

# BONUS

EN VERDER

## CBS Het Lichtpunt sportiefste basisschool in 2022

Wij bieden een dynamische schooldag op CBS Het Lichtpunt

**Op een vroege ochtend in maart 2022, werden we uitgezwaaid door ouders terwijl wij wegrepen in een bus vol groep 8 leerlingen en leerkrachten van CBS Het Lichtpunt. We gingen op weg naar Groningen voor een dag vol van bewegen en plezier met als hoogtepunt: de verkiezing van de sportiefste basisschool van Nederland. Na een warm welkom, stonden de podiumpresentaties op het programma. Alle deelnemende scholen lieten met een demonstratie zien wat ze in huis hadden op het gebied van bewegen. De diversiteit van de verschillende demonstraties was erg inspirerend. De rest van de dag kregen de kinderen workshops aangeboden, zoals onder andere skaten en schermen. Maar de apotheose zat hem uiteindelijk in de woorden die de voorzitter van de jury van de KVLO uitsprak. Te midden van alle deelnemende scholen, allemaal met een enorme spanning, kondigde hij aan: "De sportiefste basisschool van Nederland 2022 is ..... CBS Het Lichtpunt uit Rhooon!" | Rob Heidenreich**

### **Wat heeft deze titel ons gebracht?**

Het allerbelangrijkste wat deze titel ons heeft gebracht, is de bevestiging dat het bieden van een dynamische schooldag goed is voor kinderen. De kinderen zijn trots op de school. Ze vertellen op verjaardagen en aan vriendjes en vriendinnetjes dat zij op de sportiefste basisschool van Nederland zitten. We zien dat kinderen met plezier naar school komen. Ze hebben het gezellig tijdens het buitenspelen, tijdens het lopen van de Daily Mile door de wijk en tijdens de beweegactiviteiten in de klas. We zien dat door deze aanpak, de sociaal-emotionele data goed zijn.

We merken ook als personeel dat het ons veel brengt. Het mooie beroep dat wij hebben is best een zwaar beroep. De hele dag de verantwoordelijkheid dragen voor een klas met kinderen vraagt veel passie, geduld en energie. Toch merken we, door het aanbieden van een dynamische schooldag, dat we energie 'overhouden'. Doordat de kinderen na elk half uur een beweegmoment hebben, verbruiken we als leerkrachten minder energie om de kinderen te motiveren om hun schoolwerk te doen. De concentratie, de focus en motivatie bij de kinderen is door de constante afwisseling van leren en bewegen, veel groter. Hierdoor houden de leerkrachten energie over om goed opgebouwde lessen voor te bereiden en te geven. We kunnen op



een positieve manier meer tijd en aandacht geven aan de kinderen. We zien zelfs leerkrachten meespelen tijdens het buitenspelen. Dit schept een uitstekende relatie met de kinderen, wat vervolgens zijn effect heeft op het werken in de klas.

### Verbreding van het beroep: vakleerkracht gymnastiek

Vanaf het moment dat we onszelf de sportiefste basisschool van Nederland mogen noemen, merken de vakleerkrachten bewegingsonderwijs dat hun werk eigenlijk heel gevarieerd is geworden. Iets waarbij we eerst niet stil stonden. Nu krijgen we terug van belangstellenden die Het Lichtpunt komen bezoeken, dat de werkzaamheden van de vakleerkracht bewegingsonderwijs op Het Lichtpunt uniek zijn. De vakleerkrachten gymnastiek geven uiteraard alle gymlessen aan de groepen 1 tot en met 8 waarbij ook juniorcoaches in worden gezet. De kleutergroepen krijgen maar liefst vier keer in de week gymlessen. Daarnaast organiseren ze het buitenspelen met de methode Beweegwijs. Ze staan in het Motor & Learninglab, waar ze de groepen 3 tot en met 8 begeleiden bij een bewegend leerparcours. Ze geven 'beweeghulp' in de groepen, waar ze kinderen op het gebied van rekenen, taal en spelling helpen om dit bewegend in te oefenen. Ook lopen ze af en toe de Daily Mile mee. Buitenschoolse activiteiten worden door hen georganiseerd en tot slot sturen ze het beweegteam van groepsleerkrachten aan. Kortom een supergaaf, gevarieerd vak.

Ook het vak van groepsleerkracht krijgt een verbreding en wordt dus leuker en afwisselender. Je moet nadenken over een goede energizer in de klas. Hoe vul ik mijn Daily Mile met mijn groep in? Op welke manier kan ik de stof bewegend inoefenen? Hoe benut ik de deskbike optimaal in mijn klas? Dit geeft alleen maar energie.

### Ambassadeur van meer bewegen gedurende een schooldag

We voelen ons steeds weer vereerd wanneer er scholen, besturen en experts komen kijken naar de invulling van onze dynamische schooldag. We zien het als onze taak om meer scholen 'in beweging' te krijgen. Doordat we



belangstellenden ontvangen en we ons verhaal doen, merken we dat er veel enthousiasme loskomt en dat scholen en besturen in beweging komen. Dit is mooi om te constateren. Hoe meer men hiermee in het land aan de slag gaat, hoe beter het is voor heel veel kinderen. Hoe meer kinderen zich optimaal kunnen ontwikkelen in een dynamische schoolweek, hoe beter dat is voor onze hele maatschappij.

We willen als school de KVLO bedanken voor de kans die we hebben gekregen. Natuurlijk is de titel: 'Sportiefste basisschool van Nederland' supergaaf en streelt het ons ego. Maar het feit dat we andere scholen en besturen kunnen enthousiasmeren om ook aan de slag te gaan met een dynamische schooldag, geeft veel meer voldoening dan de titel.

### Meedoen aan de verkiezing sportiefste basisschool van Nederland?

Ons advies is: 'Ja, doe mee aan deze verkiezing'. Stel je verkiesbaar als sportiefste basisschool van Nederland en wordt ook ambassadeur van meer bewegen gedurende een schooldag. Er zijn inmiddels al mooie voorbeelden van scholen in het land, die het voor hun kinderen al goed hebben georganiseerd. Zorg eerst dat je je lessen bewegingsonderwijs goed op orde hebt. Daarnaast willen we scholen echt adviseren aan de slag te gaan met meer bewegen gedurende de schooldag, beter nog gedurende de gehele schoolweek. Het geeft rust, ondanks dat je veel beweegt. Het geeft werkdrukverlichting voor het hele team. Het geeft plezier bij de kinderen en het personeel.

Kortom, met deze visie kan een school innoveren en zich op meerdere vlakken verbeteren.

Basisschool Het Lichtpunt in Rhoon is de Sportiefste Basisschool van 2022. Nieuwsgierig hoe zij zorgen voor een goede afwisseling tussen bewegen en leren? Rob Heidenreich, directeur van CBS Het Lichtpunt, legt uit hoe zij zorgen voor een dynamische schooldag. Scan of klik op de QR-code naar *De dynamische schooldag op Het Lichtpunt - sportiefste school 2022 - YouTube*



Neemt jouw school de titel over van Het Lichtpunt? Dit schooljaar gaan we weer op zoek naar de Sportiefste Basisschool van Nederland en de Sportiefste S(B)O-school van Nederland. Werk jij ook op een hele sportactieve school? Doe dan mee! Meer informatie over onder andere inschrijven vind je op [www.kvlo/sportiefsteschool](http://www.kvlo/sportiefsteschool) ●



#### Contact

[r.heidenreich@scpo-albrandswaard.nl](mailto:r.heidenreich@scpo-albrandswaard.nl)

**Rob Heidenreich** is directeur van Basisschool Het Lichtpunt in Rhoon

#### Foto's

Hjalmar Zoetewei

#### Kernwoorden

sportieve basisschool, dynamische schooldag