

## Samen in beweging!

### Beweegconcept 2 + 1 + 2

In Arnhem is door de schoolbesturen en Sportbedrijf Arnhem de keuze gemaakt om de handen ineen te slaan en samen te werken aan meer en beter leren bewegen voor alle Arnhemse kinderen in het PO.

Dit doen wij met beweegconcept 2 + 1 + 2 dat staat voor:

- 2 uur kwalitatief goed bewegingsonderwijs door een vakleerkracht bewegingsonderwijs of een specialist bewegingsonderwijs
- 1 uur extra bewegen in het schoolcurriculum voor alle leerlingen
- 2 uur naschools sport en beweegaanbod rondom school in de wijk.

De uitdaging die de implementatie van dit concept ons levert vraagt om goede samenwerking en afstemming tussen verschillende partijen die op en rondom school werkzaam zijn. Goed samenwerken heeft soms wat hulp nodig en daarbij willen wij jullie graag helpen!

Om deze hulp concreet te maken hebben wij een 'gereedschapskist' ontwikkeld met hulpmiddelen en kennis, die aan de basis liggen voor een succesvolle implementatie van beweegconcept 2+1+2. In het gebruik van deze hulpmiddelen en kennis kunnen wij jullie desgewenst ondersteunen.

Iedere plek of situatie, elk team of elke groep van samenwerkingspartners heeft zijn eigen (on)mogelijkheden en heeft dus een andere behoeftevraag. Door specifiek en lokaal te helpen, willen en kunnen wij maatwerk leveren.

Heb je een andere vraag hebben die nog niet beschreven is in deze gereedschapskist? Stel hem gerust, want met wat creativiteit kunnen we daar wellicht ook bij helpen.



## **Gereedschapskist**

### **Ondersteuning en advies bij implementatie 2+1+2**

Hoe geef jij invulling aan beweegconcept 2+1+2?

Wij kunnen jullie helpen met de eerste en volgende stappen die je kunt zetten om tot een succesvolle implementatie van 2+1+2 te komen op jouw locatie met jouw partners en collega's. Daarbij geven we advies over wat daarvoor nodig is en wie je daarbij kan en moet betrekken.

### **Planmatig werken binnen een beweegteam**

Een Beweegteam draait om samenwerken op het gebied van bewegen en gezondheid op en rondom school. Met het draaiboek 'Opzetten van een Beweegteam', inspirerende praktijkvoorbeelden en aanvullend advies kunnen wij helpen met het planmatig werken binnen een Beweegteam.

### **Aan de slag met de Skills Box**

Alle Arnhemse scholen zijn in het bezit van een Skills Box en het gebruik ervan is op even zoveel plekken verschillend. Met praktijkvoorbeelden kunnen wij jullie op weg helpen om De Skills Box zo goed mogelijk in te zetten binnen jullie specifieke situatie.

### **Ondersteuning bij (financiële) aanvragen (o.a Sportakkoord Arnhem)**

Om het beweegprogramma op en rondom jullie school nog rijker te maken, liggen er de komende 3 jaar kansen door de gemaakte afspraken rondom het Arnhemse Sportakkoord. Samen met de buurtsportcoach kunnen wij helpen bij het schrijven van aanvragen. Als je een goed basis idee hebt dat past binnen het aanvraag kader, (zie hiervoor onze [website](#)), dan kunnen wij je adviseren in het nader vormgeven daarvan.

### **Breed motorisch lesgeven op en rondom school**

Beweegaanbod wordt niet alleen kwantitatief maar ook kwalitatief ingezet. Dat wil zeggen dat het niet alleen gaat om 'meer' bewegen maar ook om 'beter leren bewegen'. Om aan dit 'beter leren bewegen' inhoud te geven en daarmee effectief te werken aan betere resultaten is het goed om beweegaanbod in te richten op basis van breed motorisch ontwikkelen. Je kiest er dan voor om met een breed beweegaanbod aan de slag te gaan en niet in eerste instantie met een sport specifiek aanbod. Wil je hierover meer weten dan kunnen we je daarmee inhoudelijk op weg helpen en adviseren. In de toekomst willen we workshops opzetten waarin we je willen scholen in Breed motorisch lesgeven.

### **Advies en feedback vakwerkplan**

Een goed vakwerkplan maakt het werk leuker, uitdagender, gedifferentieerder en vooral effectiever. Wij kunnen inhoudelijk advies en feedback geven over het opstellen van een vakwerkplan bewegingsonderwijs, passend bij jouw specifieke situatie.

## **Bewegend leren op school**

Om meer bewegen in het curriculum te brengen kan een school zich ook breder oriënteren en specialiseren in bewegend leren. Bij bewegend leren wordt bewegen als middel ingezet om verschillende redenen:

- leren wordt als 'leuker' ervaren door leerlingen die erbij mogen bewegen
- na een korte tijd bewegen blijkt de concentratie van leerlingen toe te nemen
- de zit cultuur binnen het onderwijs wordt doorbroken en daarmee draag je als lesgever bij aan het ontwikkelen van een gezondere leefstijl

Bovendien is uit diverse onderzoeken gebleken dat de extra tijd die een school investeert in extra bewegen niet resulteert in achteruitgang op cognitieve prestaties.

Wij kunnen in overleg en bij voldoende deelname inzetten op het aanbieden van workshops waarbij de principes van bewegend leren toegelicht worden en waarbij in de praktijk aan een product gewerkt wordt dat direct door de groepsleerkracht in de eigen groep gebruikt kan worden om bewegend leren te implementeren.

## **Monitoren van de beweegvaardigheid middels de BLOC test**

Altijd al willen weten hoe het ervoor staat met de beweegvaardigheid van jullie kinderen? Dit kan je monitoren met de HAN BLOC-test. Door onze samenwerking met de HAN kunnen wij jullie ondersteunen bij het afnemen van de testen. Ook kunnen wij advies geven over wat te doen met de uitkomsten van de monitor. Hoe geef je dat een zinvol vervolg?

## **Monitoren van de beweegrichtlijn volgens 2+1+2**

Bewegen de kinderen al voldoende bij jullie op school of is er nog ruimte voor verbetering? Middels deze enquête krijgen jullie inzicht in het beweeggedrag van kinderen op en rondom school. Wij kunnen daarna adviseren en helpen met de mogelijke vervolgstappen.

## **Gezondheid op en rondom school**

Bewegen is een belangrijk onderdeel van de algehele gezondheid. We werken in Arnhem intensief samen met JOGG 'Gezonde Jeugd, Gezonde Toekomst' en GO!. Zij hebben een breed aanbod aan gezondheidsinterventies, advies en ondersteuning beschikbaar. Wil je als school het brede thema gezondheid nog beter inbedden? Wij brengen je graag in contact met de JOGG-regisseurs om samen naar de mogelijkheden te kijken.

## **Vangnetzwemmen PO**

Sinds schooljaar 2019-2020 heeft Arnhem een vangnet opgezet voor kinderen die dreigen zonder zwemdiploma het PO te verlaten. We kunnen u in contact brengen met de organisatie zodat ook uw leerlingen hiervan gebruik kunnen maken indien zij aan de voorwaarden voldoen.