

<https://impulsbewegingsonderwijs.nl/nieuws/inschrijven-bezoek-basisschool-het-lichtpunt-in-rhoon/>

Bezoek aan 'sportiefste' basisschool het Lichtpunt

Wat een prachtige ervaring was het bezoek (ongeveer 20 mensen) aan CBS het Lichtpunt, de sportiefste basisschool van Nederland! Gastheren waren Rob Heidenreich (directeur) en Wim van Gelder (Specialist dynamische schooldag). Een excursie die zeker voor herhaling vatbaar is!

Gedurende de dag werden de gasten meegenomen in een rondleiding bij basisschool CBS het Lichtpunt. Een prachtige Good Practice hoe een dynamische schooldag vormgegeven kan worden en bij kan dragen aan een prettige, beweegvriendelijke schooldag voor de leerlingen.

Een belangrijk uitgangspunt van de visie op een dynamische schooldag is dat de leerlingen niet langer dan 30 minuten stilzitten. Tussen cognitieve vakken in wordt er dus bewust gekozen voor afwisseling door middel van energizers, bewegend leren en dergelijken.

Alle groepsleerkrachten hebben zich aan dit uitgangspunt gecommitteerd en dit heeft gezorgd voor een dynamische leeromgeving, waarbij de gehele school en het schoolplein wordt ingezet als beweegomgeving.

Bij basisschool het Lichtpunt spreken ze ook niet over pauze, maar over buitenspelen. Waarbij er bewust gekozen is voor rust en structuur tijdens het buitenspelen. Dit is onder andere terug te zien in hoe het buitenspelen is ingeregeld.



Er zijn verschillende pleinen rondom de school, waarbij er één klas tegelijk op een plein speelt o.l.v. een MBO beweegleider en/of de leerkracht. Dit geeft rust en zorgt ervoor dat ruzies en problematieken tijdens het buitenspelen sterk verminderd zijn.

De openbare ruimtes rondom de school worden ook effectief ingezet om de beweegruimte voor de verschillende groepen te vergroten.





Basisschool het Lichtpunt zet niet alleen in op meer bewegen tijdens de schooldag, maar investeert ook in kwalitatief bewegingsonderwijs. Twee lessen voor de groepen 3 tot en met 8 worden gegeven door een vakleerkracht bewegingsonderwijs. De groepen 1-2 krijgen zelfs drie keer in de week bewegingsonderwijs van een vakleerkracht.

Juniorcoaches uit de groepen 6, 7 en 8 worden ingezet als hulp bij het buitenspelen, bewegingsonderwijs en sportdagen. Hierdoor krijgt burgerschap een plek binnen de dynamische schooldag, waarbij verschillende rollen als coach, scheidsrechter, hulpverlener etc. aan bod komen.



De vakleerkracht bewegingsonderwijs wordt ook ingezet voor het Motorlab, waarbij er extra aandacht is voor de grove- en fijne motoriek. Hierin wordt extra aandacht gegeven aan bijvoorbeeld het schrijven, door middel van bewegend leren in een spelcircuit.

Motorlab: <https://allesiinbeweging.net/storage/4277/workshop---Een-Motorlab-opzetten-voor-groep-1-4.pdf>

Wat opvalt is dat de vakleerkrachten als spil in bewegen worden ingezet, waarbij zij niet alleen verantwoordelijk zijn voor de les bewegingsonderwijs, maar ambulante tijd hebben om het bewegen in en rondom de school te stimuleren en vorm te geven.

Naast de vakleerkrachten bewegingsonderwijs zijn er ook vakleerkrachten kunst/muziek aanwezig op school.

De dynamische schooldag krijgt hier echt vorm!





Vragen van de gasten:

Hoe ziet een dag er dan uit op deze school?

Het dagrooster is aangepast aan de behoeftes van de leerlingen. Dit in tegenstelling tot veel scholen die uitgaan van het aanbod. Hierdoor ziet een dagrooster bij CBS het Lichtpunt er ook heel anders uit, waarbij maximaal een half uur niet bewegen het uitgangspunt is.

Hoe kan dit met een normaal budget?

Maak slimme keuzes! Bij CBS het Lichtpunt zijn ze uitgegaan van een visie hoe ze de schooldag wilden inrichten. Op basis van die visie zijn eerst alle randvoorwaarden voor deze visie begroot en daarna pas de rest. Daarnaast wordt er ook gebruik gemaakt van verschillende subsidies en de NPO gelden om de visie te verwezenlijken.

