

Kwalitatief goed bewegingsonderwijs, voor iedereen:

Kinderen van nu sporten en spelen minder dan hun ouders, laat staan grootouders, deden. Deels omdat het verkeer in onze omgeving almaar toeneemt maar ook dankzij de intrede van de computer. Digitaal is er vaak meer spannends en interessants te beleven. Ondanks de grote voordelen die sport, spel en beweging biedt bij de ontwikkeling van een kind. Gelukkig hebben we de gymles nog!

Een les die zo vanzelfsprekend lijkt voor ons allemaal. De werkelijkheid vertelt ons toch iets anders. Onderwijsinstellingen en bewegingsonderwijzers vinden veelal onvoldoende tijd om gestructureerde en doordachte lessen voor te bereiden en aan te bieden. Daarnaast is er de zorgelijke, afnemende trend zichtbaar in het aantal vakdocenten bewegingsonderwijs binnen het basisonderwijs. Bij veel onderwijsinstellingen ontbreekt de rode draad binnen de lessen en verschillende groepen. Dit heeft vanzelfsprekend invloed op de kwaliteit van de lessen en de effectieve beweegtijd van het kind.

De gevolgen hiervan blijven niet onopgemerkt. Dit terwijl de positieve effecten van bewegingsonderwijs enorm zijn! Onderzoek vanuit het Mulier Instituut toont aan dat bewegingsonderwijs o.a. positieve effecten heeft op: de concentratie van het kind, het sociaal gedrag, zelfbeeld, vertrouwen, schoolprestaties, verzuim en uitval. En dat naast de positieve effecten wat bewegen heeft op de fitheid, het motoriek en de bewegingsvaardigheden van het kind.

Bewegingsonderwijs 2.0

Reden genoeg om de gymles weer prioriteit te geven! Zoals de wereld om ons heen verandert, verandert ook de gymles. Waar eerder de bewegingsuitvoering nog centraal stond binnen het bewegingsonderwijs is beleving vandaag de dag meer de basis geworden. Bewegingsonderwijs ontwikkelt zich van technische oefenvormen naar beleving, spel, variatie en snelheid. Het verandert niet zomaar, het verandert om de aansluiting te blijven houden bij de behoeftes en de interesses van het kind!

Bewegingsonderwijs volgens [Lesseplan.nl](https://www.lesseplan.nl)

Uitgangspunt van bewegingsonderwijs is dat leerlingen in het basisonderwijs, steeds vanuit een pedagogisch perspectief, (meer) bekwaam raken voor deelname aan sport- en bewegingssituaties, als onderdeel van een gezonde en actieve leefstijl. Leerlingen ontwikkelen gedurende hun schoolloopbaan een eigen beweeg- en sportidentiteit. Bij bewegingsonderwijs volgens het lessenplan leren leerlingen deel te nemen aan de

bewegingscultuur in al haar verschijningsvormen en bijhorende contexten en motieven. Het gaat hierbij voornamelijk om beter leren:

- **Bewegen:** Motoriek, techniek en tactiek
- **Regelen:** Initiatief nemen, hulpverlening, samenwerken
- **Beleven:** plezier, nieuwe ervaringen, trendsporten

De taak voor de leerkracht bewegingsonderwijs binnen de school is leerlingen in aanraking te brengen met verschillende activiteiten en bewegingsuitdagingen. Door de leerlingen te laten ervaren wat het realiseren van de bewegingsuitdaging oproept aan beweegplezier, raken leerlingen gemotiveerd voor bewegen en sport op school en in hun vrije tijd.

Door gebruik te maken van het lessenplan zijn de bewegingsonderwijzers voldoende bekwaam om op een vernieuwende manier bewegingsonderwijs aan te bieden en zijn zij op de hoogte van de nieuwste trends, weten zij uitdaging binnen hun lessen aan te bieden en weten zij elk individu op zijn of haar niveau leerhulp te bieden.

Daarnaast sluit lessenplan beter aan bij de belevingswereld van de leerlingen, bestaat er de mogelijkheid tot het gebruik van instructievideo's tijdens de lessen, zijn de lessen erop ingericht dat zij voldoende aansluiten op sport specifieke trainingen binnen het verenigingsleven en leggen ze een goede basis voor deelname aan lessen lichamelijke opvoeding binnen het voortgezet onderwijs.

Zo gaan wij voor kwalitatief goed bewegingsonderwijs voor iedereen, hopelijk ook samen met jou!