

Sport & Bewegen

VOORTGEZET ONDERWIJS



Leerlingen die sporten en bewegen voelen zich gezonder, fitter en hebben minder last van stress.

Omdat leerlingen juist op deze leeftijd minder prioriteit aan sport en bewegen geven is een gevarieerd beweegen- en sportaanbod op en rondom school van groot belang.

Vignet Gezonde School

Criteria voor themacertificaat Sport & Bewegen

EDUCATIE

- De school maakt in het lesprogramma gebruik van een van de Gezonde School-lespakketten rondom Bewegen en sport, die gericht zijn op het stimuleren van bewegen en sport, zoals IRun2Bfit, DOiT en/of Sport Heroes (voor het speciaal onderwijs).
- Deze lesprogramma's stimuleren gezond beweeggedrag. Ze vergroten de kennis over het belang van voldoende beweging en maken leerlingen bewust van hun eigen beweeggedrag.

OMGEVING

- De school biedt een structureel aanbod van beweeg- en sportactiviteiten voor leerlingen buiten lestijd waar leerlingen vrijwillig aan mee kunnen doen.
- De school zorgt ervoor dat de buitenruimte van de school beweegvriendelijk is ingericht, dat wil zeggen dat deze uitnodigt om te bewegen.

BELEID

- De school moet voldoen aan de **Beleidslijn** van de onderwijsinspectie (september 2014) op grond van het amendement uit 2006 met betrekking tot het (minimaal) aantal lessen Lichamelijke Opvoeding dat gegeven moet worden. Hierin staat dat een leerling over zijn hele schoolcarrière over alle leerjaren verdeeld respectievelijk minimaal 2 (Voorbereidend wetenschappelijk onderwijs/vwo), 2,2 (Hoger algemeen voortgezet onderwijs/havo) of 2,5 (Voorbereidend middelbaar beroepsonderwijs/vmbo) lessen van 50 minuten Lichamelijke Opvoeding aangeboden moet krijgen.

SIGNALERING

- De school heeft een signalerings-, zorg- en verwijsstructuur rondvragen en problemen bij inactiviteit of motorische achterstanden.
- Zorg ervoor dat leerlingen en de mensen in hun directe omgeving weten bij wie ze terecht kunnen voor hulp of vragen rondom beweeg- en sportgedrag.
- Als de school achterstanden op het gebied van bewegen en sport signaleert, is het goed om een passend traject aan te bieden. Denk aan MRT (Motorische Remedial Teaching) of steunlessen lichamelijke opvoeding. Hierbij kan worden samengewerkt met ketenpartners.

43%

43% van de kinderen in klas 2 zitten meer dan drie uren stil per dag

Geselecteerd aanbod

Sport & Bewegen

INTERVENTIE		BESCHRIJVING	CONTACTGEGEVENS	EDUCATIE	OMGEVING	BELEID	SIGNALERING
Jij & Je Gezondheid	Digitale vragenlijst die wordt afgenomen in klas 3 door de Jeugdgezondheidszorg van GGD Groningen. Doel: signaleren van problemen bij jongeren, maar ook overzicht krijgen van de gezondheidssituatie van de betreffende klas en school. info.jijenjegezondheid.nl	JGZ-medewerker van de school Of: jeig@ggd.groningen.nl				✓	✓
DoIt	Voor VMBO, alle leerwegen, leerjaar 1 en 2. Lessen over snoep, snacks, frisdrank, bewegen, sporten, TV-kijken en computeren. www.doitopschool.nl	Arko Sports Media 030 707 30 00		✓	✓		
Irun2Bfit	Leefstijlprogramma, te combineren met een lokaal loopevenement: www.irun2bfit.nl	Stichting IRun2Bfit info@irun2bfit.nl		✓	✓		
Skills4life	Integrale interventie voor jongeren met een te hoog BMI. www.skills-4-life.nl	webshop.edu-actief.nl					✓
Schooljudo	4 lessen judo op school www.schooljudo.nl	Schooljudo.nl schooljudo.nl/contact 088 5400215		✓	✓		

Geselecteerd aanbod

Sport & Bewegen vervolg

INTERVENTIE		BESCHRIJVING	CONTACTGEGEVENS	EDUCATIE	OMGEVING	BELEID	SIGNALERING
What the Health	Voor VMBO <ul style="list-style-type: none"> • Extra bewegmomenten (tijdens en na schooltijd) • Zelfregulatie binnen de gym- en mentorles • Extra aandacht voor gezonde leefstijl www.huisvoordesport groningen.nl/sport-en-bewegen/sportieve-gezonde-school	Huis voor de Sport Groningen Bianca Bus: b.bus@hvdsg.nl	✓	✓			
Gezond Schoolplein	Zelf aan de slag met een gezond schoolplein. www.gezondeschool.nl/advies-en-ondersteuning/gezonde-schoolpleinen	Beweegvriendelijk schoolplein: Huis voor de Sport Groningen info@hvdsg.nl Voor een groen schoolplein: IVN, info@ivn.nl		✓	✓		
Sporthopper	Jongeren tot en met 13 jaar stimuleren om een sport uit te proberen. www.sporthopper.nl	Huis voor de Sport Groningen info@hvdsg.nl			✓	✓	

Voor landelijke materialen zie: www.gezondeschool.nl (klik!)

Lichaamsbeweging heeft een positieve invloed op hun zelfontplooiing: ze ontwikkelen zelfvertrouwen, doen vaker aan zelfreflectie, leren omgaan met winst en verlies en leren verschillende vaardigheden.