

belangrijke beperkende factor is (Van den Berg et al., 2020). Ook ervaren zij dat bewegsmomenten best ingewikkeld kunnen zijn, onder andere omdat niet iedereen meedoet en bewegen voor onrust kan zorgen binnen de les. Het doorbreken van zitgedrag kan echter ook laagdrempelig, bijvoorbeeld door simpelweg te staan (bijvoorbeeld met zit-sta bureaus), zonder dat dit teveel tijd kost of ten koste hoeft te gaan van de rust en de structuur in de les. Bewegen gericht op het doorbreken van zitgedrag vormt zo een belangrijk onderdeel van een dynamische schooldag.

Minder zitten, meer staan

Onderzoek laat zien dat een zit-sta bureau in de klas langdurig stilzitten vermindert en actievere houding stimuleert, zonder dat dit schoolprestaties negatief beïnvloedt (Mingus et al., 2016; Sherry, Pearson, & Clemes, 2016). Een goedkoper alternatief is dat kinderen achter een kast kunnen staan om te werken. Daarnaast kan de

leerkracht ervoor kiezen om de leerlingen te laten staan tijdens het geven van uitleg. Ook kunnen kinderen gestimuleerd worden om tijdens langdurend zittend schoolwerk regelmatig even gaan staan of een klein rondje lopen. Leerkrachten kunnen daarnaast helpen om langdurig zitten tijdens huiswerk te verminderen. Bijvoorbeeld door de hoeveelheid huiswerk te reduceren en het doorbreken van zitten met bewegsmomenten tijdens huiswerk te stimuleren.

De rol van school

School kan door middel van een dynamische schooldag een belangrijke rol spelen in het verminderen van inactiviteit van de leerlingen. Een LO-docent kan binnen een school een ambassadeursrol pakken in de invulling van een dynamische schooldag. Bijvoorbeeld door draagvlak te creëren met informeren over het nut en de noodzaak van meer bewegen en minder zitten. Ook kan de LO-docent, mogelijk in samenwerking met een

externe procesbegeleider, concreet advies geven over hoe een schoolteam kan samenwerken om invulling te geven aan een dynamische schooldag, waarin het doorbreken van zitten een belangrijk onderdeel is. Daarnaast is aansluiten bij landelijke of regionale aanpakken een optie, zoals de *Gezonde School-aanpak* of de regeling *Impuls en Innovatie Bewegingsonderwijs*. De lokale buurtsportcoach of JOGG-regisseur kan bovendien helpen om een aanpak op maat te realiseren.

Actief als uitgangspunt

Veel langdurig stilzitten heeft een negatief effect op de gezondheid, zeker voor kinderen en scholieren die weinig bewegen. Gelukkig zijn er genoeg mogelijkheden en aanpakken om langdurig zitten in de schoolcontext te voorkomen. Het uitgangspunt van een school zou dan ook moeten zijn: niet passief als actief kan, niet zittend als (af en toe) staan ook kan. Zo kan het onderwijs naast de cognitieve



Bronnen
Scan de QR-code naar de bronnen



bit.ly/3lsq3ni

Contact
yannick.dekorte@kenniscentrumsporten-bewegen.nl
johan.koedijker@kenniscentrumsporten-bewegen.nl

Yannick de Korte en **Johan Koedijker** zijn beiden Specialist Beweggedrag bij Kenniscentrum Sport & Bewegen

Foto's

Hjalmar Zoetewei

Kernwoorden

fysieke activiteit, gezondheid, sedentair gedrag, dynamische schooldag

Rollen van beweegprofessionals in en rondom school

De LO-docent is vaak niet de enige beweegprofessional in en rondom een school die zich bezighoudt met beweegstimulering van kinderen om ze voldoende te laten bewegen. Ook bijvoorbeeld een buurtsportcoach of JOGG-regisseur kunnen hier bij betrokken zijn. Iedere professional heeft zijn eigen invalshoek van waaruit hij/zij werkt met bepaalde taken en verantwoordelijkheden. Die taken zijn niet alleen afhankelijk van welke beweegprofessionals allemaal betrokken zijn, maar ook van de unieke context van de school met daarin de school-specifieke behoeften, wensen en mogelijkheden. Om inzicht te krijgen in het veelzijdige werk van de beweegprofessionals in en rondom school hebben we zes rollen ontwikkeld, gebaseerd op de eerder ontwikkelde rollen van de Gezonde School-adviseur. In dit artikel beschrijven we deze zes rollen en gaan we vervolgens in op de mogelijkheden die deze rollen bieden voor zowel de verdere professionalisering van de beweegprofessional, als voor de samenwerking op schoolniveau. | Nina Bartelink en Dave Van Kann

Een verscheidenheid aan beweegprofessionals in en rondom school

In Nederland is de LO-docent (of in po: vakleerkracht bewegingsonderwijs) dé beweegprofessional op school. Hij/zij zet zich volop in om kinderen goed en voldoende te laten bewegen. Daarnaast zijn er vaak ook andere beweegprofessionals betrokken bij een school met als doel kinderen voldoende te laten bewegen. Zo kan een school samenwerken met een buurtsportcoach of combinatiefunctaris, vaak werkzaam vanuit de gemeente. Deze beweegprofessional zet zich in voor beweegstimulering van kinderen zowel binnen als buiten de school. Een gemeente kan zich daarnaast ook geïnteresseerd hebben aan JOGG, waarbij ze een of meerdere JOGG-regisseurs hebben aangesteld. Zo'n JOGG-regisseur houdt zich vaak niet alleen met beweegstimulering bezig, maar heeft een brede focus op een gezonde leefstijl van kinderen. Hun werkgebied is op wijk- of gemeentenniveau. Daarnaast kan een school ook bezig zijn met de Gezonde School-aanpak, waardoor ze ondersteuning (kunnen) krijgen van een Gezonde School-adviseur vanuit de lokale GGD. Zo'n adviseur heeft, net als de JOGG-regisseur, een bredere focus dan alleen het stimuleren van bewegen, maar waarbij de focus daar wel op kan komen te liggen doordat de school kiest voor het gezondheidsthema 'bewegen en sport'.

Binnen de Gezonde School-aanpak wordt ook een Gezonde School-coördinator aangesteld, oftewel een kartrekker vanuit de school voor alles rondom deze aanpak. Binnen



het gezondheidsthema 'bewegen en sport' kan dit weer heel goed de LO-docent zijn, maar dat hoeft niet. Tenslotte kunnen er natuurlijk ook nog andere beweegprofessionals, zoals mensen van lokale sportverenigingen, verbonden zijn aan een school. Dit veelvoud aan mogelijke beweegprofessionals in en rondom een school laat zien dat een LO-docent vaak samen met andere beweegprofessionals in een soort 'beweegteam', en daarbij uiteraard in samenwerking met de mensen in de school, streeft naar het voldoende laten bewegen van kinderen. Maar ondanks dat gezamenlijke doel, heeft iedere beweegprofessional wel zijn eigen invalshoek waar hij/zij vanuit werkt, omdat ze onder andere kunnen verschillen in werkgebied (bijv. school, wijk, gemeente), focus (bijv. bewegen, gezonde leefstijl in het algemeen), werkgever (bijv. school, gemeente, GGD), en/of opleidingsachtergrond (bijv. alo, Sportkunde, Gezondheidswetenschappen). Vaak is daardoor niet goed duidelijk wie wat nou precies doet en voelt het helemaal niet aan als een team omdat iedereen gewoon zijn eigen taken oppakt. Hierdoor kan de onderlinge samenwerking nog suboptimaal zijn (Bovens et al., 2022).

Iedere school is anders

Welke beweegprofessional welke taken precies op zich zou moeten nemen, is natuurlijk ook lastig vast te leggen. Dit is namelijk afhankelijk van de specifieke school en de keuzes die

er onder andere gemaakt worden op school- en gemeenteniveau. Oftewel, iedere school heeft zijn eigen unieke context. Dit is een breed begrip en redelijk abstract. Concreet kun je bij de context van een school denken aan de sociale, politieke, economische en fysieke omgeving van de school; de kenmerken, gedragingen, wensen en behoeften van de mensen in de school; de bredere omgeving waarin de school zich bevindt en de geschiedenis en organisatie van de school (Bartelink et al., 2022a). Doordat iedere school zo uniek is, zijn er dus altijd school-specifieke behoeften, wensen en mogelijkheden waar een beweegprofessional mee te maken krijgt. Oftewel, om het bewegen zo optimaal mogelijk te stimuleren kan op de ene school iets heel anders nodig, gewenst of mogelijk zijn dan op een andere school. Dit, samen met die verscheidenheid aan betrokken beweegprofessionals, zorgt ervoor dat de precieze taken van een beweegprofessional op school enorm kunnen variëren.

Leren van anderen: context-gericht werken binnen de Gezonde School-aanpak

Programma Gezonde School liep tegen dezelfde issues aan, maar dan binnen de functie van de Gezonde School-adviseur van de GGD. Deze adviseur ondersteunt scholen bij het implementeren van de Gezonde School-aanpak, maar doordat iedere GGD-regio anders is en iedere schoolcontext zo uniek is, zijn ook die ondersteuningstaken vaak zeer

verschillend. Om inzicht te krijgen in het werk van de Gezonde School-adviseur zijn daarom vijf rollen beschreven. Deze rollen zijn ontwikkeld door Programmeerteam Gezonde School, Universiteit Maastricht en VU Amsterdam, in volledige co-creatie met Gezonde School-adviseurs uit de praktijk. De rollen beschrijven het werk van een Gezonde School-adviseur op een net iets hoger niveau, waardoor het herkenbaar en toepasbaar blijkt in allerlei situaties en schoolcontexten (Bartelink et al., 2022b). Uiteindelijk zijn deze rollen de rode draad geworden in een training voor GSA's rondom contextgericht werken als onderdeel van het deskundigheidsbevorderingsaanbod.

Een vertaling naar de beweegprofessionals in en rondom school

Door de positieve ervaringen en reacties op deze rollen hebben we een eerste verkenning gedaan van een vertaling van de rollen naar de beweegprofessionals in en rondom school. Deze vertaling hebben we voorgelegd aan zowel enkele beweegexperts als beweegprofessionals uit het werkveld, om dit meteen zo goed mogelijk te laten aansluiten bij de praktijk. De vertaling van de rollen heeft geleid tot de beschrijving van zes rollen (zie tabel 1 en 2). Te verwachten is dat alle rollen opgepakt moeten (kunnen) worden door de betrokken beweegprofessionals, om kinderen echt voldoende te laten bewegen in en rondom de school.

De mogelijkheden van deze rollen voor de praktijk

Het biedt inzicht in ieders rol(len) op school

Door de beschrijving van de rollen wordt duidelijk dat het voldoende laten bewegen van kinderen in en rondom school, verschillende rollen van de beweegprofessionals vereist. Doordat iedere beweegprofessional zijn eigen invalshoek heeft, zal bij iemand de ene rol ook beter passen dan de andere rol. Een LO-docent kan bijvoorbeeld soms meer gericht zijn op hoe alles gaat binnen de school



dan buiten de school. De rol van 'spin in het web' kan dan bijvoorbeeld weer heel goed opgepakt worden door een buurtsportcoach, JOGG-regisseur of Gezonde School-adviseur. Het is dus juist mooi, en wellicht zelfs noodzakelijk, dat er meerdere beweegprofessionals op een school betrokken zijn die de verschillende rollen kunnen oppakken. Het met elkaar bespreken en afstemmen wie welke rol(len) oppakt kan inzicht geven in waar overlap of nog eventuele gaten zitten.

Het biedt een tool om samenwerking en communicatie op een school (nog meer) te bevorderen

De rollen kunnen gebruikt worden als gesprekstoel over wie waar op focust en wat je kunt en mag verwachten van elkaar. Het gesprek

hierover aangaan kan inzicht geven en duidelijk maken waar nog goede afstemming nodig is. Dit kan dus ook een efficiëntieslag op school tweebrenge. Vervolgens is continue communicatie en onderlinge afstemming over ieders rol(len) en verantwoordelijkheden belangrijk voor een blijvend goede samenwerking tussen de beweegprofessionals.

Het biedt handvatten om contextgericht te werken

Zoals ook is gebleken bij de Gezonde School-adviseurs kunnen de rollen houvast bieden om contextgericht te werken. Contextgericht werken kan betekenen dat niet iedere rol altijd nodig is. De ene situatie vraagt wellicht om een andere (combinatie van) rol(len) dan een andere situatie.



Door bewust te zijn van de verschillende rollen is makkelijker in te zien welke rollen nodig zijn en welke rollen wellicht nog meer naar voren mogen komen.

Het biedt kansen voor gerichte professionalisering

Soms zouden bepaalde rollen meer opgepakt mogen worden, maar is dat zo makkelijk nog niet. Iedere rol vraagt natuurlijk ook weer om net wat andere vaardigheden. Zo heeft een 'aanjager' goede overtuigende en motiverende vaardigheden nodig en een 'spin in het web' zou weer meer omgevingsgevoelig en een goede netwerker moeten zijn. Op basis van de rollen kan iedere professional reflecteren op zijn eigen handelen en kijken naar groeimogelijkheden. Gerichte

Tabel 1 Een overzicht van de rollen van beweegprofessionals in en rondom school

Rol	Korte omschrijving	Focus op
Navigator	• Heeft optimaal inzicht in de schoolcontext	• Intern, in de school
Spin in het web	• Verbindt de school aan externe partners	• Extern, buiten/rondom de school
Lokale expert	• Kent de mogelijkheden voor bewegestimulering	• Inhoud
Kritische vriend	• Is een kwaliteitsbewaker	• Proces
Aanjager	• Is een ambassadeur voor sport en beweging	• Inspireren
Aanpakker	• Voert de beweegactiviteiten uit	• Coördineren en uitvoeren

	Navigator: De beweegprofessional maakt, samen met mensen in de school en eventuele externe partners, keuzes hoe kinderen (structureel) voldoende kunnen bewegen in en rondom de school op een manier die past bij de unieke schoolcontext en de dynamiek in de school. De beweegprofessional kijkt en luistert hierbij goed naar de behoeftes, wensen en mogelijkheden die er zijn in en rondom de school en zorgt ervoor dat de initiatieven meebewegen met veranderingen in de context. De beweegprofessional let hierbij op mogelijke kansen in de school en dat het momentum niet verloren gaat. Ook heeft hij/zij zicht op de aanwezige motivatie, kennis en vaardigheden van de mensen in de school om het bewegen te stimuleren.
	Spin in het web: De beweegprofessional verbindt, waar gewenst en mogelijk, de school met externe partners, zoals de gemeente of sportverenigingen, met als doel om kinderen voldoende te laten bewegen in en rondom de school. De beweegprofessional zorgt voor een goede samenwerking tussen de school en externe partners, waarbij een balans wordt gezocht tussen de kansen en belangen van buiten de school en de behoeftes, wensen en mogelijkheden in de school.
	Lokale expert: De beweegprofessional beschikt over expertise en up-to-date kennis over hoe kinderen (structureel) voldoende kunnen bewegen in en rondom school en is bekend met de lokale en regionale kansen en mogelijkheden rondom sport en beweging. De beweegprofessional is daarnaast in staat om (op basis van de behoefte van de school) verdiepende expertise op te doen rondom sport en beweging. De beweegprofessional zet deze kennis in, samen met de eigen ervaringen en expertise, om het bewegen te stimuleren in en rondom de school.
	Kritische vriend: De beweegprofessional denkt mee en adviseert bij alles wat te maken heeft met bewegen in en rondom de school. Hierin is de beweegprofessional een kwaliteitsbewaker van het proces en de inhoud: hij/zij heeft een kritische blik, monitort en houdt een spiegel voor waar nodig om te komen tot de meest effectieve en optimale vorm van beweegaanbod passend bij de school, waarbij de beweegprofessional ook oog heeft voor het zoveel mogelijk borgen van de initiatieven.
	Aanjager: De beweegprofessional draagt het belang en de noodzaak uit dat kinderen voldoende bewegen in en rondom de school. Hij/Zij enthousiasmeert en inspireert de mensen in de school en externe partners over (mogelijkheden rondom) sport en beweging. Ook let de beweegprofessional erop dat in het gehele proces de mensen in de school zoveel mogelijk worden betrokken om draagvlak te creëren en behouden.
	Aanpakker: De beweegprofessional ontwerpt en organiseert, samen met mensen in de school en eventuele externe partners, (structurele) beweeginitiatieven passend bij de school. De beweegprofessional voert de desbetreffende initiatieven uit en/of coördineert de initiatieven en geeft ondersteuning aan de uitvoerders. Bij de uitvoer van de initiatieven creëert de beweegprofessional een zoveel mogelijk sociaal en fysiek veilig beweegklimaat voor alle kinderen.

Tabel 2 Beschrijving van de rollen van beweegprofessionals in en rondom school

** Een beweegprofessional in en rondom een school is iemand die zich inzet voor het stimuleren van bewegen van kinderen. Hij/Zij is een echte ambassadeur van sport en beweging en focust zich op de schoolsetting. Binnen een school werkt een beweegprofessional vaak samen in een (beweeg)team, waarbij ieder zijn/haar eigen rol en verantwoordelijkheden heeft om er vervolgens samen voor te zorgen dat kinderen voldoende bewegen. Zes rollen kunnen hierin worden onderscheiden. Wie welke rol(len) op zich neemt kan per school verschillen, afhankelijk van welke beweegprofessionals betrokken zijn en de context van de school met daarin de school-specifieke behoeftes, wensen en mogelijkheden.

* Een beweegprofessional in en rondom een school is iemand die zich inzet voor het stimuleren van bewegen van kinderen. Hij/Zij is een echte ambassadeur van sport en beweging en focust zich op de schoolsetting. Binnen een school werkt een beweegprofessional vaak samen in een (beweeg)team, waarbij ieder zijn/haar eigen rol en verantwoordelijkheden heeft om er vervolgens samen voor te zorgen dat kinderen voldoende bewegen. Zes rollen kunnen hierin worden onderscheiden. Wie welke rol(len) op zich neemt kan per school verschillen, afhankelijk van welke beweegprofessionals betrokken zijn en de context van de school met daarin de school-specifieke behoeftes, wensen en mogelijkheden.


Een LO-docent werkt vaak samen met andere beweegprofessionals in een beweegteam



scholing rondom de rollen kan hierbij helpen om de beweegprofessional te ondersteunen en verder door te ontwikkelen. Deze scholing kan daarnaast ook aangeboden worden aan beweegprofessionals in opleiding. Zij kunnen dan alvast bewust worden gemaakt van de verschillende rollen die ze later in hun werk zullen gaan vervullen. Ook kunnen toekomstige beweegprofessionals hiermee beter worden voorbereid om inter- en multidisciplinair samen te werken in de schoolcontext.

Conclusie

Dit artikel geeft een eerste verkenning weer van de rollen van beweegprofessionals in en rondom school. De rollen bieden allerlei mogelijkheden voor de praktijk zowel voor de beweegprofessional zelf als voor de samenwerking op school. Al die mogelijkheden kunnen helpen om in de toekomst (nog meer) kinderen voldoende te laten bewegen in en rondom scholen. De verkenning naar de optimale samenstelling van een 'beweegteam' op school die samen alle rollen succesvol kunnen uitvoeren, is hierbij een ideaal hulpmiddel en vertrekpunt voor de



Voor een optimale samenstelling van beweegprofessionals zijn er zes rollen in een beweegteam



Bronnen

Bartelink, N., Kremers, S. & Van Assema P. (2022a). Complexiteit en systemen in gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering. In Brug et al. (eds.), *Gezondheidsvoorlichting en Gedragsverandering: een planmatige aanpak*. (pp 251-268). Uitgeverij Van Gorcum.
Bartelink, N., Van Dongen, B., Kremers, S., Renders, C., Van Vlokhoven, B., Van Koperen, M. & Van Assema, P. (2022b). Supporting schools during the implementation of the health-promoting school approach: The roles of a healthy school advisor. *Frontiers in Public Health*. doi:10.3389/fpubh.2022.960873
Bovens, J., Moresi, S., Van den Langenberg, N., & Snoeren, M. (2022). De sleutel naar grensoverstijgend samenwerken in learning communities; de rol van bruggenbouwer. *Tijdschrift voor HRM*, (3), 85-103.

Contact

n.bartelink@fontys.nl
d.vankann@fontys.nl

Nina Bartelink is onderzoeker in het lectoraat Move to Be, Fontys Hogeschool Eindhoven. Zij is een expert op het gebied van de ontwikkeling en implementatie van contextgerichte aanpakken op scholen gericht op een gezonde leefstijl
Dave Van Kann is lector 'Leren Bewegen in en rondom de School' van het lectoraat Move to Be, Fontys Hogeschool Eindhoven

Foto's

Anita Riemersma en Shutterstock
Kernwoorden
beweegprofessional, contextgericht werken, professionalisering, rollen