

Visie

Bewegen is ontzettend belangrijk voor de ontwikkeling van kinderen. Op jonge leeftijd een gezonde leefstijl aanleren is gemakkelijker dan op latere leeftijd een ongezonde leefstijl af te leren. Wanneer je gezond eet voel je je fitter. Het leren en werken gaat dan beter en dat geldt ook voor bewegen. Bewegen en gezond eten zijn dan ook nauw met elkaar verbonden. En daar wil basisschool Heeckeren de leerlingen graag bewust van maken. We willen ze bij dit proces zo goed mogelijk begeleiden en ondersteunen.

Bewegen is een 'cultuur'. Wij willen de leerlingen graag wegwijs maken in die bewegingscultuur: kinderen leren om zelfstandig en gezamenlijk een bewegingsactiviteit op gang te brengen en houden.

Er wordt dan al snel gedacht aan de gymnastiek, maar bewegen is zoveel meer. Het omvat allerlei sportieve activiteiten en soorten bewegingsrecreatie. Daarnaast ook de bewegingswereld van kinderen, zoals het schoolplein ende woonomgeving. Bewegen moet door de leerlingen als iets leuks ervaren worden, wij hopen ons steentje bij te kunnen dragen om ze dat te laten ervaren.

Bewegingsonderwijs een leervak

Kinderen bewegen veel en graag. Dat zien we bijvoorbeeld op ons schoolplein tijdens het buitenspelen bij alle groepen terug. Ons schoolplein heeft veel verschillende speelelementen en daarnaast hebben we divers spelmateriaal. Het behouden van die actieve leefstijl is een belangrijke doelstelling. Om dat doel te bereiken leren kinderen in het bewegingsonderwijs deel te nemen aan een breed scala van bewegingsactiviteiten, zodat ze een ruim 'bewegingsrepertoire' opbouwen. Dat repertoire bevat motorische aspecten, maar ook sociale vaardigheden. Het gaat daarbij om bewegingsvormen als balanceren, springen, klimmen, schommelen, duikelen, hardlopen en bewegen op muziek. En om spelvormen als tikspelen, doelspelen, spelactiviteiten waarbij het gaat om mikken, jongleren en stoeispelen.

Vanuit dit aanbod zullen kinderen zich ook kunnen oriënteren op de buitenschoolse bewegings- en sportcultuur en de meer seizoengebonden bewegingsactiviteiten. En op deze manier willen wij hen ook begeleiden naar een beweegaanbod dat bij hen past. Bewegingsonderwijs is, net als andere vakken, een leervak.

Op school volgen we het leerproces van de leerlingen, zo komen we tot een gestructureerde en leeftijdsgebonden opbouw van bewegingslessen. Naast het doel om te bewegen vinden wij het erg belangrijk dat onze leerlingen plezier hebben in de lessen bewegingsonderwijs en andere bewegingsactiviteiten. Wij doen ons best om bewegingsonderwijs op maat aan te bieden, met uitdagende activiteiten die goed passen in de belevingswereld van onze leerlingen. Naast de bewegingslessen willen wij ze ook gedurende de basisschooltijd een aantal keren in contact brengen met andere sporten en beweegactiviteiten. We hopen de leerlingen zo te kunnen begeleiden richting een gezond leefpatroon.



Bewegingsonderwijs krijgt een grotere rol in de bewegingsopvoeding van kinderen. Kinderen bewegen tegenwoordig thuis en op straat minder en eenzijdiger. Dit kunnen we uiteraard niet alleen, hier hebben we de ouders/verzorgers ook bij nodig. Een goed voorbeeld geven, begeleiden en het stimuleren van bewegen is van groot belang! De ouderbetrokkenheid is groot op basisschool Heeckeren, ouders/verzorgers helpen goed mee bij schoolse activiteiten die wij organiseren. Wij willen de ouders/verzorgers ook graag betrekken bij het naschoolse aanbod van onze sport- en beweegactiviteiten. Wij hebben de ouders/verzorgers gevraagd om een vragenlijst in te vullen, hieruit bleek dat veel ouders/verzorgers bereid zijn hierbij te ondersteunen.

Kerdoelen van bewegingsonderwijs

57 De leerlingen leren op een verantwoorde manier deelnemen aan de omringende bewegingscultuur en leren de hoofdbeginselen van de belangrijkste bewegings- en spelvormen ervaren en uitvoeren.

58 De leerlingen leren samen met anderen op een respectvolle manier aan bewegingsactiviteiten deelnemen, afspraken maken over het reguleren daarvan, de eigen bewegingsmogelijkheden inschatten en daarmee bij activiteiten rekening houden.

Leeropbrengst

- De leeropbrengsten staan in relatie tot de kerndoelen voor het bewegingsonderwijs (57 en 58), zoals die hierboven zijn geformuleerd.
- De leeropbrengsten zijn beschreven in concrete gedragstermen en vertaald in tussendoelen op verschillende niveaus. Dit is verschillend per leerjaar en ook verschillend per groep. Wij bieden diverse activiteiten gedifferentieerd aan tijdens de bewegingslessen. Om deze doelen te realiseren gebruiken wij de methode Basislessen (onderbouw: bewegingsonderwijs in de speelzaal) en het Leerlingvolgsysteem Bewegen en spelen.

Leraren en ondersteuning

De verantwoordelijkheid voor de lessen bewegingsonderwijs is altijd in handen van leerkrachten die een bevoegdheid hebben voor bewegingsonderwijs. Alle groepsleerkrachten die gymles geven zijn hiervoor bevoegd en drie collega's zijn in het bezit van het diploma Vakspecialist Bewegingsonderwijs.

In de groepen 3 t/m 8 wordt één bewegingsles per week gegeven door een vakleerkracht gym. De andere les wordt gegeven door de groepsleerkracht. Daarnaast is het mogelijk dat er anderen, zoals stagiaires, worden ingezet in het kader van bewegen en sport op school. Tevens kan het voorkomen dat de conciërge of een ouder/verzorger ondersteunt tijdens een bewegingsles.

Elke maandag is er een MRT'er (Motorische Remedial Teaching) aanwezig op school, ze is werkzaam bij KlimOp (Oefentherapie Cesar & Kinderoefentherapie) uit Diepenheim. Ze heeft ons speellokaal op die dag tot haar beschikking.

Aanbod

Het aanbod van bewegingsactiviteiten tijdens de bewegingslessen:

- De activiteiten zijn afgestemd op de leeropbrengst en worden geformuleerd in concrete en haalbare lesdoelen. De lesdoelen worden aangegeven in de methode Basislessen Bewegingsonderwijs, voor de onderbouw Basislessen Bewegingsonderwijs in de speelzaal. De doelen passen we waar nodig aan voor de desbetreffende groep.
- Wij zorgen voor een breed lesaanbod en we maken de leerlingen vertrouwd met diverse manieren van bewegen.
- De activiteiten zijn uitdagend en ze sluiten aan bij de actuele bewegingswereld van de leerlingen. De actuele lesideeën halen we van internet. Op deze manier passen we de Basislessen soms gedeeltelijk aan. Deze inspiratie komt bv. van de website van De Gymles (www.de-gymles.nl) en De Spelles (www.despelles.nl).
- De activiteiten zijn geplaatst binnen doorlopende leerlijnen, we volgen hierbij het planningsschema van Basislessen. Hier hebben we enkele vrije momenten ingepland, die vullen we in naar eigen keuze.
- Er is aandacht voor de leerlingen die motorisch zwakker zijn, tevens zorgen we ook dat de sterkere leerlingen een sportieve uitdaging blijven houden.
- Groep 4 heeft gedurende het hele schooljaar één keer per twee weken schoolzwemmen in zwembad De Vijf Heuvels in Markelo. Groep 3 heeft dit vanaf januari tot aan de zomervakantie. Het zwemmen en het vervoer (per bus) wordt georganiseerd door de gemeente Hof van Twente.
- Er worden ook gastlessen verzorgd door sportverenigingen uit Goor. Ze geven deze gastlessen tijdens onze bewegingsles. Dit gaat op initiatief van de desbetreffende sportvereniging. Dit is vaak voorafgaand aan een toernooi dat door deze vereniging wordt georganiseerd. Formulieren hiervoor worden dan door ons uitgedeeld en er is een inlevermogelijkheid op school.



De badmintonles wordt gegeven door de vereniging in sporthal de Mossendam.

De hockeyvereniging komt voor de onderbouw naar school om een hockeyles te geven op het voetbalveld op ons schoolplein.

De bovenbouw gaat met de groepsleerkracht naar het hockeyveld om daar de les te volgen.

Overig aanbod van bewegingsactiviteiten naast onze bewegingslessen:

- Tijdens de pauzes kunnen de leerlingen heerlijk bewegen op het schoolplein. Het schoolplein is erg ruim en bevat ook natuurlijke elementen, veel bomen en struiken en een kuil om lekker te rennen. Naast alle vaste elementen op het plein is er divers spelmateriaal. Onder andere: zandbakmaterialen, karren en fietsen voor de onderbouw, ballen, badmintonrackets en paardentuigjes.



Het is heerlijk spelen op ons schoolplein.

Ons schoolplein heeft een verkeersplein, een speeltoestel met een klim- en glijdmogelijkheid, duikelstangen, evenwichtselementen, een kunstgras(voetbal)veld met vaste goaltjes, knikkertegels, hinkelperken en twee tafeltennistafels. Ook staat er op ons plein een Audonetic interactieve zuil. De zuil is met een voetpedaal te activeren. Door op het pedaal te trappen wek je zelf energie op. Bij voldoende energie geeft de Audonetic een opdracht weer. Daarnaast hebben we ons plein een Parkour opstelling. Freerunnen op het Parkour is het moderne apenkooien, maar dan op het schoolplein. Doordat kinderen op hun eigen niveau bewegen, vinden zij bewegen leuker en gaan ook méér bewegen. Zowel de beweegintensiteit als de beweegvariatie zijn ongekend hoog. Parkour daagt kinderen uit om hun grenzen te verleggen en zichzelf steeds verder te ontwikkelen. De obstakels vormen samen met een valdempende valondergrond een veilige sportomgeving en het Parkour is geschikt voor alle leerlingen van onze school. Iedereen mag en kan meedoen en stapt op zijn eigen niveau in. Dit Parkour kunnen we, naast het buiten spelen, inzetten tijdens de lessen bewegingsonderwijs of tijdens een extra bewegingsmoment. Wij kunnen hierbij gebruik maken van het didactisch document dat Yalp heeft gemaakt bij het Parkour.



Het Parkour op ons schoolplein.

- Naast onze school staan een aantal speeltoestellen. Hier kunnen we ook gebruik van maken tijdens een buitenles of tijdens een extra bewegingsmoment. Deze toestellen zijn in 2008 geplaatst aan de Kloosterlaan t.h.v. de retentievijver naast onze school. Er is een soort hindernisbaan aangelegd met onder meer een klimrek, stapstenen, klimwandje en evenwichtsbalken. Het is het winnende ontwerp van de speelidee wedstrijd, bedacht door twee oud-leerlingen van onze school.



Enkele toestellen die staan opgesteld t.h.v. de retentievijver aan de Kloosterlaan, naast onze school.

- Tussen de lessen door worden er regelmatig energizers ingezet om de leerlingen actief te houden. Hiervoor hebben we een aantal boeken in ons bezit.

- Tijdens de lessen proberen we de leerlingen ook te laten bewegen, dit kan in de klas zijn maar ook in de speelzaal of lekker buiten op het schoolplein a.d.h.v. loopspelen, estafettes o.i.d. Dit heeft dan zeer regelmatig een onderwijskundige doelstelling.
- Sommige leerlingen hebben meer bewegingsruimte nodig. Wij hebben het boek 'Wiebelen en friemelen' en de hulpkarten hiervan op school. Indien nodig zetten we dit individueel in. Daarnaast zijn er diverse materialen die wij in kunnen zetten, waar nodig.
- We nemen jaarlijks deel aan de actie van Supporter van Schoon, om te zorgen voor een schone buurt. De leerlingen van groep 6 t/m 8 gaan aan de slag op het schoolplein en in de buurt. Hierbij worden ook de speeltoestellen op het schoolplein en bij de retentievijver aan de Kloosterlaan schoongemaakt. We zijn in beweging tijdens de actie en leren de leerlingen over het belang van een schone (speel)omgeving en hoe ze hier hun steentje aan bij kunnen dragen.



Onze jaarlijkse opruimactie op het schoolplein en de schoolomgeving.

- Elk jaar hebben we een sportdag, de Koningsspelen, op de vrijdag voorafgaand aan Koningsdag. Deze dag starten we met alle leerlingen met de opening van de dans op het themalied van Kinderen voor Kinderen. Vervolgens gaan de groepen 5 t/m 8 naar de velden van GFC (voetbalvereniging), de leerlingen van groep 1 t/m 4 blijven op het schoolplein om allerlei activiteiten te doen. Deze dag wordt georganiseerd door leerlingen van het ROC, in samenwerking met onze werkgroep Koningsspelen.



Foto's van de Koningsspelen in 2018.



- Jaarlijks nemen we deel aan de Nationale Buitenlesdag en aan de Nationale Buitenspeeldag. Op die dagen krijgt het extra aandacht om onszelf, de leerlingen en ouders/verzorgers te attenderen op het belang van deze activiteiten.



Buitenlessen op basisschool Heeckeren.

- Wij proberen te stimuleren dat ouders/verzorgers en hun kind(eren) op de fiets naar school komen. Wij vinden het erg belangrijk dat de leerlingen zich veilig kunnen bewegen in het verkeer.

Daar besteden we op de volgende manier aandacht aan:

- o Vanaf groep 4 gebruiken we de verkeerskranten van Veilig Verkeer Nederland, die steeds up to date zijn.
- o Jaarlijks vindt er op onze school, in het najaar, een fietscontrole plaats voor de leerlingen van groep 4 t/m 8. De onderdelen zoals stuur, bel, rem, banden, trappers, verlichting en reflectoren worden gecontroleerd. Er vindt daarna nog een her-controle plaats voor de afgekeurde fietsen.
- o De leerlingen van groep 7 nemen in april deel aan het VVN theoretisch en praktisch Verkeersexamen.
- o Eéns per twee jaar krijgen de leerlingen een les van ANWB Streetwise. De ANWB heeft in 2006 het praktische lesprogramma ANWB Streetwise ontwikkeld voor het basisonderwijs.

Het lesprogramma ziet er als volgt uit: groep 1 en 2: *Toet toet*, groep 3 en 4: *Blik en klik*, groep 5 en 6: *Hallo auto* en groep 7 en 8: *Trapvaardig*.



ANWB Streetwise en de fietscontrole.

- Op school vinden twee inschrijfmomenten plaats voor de Wandelvierdaagse. De medailles worden, op de slotavond, uitgereikt door enkele collega's. De OR van onze school verzorgt de pauzepost op één van de vier avonden.
- De groepen 5 t/m 8 nemen deel aan het Schoolvoetbal. Wij geven de teams op en zorgen dat er ouders/verzorgers zijn die begeleiden. De desbetreffende groepsleerkrachten gaan, waar mogelijk, kijken bij het voetbaltoernooi.



- Bij actuele gebeurtenissen in de sport (bv. de Olympische Spelen, een EK- of WK-voetbal, belangrijke sportprestaties) besteden we hier aandacht aan.

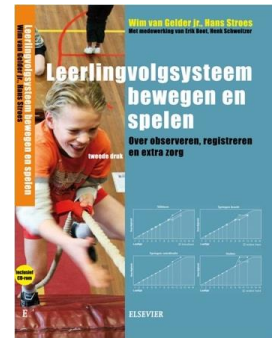


De Olympische Winterspelen 2018 in Pyeongchang zorgde voor fanatieke leerlingen (en leerkrachten) in de school!

- We proberen, indien mogelijk qua afstand en veiligheid, lopend of met de fiets naar activiteiten buiten de school en excursies te gaan.
- We stimuleren deelname aan de naschoolse sportactiviteiten die worden verzorgd door de Buurtsportcoach van 't Doesgoor in sportzaal de Kievit en 't Gijmink en bij v.v. Hector. Wij delen en promoten deze activiteiten op onze informatieborden in school, op Facebook en via Klasbord. Vanaf onze school is het 1 km. fietsen naar sportzaal 't Gijmink en 1,7 km naar sportzaal de Kievit. Basisschool Heeckeren begeleidt de leerlingen hier niet naar toe. De verantwoordelijkheid hiervoor ligt bij de ouders/verzorgers.

Vakdidactisch en pedagogisch handelen

- De leersituaties zijn veilig ingericht tijdens de lessen bewegingsonderwijs: in het begeleiden van het bewegen van de leerlingen wordt binnen aanvaardbare risico's de veiligheid gewaarborgd. Wij maken in de onderbouwgroepen gebruik van de methode Basislessen, bewegingsonderwijs in de speelzaal en voor de groepen 3 t/m 8 gebruiken we de methode Basislessen.
- Er wordt zowel op groepsniveau als op individueel niveau leerhulp op maat gegeven. Dit lukt niet bij alle disciplines per bewegingsles, er wordt bij één vak volledige begeleiding gegeven. Bij de andere vakken wordt een bepaalde vaardigheid en zelfstandigheid van de leerlingen verwacht. Dit is afhankelijk van de groep, daarom kan het zijn dat een leerkracht de bewegingsles vanuit de methode aanpast naar de situatie.
- Elk schooljaar vullen wij, op een afgesproken moment, een aantal observatieformulieren van het 'Leerlingvolgsysteem bewegen en spelen' in. Waar nodig kunnen we eventuele vervolgstappen maken, dit gaat wel altijd in overleg met de vakleerkracht en de IB'er. Deze formulieren kunnen we ook gebruiken bij onderbouwen van een beoordeling voor het rapport. De beoordeling geven we op het rapport weer in een woord. Naast de sportieve prestatie vinden wij het erg belangrijk dat de leerling sociaal handelt tijdens de bewegingslessen, veilig hulp verleent, inzet toont en dat er sprake is van plezier tijdens de bewegingslessen.
- Naast de twee bewegingslessen in de sporthal (één door vakleerkracht en andere door groepsleerkracht) kan de leerkracht (naar eigen keuze en mogelijkheden in het lesrooster) een extra moment inplannen op het schoolplein of in de speelzaal.
- De leraren zorgen voor een respectvol pedagogisch klimaat en een actieve en zelfstandige rol van leerlingen. Hier wordt ook aandacht aan besteed tijdens de lessen van de Kanjertraining. Iedereen is anders en presteert anders, dit is zo bij het werken in de klas (bv. tijdens rekenen, taal en tekenen) maar ook bij het bewegen op het schoolplein en tijdens de bewegingsles. En dat respecteren we van elkaar en we helpen elkaar waar we kunnen!



De methode Basislessen en het Leerlingvolgsysteem bewegen en spelen.

Randvoorwaarden

- De speelzaal in onze school voldoet aan de bouwnormen, de normen voor inrichting en de Arbo-richtlijnen, Arbo Meester, Consument en Veiligheid, ISA, KVLO normen, Leidraad scholen bouw VNG.
- De toestellen in onze speelzaal worden gecontroleerd door onze conciërge en daarnaast jaarlijks gekeurd door Thero. In onze speelzaal hangt een logboek. Wanneer er tussentijds iets opvallend dan wordt er actie ondernomen.
- Sporthal de Mossendam voldoet aan de bouwnormen, de normen voor inrichting en de Arbo-richtlijnen, Arbo Meester, Consument en Veiligheid, ISA, KVLO normen, Leidraad scholen bouw VNG.
- De toestellen in sporthal de Mossendam worden jaarlijks gekeurd door Nijha.
- De speeltoestellen op het schoolplein worden gecontroleerd door onze conciërge en daarnaast ook jaarlijks door Thero. Onderhoud op het schoolplein gebeurt i.s.m. Yalp of Vario Grass.
- Er is voldoende tijd gepland om de vakoverstijgende doelen en de kerndoelen voor bewegingsonderwijs te realiseren.
- De groepsgrootte in de lessen bewegingsonderwijs is afgestemd op veiligheid, beheersbaarheid en het realiseren van het omschreven aanbod en de geformuleerde leeropbrengst. Soms wordt er gezorgd voor extra begeleiding door een leerkracht, stagiaire, conciërge of ouder in te zetten tijdens de bewegingsles.
- Er kan direct eerste hulp worden geboden, er is een EHBO koffer aanwezig en toegankelijk in de school en de sporthal. Leerkrachten die in de sporthal lesgeven hebben altijd een mobiele telefoon bij zich om hulp in te kunnen schakelen.
- Er is sprake van een ongevallenregistratie. Dit wordt door de desbetreffende groepsleerkracht ingevuld, in samenspraak met de directie. Het formulier wordt ingevuld wanneer een leerling naar een arts gaat nadat er, tijdens een schoolactiviteit, een ongeval heeft plaats gevonden. In elke groep is een formulier aanwezig om te kopiëren. Een ingevuld formulier wordt ingeleverd bij de directie.
- Op school wordt minimaal twee keer per jaar een ontruimingsoefening gehouden. Medewerkers en leerlingen weten wat ze moeten doen wanneer het alarm af gaat. Dit geldt ook voor een ontruiming vanuit het speellokaal. Wanneer er in de sporthal brand of een ander gevaar is moet het ontruimingsalarm worden ingedrukt. Het alarm gaat dan af en vervolgens vindt er een ontruiming plaats. De leerkrachten weten ook hoe ze moeten handelen in de sporthal.

Afspraken m.b.t. de bewegingslessen van basisschool Heeckeren

- De leerlingen van de onderbouwgroepen gymmen in hun ondergoed en op blote voeten.
- De leerlingen van groep 3 t/m 8 kleden zich om tijdens de bewegingslessen in de Mossendam.
- De leerlingen vanaf groep 3 hebben stevige sportschoenen aan tijdens de bewegingslessen. Dit vinden wij belangrijk i.v.m. de veiligheid bij de bewegingsactiviteiten die we aanbieden.
- De leerlingen van groep 5 t/m 8 douchen zich na de gymles.
- Leerlingen van de bovenbouw mogen na het douchen deodorant gebruiken. Dit is dan wel een roller, aangezien een spuitbus veel geur verspreidt.
- Mobiele telefoons worden ingeleverd bij de leerkracht bij binnenkomst in de sporthal, voor vertrek naar school/huis kunnen ze weer worden gepakt.
- Wanneer een leerling geblesseerd is dan wordt dit gemeld door de ouder(s)/verzorger(s). De geblesseerde leerling heeft wel sportschoenen bij zich i.v.m. de veiligheid in de zaal.

Bovenstaande afspraken staan genoemd in de schoolgids.

De volgende opmerking noteren wij in de zomermaanden met regelmaat in onze nieuwsbrieven.

In de zomermaanden zien we dat veel leerlingen slippers dragen naar school. Dit kunnen en willen wij niet verbieden. Wel ervaren we dat deze leerlingen vaak minder makkelijk bewegen en ze raken sneller geblesseerd. Wij adviseren daarom het dragen van schoenen tijdens de schooldagen.



**Speelkwartier?
En de rest van
de dag dan?**

**OM
DENKEN**