

# De vijf knoppen voor kwalitatief goed buitenspelen op de basisschool 1

**Op veel basisscholen is rond 10 en rond 12 uur 'de pauze'. De deuren naar het schoolplein gaan open. De kinderen uit de verschillende klassen rennen naar buiten. De jongens uit groep 8 voorop om het voetbalveldje in te nemen. Op het schoolplein geldt namelijk het recht van de sterkste. Dus de vaardige kinderen komen wel aan de bal, maar andere kinderen hobbelen maar mee of hangen in het doel om erbij te horen. Al tijdens de pauze ontstaan er ruzies tussen kinderen, gedoe dat doorgaat in de klas. Dat kost de groepsleerkracht veel tijd.** | Mirka Janssen en Steven Mauw

**A**ls volwassenen vinden we dat kinderen in staat moeten zijn om zelfstandig te kunnen spelen op het plein en te zorgen dat iedereen met plezier betrokken is bij het spel. Maar kinderen verschillen in leeftijd, motorische vaardigheid en interesse. Uiteraard kunnen kinderen samen leren spelen, maar dat vraagt (veel) oefening. Over het algemeen zijn kinderen tijdens het buitenspelen gebaat bij een heldere structuur, afspraken en begeleiding. Zeker de kinderen die minder goed kunnen meekomen in een vrije situatie als het buitenspelen. In dit artikel beschrijven we vijf knoppen voor kwalitatief goed buitenspelen. Voor meer informatie zie de artikelenreeks Het plein wacht... (Van Gelder, Goedhart & Janssen, 2015) dat in 2015 is verschenen in dit magazine en de Toolkit Schoolpleinen van Kenniscentrum Sport en Bewegen.

## De vijf knoppen zijn:

- 1 time-management waardoor er zo min mogelijk kinderen tegelijk buiten zijn en populaire speelplekken verdeeld worden;
- 2 een duidelijke structuur op het plein, waardoor variatie en differentiatie in activiteiten en spel mogelijk is;

- 3 buitenspeelmateriaal, dat zorgt voor een variatie in spelen en bewegen;
- 4 koppeling met de gymles, waar kinderen nieuwe en variaties van spelen krijgen aangereikt en motorische vaardigheden krijgen aangeleerd, die ze ook op het schoolplein kunnen gebruiken;
- 5 actieve rol van de leerkracht/begeleider die voor kinderen spelmogelijkheden creëert.

## Time-management

De belangrijkste knop om aan te draaien om letterlijk meer bewegingsruimte te creëren is 'time-management'. Dit geldt met name op schoolpleinen waar de belangrijkste onderliggende oorzaak een gebrek aan ruimte is. De knop time-management bestaat uit drie onderdelen:

- a. Buitenspeelrooster met gescheiden pauzetijden
- b. Heterogeen buitenspeelrooster
- c. Hotspotrooster

### Ad a) Buitenspeelrooster met gescheiden pauzetijden

Gescheiden pauzetijden, letterlijk minder kinderen tegelijkertijd buiten laten spelen, levert (veel) meer bewegingsruimte voor kinderen op. Concreet voorbeeld: in plaats van 400 kinderen

van 10.15 - 10.30 uur, spelen er 100 kinderen van 9.45 -10.00 uur, 100 kinderen van 10.00 - 10.15 uur et cetera. De kans op conflicten daalt daardoor ook. Bij de inzet van gescheiden pauzetijden is er langer geluid rond de school, maar omdat kinderen tot betekenisvol spel kunnen komen (meer ruimte), zal er minder geschreeuwd worden.

### Ad b) Heterogeen buitenspeelrooster

Klassen met (ongeveer) dezelfde leeftijd spelen vaak tegelijkertijd buiten, bijvoorbeeld de groepen 7 en 8. Het geeft echter wel druk op bepaalde plekken van het schoolplein, zoals een pannaveldje. Afhankelijk van de inrichting van het plein, kan er soms beter heterogeen gespeeld worden. Dan zal er een betere balans in het gebruik van het plein zijn. Concreet voorbeeld: groep 8 kan samen met groep 4 naar buiten. Het klimraam wordt meer door groep 4 gebruikt en het basketbalveld door groep 8.

### Ad c) Hotspotrooster

Een hotspotrooster kan een uitkomst bieden voor de hoeveelheid wachtende leerlingen bij een populaire activiteit. Een hotspotrooster betekent dat populaire plekken verdeeld worden over de groepen. Populaire plekken zijn vaak het voetballen, kingen en around-the-world/tafelen. Door te werken met een hotspotrooster geldt niet het recht van de sterkste en krijgt elk kind de kans om aan een hotspotactiviteit deel te nemen. Concreet voorbeeld: Er is al een hotspotrooster per klas voor de voetbalkooi. Een tip is om ook een moment voor minder vaardige voetballers (zonder ze zo te labelen) of voor de meisjes te creëren. Zo zorg je ervoor dat kinderen die niet kiezen



voor deze plekken omdat de ‘grote’ en ‘vaardige’ kinderen daar altijd spelen, ook de gelegenheid krijgen om daar te spelen. Ook voor andere spellen die populair zijn, bijvoorbeeld kingen, kan een hotspotrooster gemaakt worden. In een hotspotrooster kan ook een plek die buiten het schoolplein is opgenomen worden, bijvoorbeeld een voetbalkooi, trapveldje, buurtplein, park of bos. Het voordeel van het gebruik van een plek om te spelen buiten het schoolplein, is dat er minder kinderen op het schoolplein zijn. Ook zorgt het voor een variatie in de activiteiten die gedaan kan worden.

### Structuur

Structuur aanbrengen op een schoolplein zorgt ervoor dat ...

- spel kan lukken.
- andere kinderen die ‘dat’ spel niet spelen, geen last hebben van dat spel.
- kinderen uitgenodigd worden om tot spel in beweging te komen én gestimuleerd tot een variatie in spel.

Op veel schoolpleinen wordt bijvoorbeeld overal gevoetbald. Dat zorgt ervoor dat het voetbal niet goed lukt. Waar is de bal uit? En waarom staan die kinderen in de weg? Dat zorgt er ook voor dat andere kinderen last hebben van het voetbal. Door voetbal af te bakenen tot een specifieke plek (liefst aan de rand) van het schoolplein, lukt het spel beter en hebben andere kinderen er geen last van. Zeker als die plek omheind is. Daarmee komt er ruimte voor ander spel. Een tweede ‘spel’ dat vaak dominant is op het plein

zijn de fietsen en karren van de kleuters. Het afbakenen van een fietsparcours zorgt voor veiligheid van andere kinderen, maar ook uitdaging om het parcours te rijden.

In de basis kan je werken met de volgende zones voor structuur op het schoolplein:

- zone voor rijden (fietsen, steppen, skateboards);
- zone voor successpellen (kingen, around-the-world/rond de tafel);
- zone voor voetballen (afgebakende voetbalveldjes);
- zone voor ontwikkeling motorische vaardigheden (bewegingsbaantjes, freerunparcours etc.);
- zone voor spelen met los materiaal, eventueel gecombineerd met natuurelementen.

### Ad a) Zone voor rijden

Voor deze zone is lengte nodig (om snelheid te maken), bochten en differentiatie (een snelle en een technische baan). Eventueel kan een verplaatsbare ramp worden toegevoegd. Het is belangrijk om af te spreken waar het rijmateriaal geparkeerd kan worden en waar gewisseld wordt. Het wisselen kunnen leerlingen zelf (leren) aan de hand van een zandloper. Dan hoeft de leerkracht niet degene te zijn die het wisselen bepaalt. Daarnaast is een ruimte om rijmaterialen (steps, skateboards, skeelers) op te slaan nodig. Bij het gebruik van skateboard en skeelers moeten helmen worden aangeboden, vanwege de veiligheid en aansprakelijkheid.

### Ad b) Zone voor successpellen

Een successpel wordt gekenmerkt door een spel, waarbij alle kinderen zo lang mogelijk kunnen meespelen op hun eigen niveau. Successpellen zijn bijvoorbeeld kingen en around-the-world. Door meerdere kingvelden te plaatsen geeft het de mogelijkheid om te variëren met materiaal en/of speelwijze binnen hetzelfde spel.

Scan of klik [hier](#) naar een PLAYgrounds instructiefilm kingen



Scan of klik [hier](#) naar een PLAYgrounds instructiefilm around-the-world



### Ad c) Zone voor voetballen

Om tegemoet te komen aan de hoeveelheid leerlingen die graag voetbalt in de pauze, kunnen meerdere voetbalplekken gerealiseerd worden. Het liefst afgebakend met lage kleine doeltjes, dat bevordert het spel. Dit kunnen kleine veldjes zijn, waar maximaal 2 tegen 2 gevoetbald wordt. Dat zorgt voor een actiever spel en een hogere betrokkenheid bij het spel. De kinderen kunnen dan het wisselen met een zandloper (2 minuten) regelen: twee nieuwe teams komen erin na 2 minuten.

Scan of klik [hier](#) naar een PLAYgrounds instructiefilm voetbal



### Ad d) Zone voor ontwikkeling motorische vaardigheden

Een schoolplein is ideaal voor grote bewegingen en het oefenen van (basis) motorische vaardigheden zoals lopen en rennen, springen, kruipen, klimmen



en klauteren, vangen en gooien, balanceren, zwaaien, trekken en duwen. In een zone met bijvoorbeeld bewegingsbaantjes, een freerunparcours, grondtrampolines, klimrek, glijbaan en schommels kunnen kinderen hun motorische vaardigheden versterken en tegelijkertijd fantasiespel spelen. Bijvoorbeeld piraten op een schip, dieren in de jungle of 'the Mario brothers tegen Bowser'.

#### **Ad e) Zone voor spelen met los materiaal, eventueel gecombineerd met natuurelementen**

De laatste zone is een zone waarin kinderen kunnen spelen met los spel materiaal, bijvoorbeeld om touwtje te springen of met scoops over te gooien. Het is fijn als daar een aparte zone voor is, zodat je het betreffende spel materiaal daar kan aanbieden en kinderen niet gestoord worden in hun spel. Deze zone zou je kunnen combineren met natuurelementen, zoals zand en water, een ontdektuin, verstopplekken van wilgentakken etc. Er zijn veel voorstanders van het vergroenen van schoolpleinen, maar dat bevordert het beweeggedrag meestal alleen om te 'scharrelen' en voornamelijk voor de jonge kinderen. Daarnaast wordt het onderhoud vaak onderschat, lopen kinderen zand en/of modder de school in. Vaak conflicteert het met ander spel, waar bijvoorbeeld een verharde ondergrond voor nodig is of zand gevaarlijk kan zijn (uitglijden). Een aparte zone (mogelijk dus gecombineerd met de ruimte voor het spelen met los spel materiaal) met natuurelementen is daarom aan te raden.

#### **Buitenspeelmateriaal**

Spelmateriaal geeft kinderen de mogelijkheid om spellen op te starten (zoals voetbal, kingen en around-the-world),

maar ook om individueel om in tweetallen te spelen (denk aan scoops, touwtjespringen etc.). Als er één uitleenpunt is, heeft dat vaak tot gevolg dat het spel materiaal snel zoek of kapot raakt, het uitleenpunt ongeorganiseerd raakt en het materiaal niet tijdig vervangen wordt. Een tip is om per klas een tas met spel materiaal te beheren.

Voor het gebruik van het spel materiaal moet uiteraard een goed hanteerbaar leen- en controlesysteem gehanteerd worden. Ondanks een goed systeem zal het spel materiaal regelmatig vervangen moeten worden (net als pennen en schriften). Neem daar jaarlijks budget voor op. Tot slot is het belangrijk dat het juiste spel materiaal bij een spel en bij de leeftijd/ontwikkelingsfase van de kinderen wordt gekozen (dan lukt het spel). Een tip: vervang de materialen periodiek zodat de kist interessant genoeg blijft (zie ook spel van de maand bij koppeling met de gymles) en neem dit ook op in de jaarbegroting.

#### **Koppeling met de gymles**

Discussies en eventuele conflicten ontstaan door onduidelijkheid over de spelregels. Het is noodzakelijk om heldere afspraken te maken met de leerlingen over een spel opstarten, de spelregels en de spelvarianties. De vakleerkracht bewegingsonderwijs kan hierin een belangrijke rol spelen. De vakleerkracht bewegingsonderwijs kan spellen aanbieden in de gymles die de kinderen vervolgens op het plein kunnen spelen. Er zijn veel activiteiten denkbaar die tijdens een les bewegingsonderwijs gespeeld kunnen worden waarbij kinderen gestimuleerd worden dit op het schoolplein te gaan spelen. Denk aan boompje verwisselen,

diabolo, variaties op touwtjespringen, hinkelen, lummelspellen, scoopen en Annamaria Koekoek. Door tijd te besteden aan deze activiteiten in de les, kunnen de minder motorisch vaardige kinderen ook oefenen en uiteindelijk op het schoolplein beter meekomen in het spel. Zo kunnen bijvoorbeeld de sterke spelers een uitdaging krijgen (bijvoorbeeld een groter doel verdedigen) en kunnen kinderen leren ook buiten wisselsystemen toe te passen.

We raden aan om een paar keer per jaar de gymlessen in de buitenruimte te verzorgen, zodat de transfer van de spellen naar de buitenruimte voor alle leerlingen helder is. Ook kan er vanuit de gymles een spel van de maand worden aangeboden (in combinatie met de het variëren van spel materiaal). Denk aan touwtjespringen in september, stoepen in januari en knikkeren in april.

Sommige scholen introduceren het spel van de week. Dit kan actief door de leerkracht op de maandag geïntroduceerd worden waarna de kinderen het de rest van de week zelfstandig kunnen spelen. Je kan ook denken aan een thematisch aanbod van spellen.

#### **Actieve rol van de leerkracht/begeleider**

De buitenruimte kan een goede plek zijn voor het ontwikkelen van motorische vaardigheden en het oefenen van sociale vaardigheden, maar dat vraagt een actievere rol van de begeleiders. In deel 2 van dit artikel in dit magazine (Mauw, Van Gelder, Goedhart en Janssen, 2024) wordt hier uitgebreid aandacht aan besteed. ●



#### **Contact**

[m.janssen@hva.nl](mailto:m.janssen@hva.nl)

[smauw@regiocollege.nl](mailto:smauw@regiocollege.nl)

**Mirka Janssen** is lector Bewegen in en om School bij de Hogeschool van Amsterdam.

**Steven Mauw** is teammanager Sport en Beweging bij Regio College in Zaanstad.

Beiden zijn werkzaam bij scholingsorganisatie PLAYgrounds [www.playgrounds.nu](http://www.playgrounds.nu)

#### **Foto's**

PLAYgrounds

#### **Kernwoorden**

buitenspelen, schoolplein, beweegvriendelijke schoolomgeving