

Meer LO op school? Het kan.

TREFWOORDEN: sportschool, fitte school, stappentellers, schoolchallenge, optie sport, conditie

ACTIE OP HET MINNEPLEIN



Middenschool Ieper werkt aan de conditie

Een nieuw jaar, een goed voornemen. Zo ging het ook in klasje 1F van de Middenschool Ieper. Juffen Nathalie Malfait en Saskia Deback steken de koppen bij elkaar en gaan op zoek naar een hulpmiddel om hun leerlingen te motiveren meer te gaan bewegen en sporten.

En zo krijgen we bij de Bond voor Lichamelijke Opvoeding een vriendelijke e-mail van de lerares aardrijkskunde en economie Nathalie en haar collega van fysica en wiskunde Saskia.

“Binnenkort starten we met een sportchallenge op school, om de leerlingen die NIET in een sportrichting zitten, aan te sporen meer te bewegen. Elke leerkracht mag één klas uitkiezen om zich daarvoor ‘op zijn manier’ te engageren.

Wij zien het zitten om een technische klas te motiveren en zouden daarvoor graag stappentellers gebruiken, omdat wij denken dat 13-jarigen dan sneller geneigd zullen zijn om te voet naar school te komen, meer te bewegen op de speelplaats, enz... Zouden wij met dit idee kunnen rekenen op de stappentellers die BVLO i.s.m. Mars ter beschikking stelt voor ‘bewegingsprojecten’ in secundaire scholen?”

Veel groeten van twee supergemotiveerde leerkrachten

Onze interesse was meteen gewekt. Niet-LO-leerkrachten die mee aan de kar trekken van sport en beweging, dat is zeker positief!

Het pakket stappentellers werd bezorgd en we spraken meteen af om later op het schooljaar samen de resultaten eens te bespreken.

Net voor het einde van het schooljaar vonden we nog een gezamenlijk gaatje in onze agenda en ging ik op bezoek in de Middenschool van Ieper.

LO-leerkracht Lieven Craeymeersch kwam mij al enthousiast tegemoet. “U bent waarschijnlijk Sophie van BVLO, mijn collega’s Nathalie en Saskia hebben nog even les maar ik kan u intussen al wat uitleg geven.”

De jongeman troonde mij mee naar de sportzaal annex FitClass, intussen druk vertellend over alle sportieve initiatieven die de school kan voorleggen.

“We zijn een sportieve school en we kunnen rekenen op een enthousiast team van leerkrachten LO”, steekt Lieven Craeymeersch van wal. “En we zijn nog steeds aan het groeien.”

Een sportprofiel

De campus Minneplein Ieper barst van de ac-

tiviteiten. Vijf jaar geleden staken de directies van de drie secundaire scholen – de middenschool, het KA en het KTA – de koppen bij elkaar. De hamvraag was: hoe kunnen we ons als scholengroep profileren, hoe kunnen we de concurrentie aangaan met vijf andere secundaire scholen in de stad en waarin zijn we uniek of kunnen we uniek worden? Het antwoord op de ‘unique selling position’ was ‘sport’.

Het is niet de eerste keer dat wij dit verhaal neerschrijven. Vaak is het zo dat als een school zich een uitgesproken sportprofiel aanmeet, dat gepaard gaat met succes en stijgende leerlingenaantallen.

De optie sport in TSO en ASO ontleed

Vier schooljaren geleden startte het Koninklijk Atheneum dus met de studierichting LO en sport in het derde jaar, TSO. Deze pilootklas is nu pas afgestudeerd en een aantal van deze leerlingen trekt naar de hogeschool om er Bachelor in de Lichamelijke Opvoeding te gaan studeren.

Intussen wordt de optie sport al vanaf het eer-

ste jaar secundair TSO aangeboden. De leerlingen krijgen naast twee uur LO nog twee uur sport. In dat eerste jaar krijgen ze fitness (algemene conditie), uitbreiding atletiek, unihockey (behendigheid), tafeltennis (als tweede terugslagsport) en korfbal (balvaardigheid). In het tweede jaar kiezen de leerkrachten ervoor om de basis uit te breiden. In totaal volgt een dik derde van de leerlingen uit de eerste graad de sportrichting. “En het toffe is dat we echt ook andere leerlingen aantrekken, die bewust voor de sport kiezen en dus naar onze school komen”, zegt Lieven Craeymeersch.

Nieuw vanaf het schooljaar 2011-2012 is dat de optie moderne sport (Middenschool) verder uitgebouwd wordt tot een volwaardige Wetenschappen-Sport (2de en 3de graad ASO) en ook hier wordt een stijgend aantal leerlingen verwacht. “Kinderen van Ieper en omgeving moeten nu niet langer uitwijken naar Brugge of Meulebeke”, stelt mijn gesprekspartner niet zonder trots.

In de tweede graad TSO krijgen de jongens en meisjes 10 uur sport aangeboden, naast 2 uur

theorie van de sport en 2 uur Lichamelijke Opvoeding.

In de derde graad loopt dat op tot 16 uur in totaal met daarin fysiologie van de beweging (2), theorie van de sport (2) en natuurlijk ook de sport zelf (12 in het vijfde jaar; 11 + 1 uur stage in het zesde jaar).



Tot zover de structurele wetenswaardigheden.

Enthousiast team en uitnodigende omgeving

Je staat natuurlijk nergens met een goede structuur en weinig motivatie. "Maar in onze school ontbreekt die zeker niet, wel integendeel. Onze vakgroep telt 7 LO-leerkrachten en we kunnen ook rekenen op de steun van de directies en collega's. Het is gewoon ook zo dat de 'gewone klassen', waarmee ik bedoel de niet-sportklassen, meegezogen worden in de sportieve sfeer hier op school. Getuige daarvan bijvoorbeeld de grote afvaardigingen bij schoolsportactiviteiten en onze vele ploegjes tijdens de Sportfun Challenge (24 x 5 leerlin-

gen) waarin ook minder sportieve jongens en meisjes zich ten volle gaven.

Ook de accommodatie in en rond de school nodigt uit tot beweging en sport en bovendien is er sinds kort een FitClass bijgekomen waarvan de school overdag kan gebruikmaken. Dat is zeker een troef, we hebben een beurtrol voor het gebruik van de verschillende infrastructuur, en ook de fitclass is goed bezet. Trouwens ook 's avonds. Eén van de LO-leerkrachten baat de FitClass uit na de schooluren, en met succes. Eigenlijk hangt het allemaal samen", besluit Lieven Craeymeersch.

Conditie en Fitheid opbouwen

Nathalie en Saskia hebben ons intussen vervoegd en geven graag een woordje uitleg over de schoolchallenge waarvoor ze de hulp van de stappentellers inriepen.

"Het was de bedoeling om alle leerlingen te motiveren om een betere conditie en lichamelijke fitheid op te bouwen. Om de jongens en meisjes te motiveren wordt dit gedaan aan de hand van een schoolchallenge waarbij de beste klas afgevaardigd wordt om deel te nemen aan de apotheose met klassen van verschillende scholen.

In eerste instantie moesten de leerlingen per klas dus zoveel mogelijk vooruitgang boeken om de beste klas van de school te worden.

Elke leerling werd getest, kreeg een bewegingsprogramma mee voor 12 weken en kreeg dan een re-test", leggen de leerkrachten uit.

"We gingen er echt voor en organiseerden naschools extra bewegingsmomenten voor onze klas 1F. In eerste instantie lieten we hen hun gemiddeld aantal stappen per dag meten en

spoorden we hen op alle mogelijke manieren aan om het aantal op te drijven, wat aardig lukte. We gingen ook na schooltijd zwemmen met de gasten, gingen fitclassen en moedigden de leerlingen aan om heel veel te bewegen binnen en buiten de school."

Zelf zijn Nathalie en Saskia ook sportief, dus konden ze hun voorbeeldrol echt waarmaken.

"Ons klasje is jammer genoeg niet de winnaar geworden, maar we hebben toch het gevoel dat we iets hebben kunnen losmaken", besluit het duo.

Lieven Craeymeersch vult aan dat de schoolchallenge niet stopt na die twaalf weken. Het is zo dat de leerlingen (en hun ouders) allemaal een brief meekregen waarin ze gestimuleerd werden om het trainingsschema te gebruiken voor een actieve invulling van de zomervakantie. Een nieuwe uitdaging staat hen te wachten, want op zondag 11 september 2011 wil de school met zoveel mogelijk leerlingen deelnemen aan de loopwedstrijd 'Dwars door Ieper' (7 km stadsloop) onder het motto 'deelnemen is belangrijker dan winnen'.

MEER INFO:

Middenschool Ieper

Maarschalk Plumerlaan 24, 8900 Ieper

Tel. 057/20.00.38

ms.ieper@rago.be

www.campusminneplein.be



SOPHIE VAN AELST,
Communicatie BVLO

PAST UW SCHOOL OOK IN DEZE RUBRIEK?

Neem dan als de bliksem contact op met de redactie

Sophie Van Aelst, sophie.vanaelst@bvlo.be

Wij brachten in deze rubriek al verslag uit over

- Sportschool Gentbrugge
- Vrij Landelijk Instituut Oudenaarde
- MPI Zonnebos in 's Gravenwezel
- Atheneum Wispelberg Gent
- Middenschool Maaseik
- Basisschool De Reigers Zelzate
- Maria-Boodschaplyceum Brussel

- Sportbasisschool Heusden
- De Oester Oetingen/Strijland
- Atheneum Avelgem
- Basisschool Hof Pepijn Landen
- KTA Jette
- KTA De Beeltjens Westerlo
- Universiteit Gent

- Basisschool De Regenboog Ertvelde
- De Meidoorn Eeklo
- Freinetschool De Boomgaard Gent
- Middenschool Lyceum Hasselt
- Koninklijk Atheneum Ninove
- Basisschool De Beeltjens Westerlo

WIE PRIJKT HIER ALS VOLGENDE "GOEDE VOORBEELD"

