergang vakbekwaamheid bewegingsonderwijs" de brede, volledige bevoegdheid alsnog verkrijgen. Een ander probleem is de veroudering van leerkrachten die fysiek geen bewegingsonderwijs meer kunnen geven. Enkele scholen plaatsen over dit onderwerp de volgende reacties.

'We hebben geen vakleerkracht en de leerkrachten vinden zelf dat ze niet goed gymles kunnen geven. Daardoor blijft gym beperkt tot sport en spel.'

'In dit geval dus liever kwaliteit dan kwantiteit.'

'De overheid moet het vak bewegingsonderwijs stimuleren door op elke school een vakleerkracht aan te stellen'

Scholen moeten zelf, met de beschikbare middelen, personele keuzes maken. Volgens veel scholen ligt de oorzaak van het verdwijnen of ontbreken van een vakleerkracht echter bij de overheid of gemeente.

Er zijn nog steeds veel scholen zonder vakleerkracht lichamelijke opvoeding. Om een kwaliteitsimpuls te geven aan het bewegingsonderwijs op scholen is het inzetten van vakspecialisten een belangrijke vereiste. Hiervoor is het nodig dat er meer vakleerkrachten komen of dat groepsleerkrachten worden bijgeschoold.

Resultaten van een enquête gehouden onder basisscholen in Zuid-Holland Noord 2005

Colofon

tekst
Annemarie van Dijk
Informatie
avandijk@ggdhm.nl
18 mei 2006

Schoolzwemmen

Schoolzwemmen is niet meer, zoals vroeger, een vanzelfsprekend aanbod. Op 38% van de ondervraagde scholen is er in een of meerdere groepen schoolzwemmen. Schoolzwemmen is er voornamelijk voor de groepen 4, 5 en 6. De scholen voor openbaar onderwijs hebben vaker schoolzwemmen in de lagere groepen (groep 3, 4) en de scholen voor Protestants Christelijk onderwijs in de hogere groepen (5 en 6). Dit zal afhangen van de keuzes die gemaakt worden door schoolbesturen. Enkele scholen regelen zelf het zwemmen. Meestal wordt de ouders om een kleine bijdrage gevraagd. Vaak vervangt het schoolzwemmen een van de gymlessen. Een enkele school geeft aan het slecht te vinden dat schoolzwemmen is afgeschaft.

Dat kinderen leren zwemmen is van groot belang. Schoolzwemmen is daarvoor niet de enige oplossing. Het schoolzwemmen gebeurt meestal in plaats van een ander gymlesuur. De kinderen bewegen daardoor niet meer. Wanneer de kinderen na schooltijd zwemlessen volgen is dit wel extra beweging. Gemeenten zouden het zwemmen voor kinderen uit gezinnen met een laag inkomen financieel kunnen vergemakkelijken, of schoolzwemmen zou als naschoolse activiteit kunnen worden opgenomen.

Faciliteiten

Niet alle scholen hebben voldoende ruimte om bij slecht weer binnen te spelen. 43% geeft aan geen alternatieve speelruimte te hebben voor de speelpauzes en 60% geeft aan geen alternatieve speelruimte te hebben voor het overblijven. Kleine scholen geven vaker aan over een ruimte te beschikken tijdens pauzes bij slecht weer dan grote scholen. Grote scholen beschikken vaker over een alternatieve ruimte voor opvang voor tussen de middag.

Om bewegen te stimuleren moeten schoolpleinen aantrekkelijk en uitdagend worden ingericht voor kinderen. De scholen geven aan welke attributen aanwezig zijn. In de enquête zijn 12 schoolpleinattributen genoemd en is er ruimte voor andere. 6% van de scholen geeft aan over alle 12 attributen te beschikken, gemiddeld worden er 8 aangegeven. Niet alle attributen zijn door alle kinderen te gebruiken, vaak zijn er gescheiden schoolpleinen voor de jongere en oudere kinderen. Favoriet zijn klimrekken, knikkerpotjes en zandbakken (88% - 92% - 87% van de scholen). Duikelrekken was niet als standaard antwoordcategorie opgenomen, maar wordt door 17 scholen apart genoemd. Gevolgd door 14 maal tafeltennistafels.

Een attractief schoolplein, dat kinderen uitnodigt om te bewegen, is een goede manier om kinderen actief te laten zijn tijdens de pauzes.



Vervoer van en naar school.

Wanneer kinderen te voet of op de fiets naar school komen, bewegen ze ook meer. Als gevolg van het drukke schema van ouders of mogelijk onveilige verkeerssituaties, worden kinderen jammer genoeg steeds vaker met de auto gebracht en gehaald. Naast het feit dat kinderen (en ouders) daardoor minder lichaamsbeweging krijgen, levert dit voor en na schooltijd vaak gevaarlijke en problematische situaties op. We hebben de scholen gevraagd in te schatten, welk percentage van de kinderen met de auto of achterop een fiets of brommer naar school wordt gebracht. Het zijn voornamelijk de jongere kinderen die niet zelf fietsen of lopen.

De percentages zijn omgerekend naar aantallen leerlingen. (Om te berekenen over hoeveel kinderen het ongeveer gaat, zijn voor de antwoordcategorieën de middelste percentages genomen (voor de categorie '0-25%' 12,5%) vermenigvuldigd met het aantal leerlingen in die groepen.) In totaal worden ongeveer 8.857 leerlingen van de ruim 36.000 leerlingen met de auto of achterop de fiets of brommer naar school gebracht; 35% van de leerlingen van de onderbouw, 26% van de leerlingen van de middenbouw en 16% van de leerlingen van de bovenbouw. Hieruit kan worden geconcludeerd dat leerlingen over het algemeen dicht genoeg bij school wonen om zelfstandig, op de fiets of lopend, naar school te komen. Op wellicht de 16% in de bovenbouw na, die nog steeds gebracht wordt. De kinderen in de onder- en middenbouw, die nog niet alleen naar school gaan, worden blijkbaar met een auto of brommer gebracht, omdat het veiliger is, of voor ouders praktischer is en niet omdat de afstand te groot is.

Op 30% van de scholen zijn er 'te weinig fietsenrekken' voor de kinderen. 43% van de scholen heeft te maken met 'te weinig parkeerplaatsen' voor auto's. Vaak is dit een probleem dat zich slechts twee keer per dag voordoet. Het verkeer levert bij 38% van de scholen 'gevaarlijke situaties' op rondom school en bij 27% zorgt het brengen en halen voor 'opstoppingen'. 6% van de scholen heeft te maken met een 'tekort aan verkeersbrigadiers'.

Een grote groep kinderen komt, ondanks de relatief korte afstand, niet lopend of met de fiets naar school. Om lopend of fietsend vervoer van en naar school te stimuleren, moeten bestaande knelpunten, zoals een tekort aan fietsenstallingen, worden opgelost. Daarnaast kan een school het belang dat zij hieraan hecht, onderstrepen door dit thema een specifieke plek te geven in het schoolgezondheidsbeleid.



Beweegactiviteiten tijdens en na school.

(Bijna) alle scholen doen mee met sporttoernooien. Vaak zijn dit toernooien waar kinderen zich voor op kunnen geven en waar niet alle kinderen van een school aan meedoen. Meestal zullen de toch al sportieve kinderen zich opgeven. Sommige scholen doen met alle kinderen mee aan sportevenementen zoals de avondvierdaags. De meest favoriete sport is veldvoetbal, 125 scholen doen hieraan mee, gevolgd door veldkorfbal, basketbal en zwemmen. Scholen met een vakdocent doen vaker mee aan slagbal en zaalvoetbaltoernooien en hebben vaker een sportdag. Scholen zonder vakdocent doen vaker mee aan volleybaltoernooien.

70% van de scholen organiseert sport en beweegactiviteiten na schooltijd. Dit zijn activiteiten die plaats vinden naast het reguliere gymonderwijs zoals danslessen, toernooien of acrobatieklessen. Meestal betreft het sporttoernooien, waar kinderen zich voor op kunnen geven. 22% van de scholen geeft aan dat er tijdens de schooltijd (en niet i.p.v. gymnastiek!) aandacht is voor beweegactiviteiten. Dit percentage is niet anders voor scholen met of zonder vakdocent. Het gaat dan voornamelijk om danslessen en verschillende soorten clinics. Deze genoemde beweegactiviteiten vallen alle onder de verantwoordelijkheid van de school.

Ook gemeenten en andere instanties organiseren na schooltijd activiteiten waar kinderen zich voor kunnen aanmelden. Op 63% van de scholen kunnen kinderen zich opgeven voor sportkennismaking. De rol van de scholen is vaak niet meer dan het verspreiden van folders, het ophangen van posters of de aandacht erop vestigen in de groep. Af en toe verzorgt de school de inschrijving. 38% van de scholen geeft aan, dat er beweegactiviteiten georganiseerd worden door gemeenten of andere organisaties na schooltijd. Daarbij valt te denken aan sportverenigingen en wijkverenigingen. Wat opvalt is dat Bredescholen specifiek aangeven er trots op te zijn dat dit doorgaans goed geregeld wordt.

Sommige scholen geven aan geïnteresseerd te zijn in het combineren van naschoolse opvang met sportclubs. Er zijn wel zorgen over de organisatie, bijvoorbeeld het overlappen van leerkrachten met buitenschoolse uren.

Samenwerking vanuit de school met partners in de driehoek Buurt-Onderwijs-Sport (BOS) lijkt geen vanzelfsprekendheid. Momenteel is de naschoolse opvang niet de verantwoordelijkheid van de scholen, maar daar komt per 1 januari 2007 verandering in. Er liggen kansen voor bewegingsstimulering wanneer scholen, buurten en sportverenigingen gezamenlijk de verantwoordelijkheid nemen voor het organiseren en behouden van naschoolse sport- en beweegactiviteiten. Het versterken van de samenwerking in de BOS-driehoek is daar onderdeel van. Gemeenten hebben de mogelijkheid om subsidies aan te vragen voor het versterken van deze samenwerking. Enkele gemeenten in de regio zijn reeds betrokken bij het project School & Sport. Hierin wordt met behulp van 'Beweegmanagement' gewerkt aan structurele samenwerking in de BOS-driehoek. Een dergelijke samenwerking biedt ook nieuwe kansen voor beweegactiviteiten binnen de school. De ideale situatie ontstaat wanneer alle gemeenten kunnen beschikken over een beweegmanager.

Schoolgezondheidsbeleid

Gymlessen zijn nodig, ook voor kinderen die achterlopen met de stof of die moeite hebben om bij de les te blijven. Tussen alle vragen over duur en vorm van bewegingsactiviteiten is er gevraagd naar redenen waarom de gymlessen (soms) niet door gaat of niet gevolgd wordt. De antwoordcategorie 'vaak' wordt op deze vragen door geen van de scholen gekozen. Op 55 % van de scholen is ongewenst gedrag van het kind 'soms' reden voor niet gymmen en op 2 % het 'achter lopen bij leervakken'. Ook de ziekte van een gymdocent is in 43 % 'soms' reden om de gymlessen niet door te laten gaan.

De scholen is gevraagd naar hun mening over een aantal beweegvraagstukken. De vragen zijn in de vorm van stellingen geponeerd en de scholen konden hier met een vijf puntsschaal op reageren, van 'helemaal mee oneens tot helemaal eens'. Hoogste prioriteit lijkt te worden gegeven aan gezonde voeding. 86% vindt dat de school daarover lesmateriaal zou moeten kunnen lenen. De GGD heeft een leskist voor de basisschool 'Gezonde Voeding en Bewegen'. Jaarlijks wordt de kist ongeveer aan 30 scholen uitgeleend.

Men vindt dat kinderen maar weinig kunnen bewegen in de klas, een groot deel van de tijd zitten ze stil. Ook het percentage dat vindt dat het huidige aantal gymlessen onvoldoende is, is aanzienlijk (50%). Veel scholen vinden dat het stimuleren van kinderen voornamelijk hoort tot de verantwoordelijkheid van de ouders. Bijna 80 % ziet hierin toch ook een belangrijke taak voor de school weggelegd. Er zijn geen duidelijke verschillen tussen antwoorden van de grote en kleine scholen en scholen uit de verschillende gemeenten aan te geven.

Scholen lijken veel waarde te hechten aan het stimuleren van een gezonde en actieve leefstijl. Een school kan dit kracht bij zetten door het thema specifiek op te nemen in het schoolgezondheidsbeleid. Daarnaast zijn er veel bruikbare lesmaterialen waarin aandacht wordt gevraagd voor het onderwerp. Ook het organiseren van themaweeken kan een positieve bijdrage leveren.

