

## Inleiding:

Het Ministerie van Volksgezondheid, het Ministerie van Welzijn & Sport, NOC\*NSF en de Vereniging Sport en Gemeenten hebben samen het Nationaal Sportakkoord opgesteld en ondertekend.

Een van de thema's van het Nationaal Sportakkoord is; 'Jong vaardig in bewegen'. Hierbij gaat het om de doelgroep van het Primair Onderwijs.

**Waarom** is dit thema opgenomen in het nationaal sportakkoord?

Uit onderzoek is gebleken dat 55% van alle kinderen tussen de 4 en 12 jaar in Nederland de beweegrichtlijnen niet haalt. Kinderen spelen en bewegen veel minder dan enkele decennia geleden en worden steeds minder motorisch vaardig. Het Mulier onderzoeksinstituut heeft hiernaar in opdracht van Kennis Centrum Sport uitgebreid onderzoek gedaan. Door het thema in het Nationaal Sportakkoord op te nemen krijgt het nadrukkelijk en landelijk aandacht binnen de sport- en beweeg wereld. Omdat alle kinderen van 4 tot 12 jaar via het Primair Onderwijs te bereiken zijn, ligt het voor de hand om het onderwijs als aangrijpingspunt te kiezen om deze doelgroep te bereiken.

**Wat** wil Arnhem realiseren op het gebied van het thema 'jong vaardig in bewegen'?

In Arnhem is uit het nationaal sportakkoord het lokale sportakkoord ontwikkeld dat voor Arnhem passend is gemaakt. Ten behoeve van beïnvloeding van de beweeg vaardigheid van jongeren van 4 tot 12 jaar is het Beweeg Concept 2+1+2 ontwikkeld. Dit Concept staat voor 5 uur bewegen per week voor elk kind in het Primair Onderwijs op en rondom school. Deze 5 uur staan tevens voor de beweeg norm voor kinderen van deze doelgroep.

Beweeg Concept 2+1+2 staat voor; 2 uur kwalitatief goed bewegingsonderwijs, 1 uur extra bewegen onder schooltijd en 2 uur aanvullend beweeg aanbod na schooltijd in de directe omgeving van de school.

**Hoe** gaat Arnhem hier op inzetten?

Implementatie van dit Beweeg Concept zal in Arnhem via de opzet van Beweeg Teams plaats vinden. Een Beweeg Team is een samenwerkingsverband van sport deskundigen op- en rondom de basisschool waar elk kind zo'n 6 tot 10 uur per dag doorbrengt. De vakleerkracht bewegingsonderwijs, de buurtsportcoach, sport- en spel medewerkers, leden van het schoolteam, kindcentra en sportaanbieders in de wijk vormen de kern van een Beweeg Team op maat en werken

samen aan een plan op maat voor de school en de directe schoolomgeving. Het Beweeg Team betreft eveneens maatschappelijk geëngageerde partners en het Team Leefomgeving bij zijn plannen om budget te realiseren voor ontwikkeling van beweeg programma's. Op dit moment zijn er in Arnhem 5 Beweeg Teams die in min of meer gevorderde fase van samenwerking actief zijn.

Ten behoeve van de implementatie van Beweeg Concept 2+1+2 door Beweeg Teams worden er producten ontwikkeld die passen binnen dit concept. Door deze producten in te zetten kunnen scholen direct concreet aan de slag en worden zij actief op het gebied van 'meer- en beter leren bewegen'.

**Concreet:** Inmiddels hebben wij de beschikking over een aantal producten. Voorbeelden van die producten zijn;

- De Skills Box
- De BLOC beweeg test met bijbehorende software tegen kostprijs
- Leskaarten tbv de verbetering van het coördinatie vermogen als aanvulling op het curriculum bewegingsonderwijs
- Workshops Bewegend Leren (voor groepsleerkrachten)

Als je meer wilt weten over deze verschillende producten kun je contact opnemen met [Kars.deutekom@sportbedrijfarnhem.nl](mailto:Kars.deutekom@sportbedrijfarnhem.nl)

## **Gebruikershandleiding of: 'Wat je wilt weten over De Skills Box'**

### ***En daar is hij dan: de Skills Box.***

Op dit moment zijn jullie de eigenaar geworden van een Skills Box. Dat betekent dat jullie al een langere periode inzetten op meer- en beter leren bewegen bij jullie op school. Misschien zijn jullie al bezig met leerling monitoring of zijn jullie al volop in een Beweeg Team aan het werk. En nu kunnen jullie dus gebruik gaan maken van de Skills Box op en rondom school.

Vanaf zijn jullie zelf verantwoordelijk voor het 'heel houden' van de kar en het 'compleet en heel houden' van de materialen. Tips over hoe je dat bijvoorbeeld zou kunnen aanpakken tref je in deze gebruikershandleiding aan.

### ***Wat is de aanleiding tot de ontwikkeling van de Skills Box en hoe, langs welke weg, is hij bij jullie op school terecht gekomen?***

Via een samenwerkingsverband tussen Presikhaaf Schoolmeubelen, Sportbedrijf Arnhem, Decathlon en JOGG is de fysieke Skills Box ontwikkeld. Samen zetten deze partners via een prachtige samenwerking in op het stimuleren van meer bewegen op school en het beter leren bewegen op school, door PO scholen in Arnhem deze mooie Skills Box aan te bieden.

### ***Wat is de Skills Box?***

De Skills Box is een grote degelijke kar die gevuld is met mooie, veelzijdige en uitnodigende spelmaterialen. Een inventaris lijst tref je aan verderop in deze gebruikershandleiding. De Skills Box is bedoeld om op het schoolplein in de pauzes, maar ook bijvoorbeeld tijdens na-schools beweeg aanbod te gebruiken, zodat meer leerlingen tegelijkertijd met plezier aan het bewegen, spelen en sporten gaan op hun eigen niveau.

### ***Wat zit er in de Skills Box?***

Er zit een grote hoeveelheid ballen in de Skills Box en veel klein materiaal. De Urban Sports worden niet vergeten, inclusief beschermende helmen. Verder tref je diverse materialen aan die prima passen binnen het verbeteren van coördinatieve vaardigheden, zoals de loopladders, de balansschijven en de elastieken.

Om activiteiten te kunnen organiseren heb je ten slotte pionnen nodig en krijt, anders wordt het onveilig op het plein. Dus die hebben we ook toegevoegd.

Het staat iedere eigenaar van een Skills Box natuurlijk volledig vrij om de inventaris aan te vullen, gedoseerd op het plein te introduceren of

bijvoorbeeld te voorzien van een uitleen systeem dat past binnen jullie idee van een goede en veilige organisatie van meer- en beter leren bewegen.

### ***Bij de Skills Box zijn leskaarten ontwikkeld.***

De leskaarten behorend bij de Skills Box zijn gemaakt op basis van de inhoud van de Skills Box en passen binnen het principe van breed motorisch scholen.

De activiteiten die op de leskaarten vermeld staan zijn op minimaal 4 niveaus gedifferentieerd om door groep 3 t/m 8 uitgevoerd te kunnen worden.

Op de leskaarten tref je tevens informatie aan over welke coördinatieve vermogens met welke activiteiten geoefend worden.

### ***Hoe werken de leskaarten?***

Kinderen vanaf groep 5 kunnen zelfstandig met de leskaarten aan de slag. Zij lezen de opdracht op de kaart zelf en zetten de activiteit zelf klaar. Een andere optie is dat zij zonder leskaart met het materiaal aan de slag gaan.

Groep 3 en 4 kan beter onder begeleiding met de leskaarten werken. Een oudere leerling of een aanwezige volwassene op het plein kan dan helpen met het organiseren van het spel.

Op de leskaarten tref je tekens aan en tekstblokken die in de legenda toegelicht zullen worden. Die legenda tref je ook verderop in deze gebruikershandleiding aan.

### ***Tips en tops:***

Het is handig om voordat je de Skills Box in gebruik neemt stil te staan bij de volgende punten:

- Met het samenstellen van de activiteiten die op de kaarten staan beogen wij de verbinding naar het **meer en zelfstandig buiten spelen en beter leren bewegen** te leggen. Daarom kunnen alle activiteiten met weinig tot geen materialen uitgevoerd worden op minimaal 4 verschillende niveaus.
- De leskaarten zijn geschikt om zelfstandig te worden gebruikt door groep 5, 6, 7 en 8. Jongere leerlingen, groep 3 en 4, zullen waarschijnlijk zoals aangegeven hulp nodig hebben met het klaar zetten van een speelveldje en het lezen van de opdracht. Er zijn allerlei constructies te bedenken van samenwerking tussen een groepje kinderen met een **buddy leerling** uit een hogere groep om deze benodigde hulp te bieden zonder dat dit bij leerkrachten komt te liggen. Je zou hiervoor een **roulatie systeem** in kunnen richten

waarbij er telkens tijdens de pauzes van groep 3 en 4 enkele leerlingen uit groep 7 en 8 mogen assisteren.

- De materialen zijn gekoppeld aan de leskaarten maar kunnen ook zonder leskaarten gebruikt worden. Echter dan moet er overzicht over het plein zijn zodat leerlingen elkaar niet in de weg lopen en de situaties niet gevaarlijk worden. **Veiligheid** staat voorop, dus richt het plein daar op in. Zet bijvoorbeeld balspelen ver genoeg uit elkaar.
- Op elke leskaart staat in kaders **specifieke informatie** voor de gebruikers. Zo kun je op de voorkant zien wat de bedoeling is van de activiteit, hoeveel kinderen er mee aan de slag kunnen, wat de spelregels zijn en hoe het speelveldje eruit ziet. Je ziet hier ook welke materialen je nodig hebt voor de leskaart. Op de achterkant vind je behalve de 4 niveaus ook tips en informatie voor lesgevers en/of begeleiders.
- Bij de leskaarten hoort een **legenda** waarop een tekenverklaring staat. De legenda tref je aan verderop in de gebruikershandleiding.
- Bij elke Skills Box zit zoals aangegeven een **inventaris lijst**. Als de materialen verzameld worden kun je de lijst erbij nemen om te controleren of de Box op inhoud compleet is. Dit zou een leuke en verantwoordelijke opdracht voor groep 7 en 8 leerlingen kunnen zijn en kun je dus uitbesteden. Zij kunnen ook de Box weer vullen met de materialen. Eventueel kun je met deze leerlingen een afspraak maken over 5 minuten extra tijd om na de pauze de materialen van de Box weer op te ruimen.
- Onderin de Box zit een **plastic bak voor losse klein materialen**. Als de kleine materialen niet in deze box opgeborgen worden zullen zij onder uit de Box zakken omdat de openingen van de onderkant te groot zijn. Deze openingen zijn zo groot omdat de inhoud van de Box moet kunnen luchten als de materialen vochtig worden tijdens het buiten gebruik. De volgorde van inladen is altijd zo dat de box met kleine materialen helemaal onderin staat. Het net met de ballen kun je als laatste toevoegen of bovenop de Box leggen. Houdt bij het vullen van de Box rekening met het feit dat de basketring ook ruimte inneemt en dat het deksel niet onder druk komt te staan. De leskaarten, gebruikershandleiding, het stappenplan voor gebruik, de inventaris lijst en de legenda gaan in het kaarten vak aan de zijkant.

- Als je de Box in open stand wilt gebruiken (bijvoorbeeld om punten te scoren op de ingebouwde basketring) dan dien je de klep vast te zetten met de **zekeringshendel** aan de scharnierkant van het deksel links.
- De samenwerkende partners gaan ervan uit dat de gebruiker zorgvuldig met het materiaal en de Box om zal gaan zodat gebruikers er lang plezier aan kunnen beleven. Dat vereist enige supervisie op verdeling en terug innemen van de materialen op het schoolplein zowel als op gebruik terwijl kinderen aan het spelen en sporten zijn. Presikhaaf Schoolmeubelen sluit met alle scholen **een onderhoudscontract** op de fysieke Skills Box af voor 5 jaar. Dit onderhoudscontract geldt niet voor de materialen in de Box.
- NB: ten tijde van het uitzetten van de eerste 10 Skills Boxen zijn er **22 leskaarten** gereed. SBA verwacht in kalenderjaar 2021 deze leskaarten aan te kunnen vullen met minimaal 20 nieuwe leskaarten.

## Stappenplan werken met de Skills Box:

### Vooraf regelen:

1. Maak je eigen controle systeem voordat je de Skills Box in gebruik neemt. Zorg dat je een check list maakt van materialen en leskaarten die je kunt gebruiken om alles compleet te houden. Gebruik daarvoor de inventaris lijst.
2. Als de kleine materialen in de plastic box onderin de kar zet, kunnen de materialen er niet uit vallen. De ballen kunnen verzameld worden in het ballen net. Zo voorkom je dat alle ballen meteen uit de Skills Box gehaald worden bij in gebruik name en hou je zelf de regie. Je kunt hier ook een groep 8 of 7 leerling de regie over geven; de baas van de ballen!
3. De 22 leskaarten zitten in het zijvak in de box. Verzamel de kaarten na gebruik en leg ze weer op nummer volgorde voor de volgende keer. Bovenaan op de leskaarten staat hoeveel leerlingen er met die kaart actief kunnen zijn. Dat is belangrijk om te weten als je de leskaarten in gebruik neemt of uitdeelt. Een groep van 5 kan niet spelen met een leskaart voor 2 kinderen.
4. Als je de Skills Box het plein op rijdt, zet deze dan zo neer dat de klep veilig open gezet kan worden en zeker de klep tegen dichtvallen met de veiligheidspal links bij het scharnierpunt van de klep. Zet de Skills Box niet voor een muurdeel met ramen als de basket gebruikt gaat worden, maar voor een blinde muur.
5. Voer regie op het uitdelen en weer innemen van materialen en leskaarten. Per leskaart is er een bepaalde hoeveelheid materiaal benodigd. Het is belangrijk om de Box tijdens het uitdelen of uitkiezen van materialen te checken op aanwezigheid van die benodigde materialen. Als de materialen al vergeven zijn, kan de leskaart niet gebruikt worden op dat moment. (zie ook punt 1.)
6. Als de materialen uitgegeven worden is dat in principe voor de duur van de pauze. Wisselingen tussendoor zijn niet handig te organiseren. Het is met bijna alle bewegingsmaterialen mogelijk om op oneindig veel niveaus aan de slag te gaan, zodat er altijd wel een uitdaging te vinden is op eigen niveau. De leskaarten geven 4 niveaus van bewegen aan, maar leerlingen kunnen ook heel goed zelf een activiteit moeilijker of makkelijker maken.
7. Als je dit handig vindt, spreek dan met de hele school een deel van het plein af waar er met ballen gespeeld en bewogen kan worden en waar niet. Teken met krijt of milieu vriendelijke verf vakken op het plein en leg jullie school afspraken uit aan alle klassen.
8. Organiseer je uitgifte en inname van materialen met inzet van leerlingen uit de hogere klassen. Bijvoorbeeld; maak een roulatie systeem om leerlingen uit groep 8 of 7 per toerbeurt de leiding te geven over de uitgifte van materiaal en voor het weer verzamelen en opruimen van materiaal in de Box na afloop van een pauze of na-schoolse activiteit.

### **In de praktijk op het plein:**

9. Je rijdt de Skills Box het plein op, zet hem neer op de gewenste plaats (denk aan de ramen!), opent de Box, zekert het deksel en haalt het ballennet en de leskaarten uit de Box. Als je leerlingen uit groep 7 of 8 wilt inschakelen zijn die al ter plekke aanwezig of zij rijden de Skills Box naar buiten. Leerlingen die materialen komen halen staan in een rij te wachten op volgorde van aankomst. Het is handig hier een vaste plaats voor af te spreken, zodat de rij er al kan staan als de Box het plein opgereden wordt.
10. Je geeft materialen uit volgens het vooraf afgesproken systeem. Tussendoor wordt niet gewisseld van materiaal behalve als dit zo afgesproken is met degene die de leiding heeft. Als van een leskaart het materiaal niet meer aanwezig is kan die leskaart niet gebruikt worden. Omgekeerd kan materiaal wel zonder leskaart gebruikt worden. Als alle leskaarten uitgegeven zijn en er zijn nog materialen in de Box, kunnen die wel uitgegeven worden mits je weet wie wat mee neemt en ook terug brengt.
11. Één leerling krijgt namens een paar/groepje leerlingen een leskaart en materialen toebedeeld of kiest deze zelf uit. Organiseer dat zó dat het overzichtelijk blijft (bijvoorbeeld door een lange rij te maken bij de Skills Box zie punt 9.).
12. Leerlingen die een leskaart en materialen ontvangen/gekozen hebben gaan op dat deel van het plein spelen dat hiervoor aangewezen is. Zorg ervoor dat activiteiten met ballen ver genoeg uit elkaar liggen en elkaar niet hinderen.
13. Deel materialen uit tot max ca 10 minuten na start van de pauze of tot de helft van de tijd van een na-schoolse activiteit. Na deze tijd wordt het te laat om nog een activiteit goed op te starten.
14. Neem materialen in vanaf 5 minuten voor het einde van de pauze, of vanaf 5 minuten voor het einde van een na-schoolse activiteit. Dan ben je op tijd klaar met opruimen. Hanteer het eigen gekozen opruim systeem.
15. Tijdens het opruimen gaat de klein materiaal box onderin, de ballen gaan in het ballen net en er moet voldoende ruimte zijn voor de basket ring zodat het deksel van de Skills Box dicht kan.
16. Check de materialen en leskaarten op compleet voordat ze in de Box gaan. Spullen kwijt = zoeken. Spullen kapot is noteren en eventueel zelf vervangen/aanvullen.
17. Ontzeker het deksel voordat je de Box dicht doet. Zorg daarbij voor voldoende ruimte voor de basket ring. Sluit de klep eventueel met de sleutel en rijd de Skills Box naar de (vaste) opslag plaats.



# Inventaris lijst van de Skills Box

## Ballen:

- Basketbal yellow (2x)
- Mini Basketbal (2x)
- Baseball/softbal Wilson (2x)
- Kipsta voetbal (2x)
- Tennisballen (2x)
- Turnball (1x)
- Ball v100 Volleybal (2x)

## Toebehoren balsport:

- Voetbalgoal (1x)
- Draagnet ballen (1x)
- Ballenpomp (1x)

## Toebehoren racketsport:

- Easy net Artengo – badminton net (1x)
- Badminton set Kid Blue, 2 met korte en 2 met lange steel (4x)
- Beach tennis (2x)
- Badminton Shuttles koker (1x)

## Losse materialen divers:

- Vortex (2x)
- Frisbee soft (2x)
- Springtouw (2x)
- Elastiek Domyos (2x)
- Groot springtouw (2x)
- Honkbal handschoen rechts (2x)
- Honkbal handschoen links (2x)
- Hoepel groen (2x)
- Hoepel groot rose (1x)

### **Pionnen en toebehoren:**

Lot of sticks (pion verhoger behorend bij pionnen hieronder) (1x)

Lot of 4 bases pionnen oranje (1x)

Trainingshoedjes (1x)

### **Urban sports:**

Stuntstep (2x)

Skateboard (1x)

Helm play (3x)

### **Loop sport:**

Training ladder (2x)

### **Diversen niet van Decathlon:**

Stoepkrijt (1x)

10 lintjes (in 4 kleuren) (4x)

Balance bord met ronde onderkant (2x)