



Inhoudsopgave

 Dit is een interactieve PDF, je kan via buttons navigeren

Voorwoord

1

Het succes van hybride leren

2

Sportparkmanager Sportpark Zuid

3

Introductie 1^e jaars op de werkvloer

4

Samen bouwen aan een duurzame toekomst

6

Even voorstellen

7

Save the date

7

Bekijk [hier](#) de laatste ontwikkelingen en informatie over veelzijdiger in beweging.

Voorwoord



De signalen stapelen zich op: bewegen is goed voor je. Natuurlijk, maar dat is slechts een deel van het verhaal. Niet al het bewegen is per definitie gezond, zeker niet als het eenzijdig of adaptief is aan het werk dat je dagelijks doet. Dan ligt over- of onderbelasting op de loer, net zoals dat in de sportwereld gebeurt. En daar moeten we wat mee. Er wordt veel gezegd over het trainen van mentale en fysieke beweegvaardigheden, maar van een groot deel weten we simpelweg niet of het daadwerkelijk werkt. Wat wel duidelijk is, is dat bewegen een sleutelrol speelt in het voorkomen van grote uitdagingen in de toekomst. Toch lijkt dit besef nog niet overal geland te zijn.

We hebben bijvoorbeeld te maken met een politiek klimaat waarin de gevolgen van beweegarmoede misschien wel onderkend, maar genegeerd als het gaat om er juist meer in te investeren dan minder. Concepten die zorgkosten kunnen besparen, krijgen amper aandacht. En als er al kosten worden bespaard, dan verdwijnen die besparingen weer elders. Gelukkig begint het bedrijfsleven in te zien dat vitaliteit verder gaat dan simpelweg 'meer bewegen' of een gezonde lunch. Er is een groeiend besef dat het verbeteren van de belastbaarheid van medewerkers – zonder extra inspanning – de sleutel is tot duurzame inzetbaarheid. Hierbij spelen beweegvaardigheden een cruciale rol. Toch zien we dat het ontwikkelen van die vaardigheden, met name voor beroep-specifieke belasting, uit het zicht is geraakt in het onderwijs en het bedrijfsleven. We leren jongeren kennis en vakvaardigheden, maar vergeten dat ze voldoende beweegvaardigheden nodig hebben om hun werkdag vol te kunnen houden. Dit is nu al een uitdaging en wordt door de toenemende beweegarmoede alleen maar groter.

Het resultaat? Hogere productiviteit en minder verzuim waar sprake is van intensieve fysieke en mentale belasting. Maar ook bij passieve beroepen is het een issue. Geloof het of niet: we gaan straks trainen om beter te leren zitten!

Toch is er ook veel moois gaande. Neem bijvoorbeeld het recente overleg tussen de verschillende open clubs en vitale sportparken in het kader van kennisdeling in de RIF. Daar zag ik een enorme energie en drive om met elkaar iets te betekenen. Ik zie bij initiatieven zoals de Open Club De Nevelhorst en andere initiatieven in de Achterhoek inspirerende projecten ontstaan waarin zorg, onderwijs, sport, bedrijfsleven en gemeente de handen ineen slaan. Het is duidelijk dat de grenzen tussen deze domeinen vervagen en dat er ongekende mogelijkheden ontstaan. Maar we zijn ons er nog niet altijd bewust van – onbewust onbekwaam, noem ik het – welke kansen er liggen en welke oplossingen we al in huis hebben voor de grote vraagstukken van vandaag en morgen. De sleutel ligt in het verbinden van deze werelden, het beste ervan combineren en dat goed organiseren. Daarvoor moeten we vooral van en met elkaar leren.

Daarom geloof ik zo sterk in de verduurzaming van de RIF. Hier zie ik kansen voor professionals in het domein van bewegen van het Graafschap College – van kinderopvang en onderwijs tot zorg en bedrijfsleven. In de Achterhoek kunnen we een voorbeeldrol vervullen voor de rest van Nederland. Door de kracht van samenwerking te omarmen, domeinen te verbinden en van elkaar te leren, kunnen we een verschil maken. En dat is nodig. Samen komen we verder. Laten we dat blijven doen – voor nu, en voor de toekomst.

Raymond Sweers
Voorzitter OCDN & deelnemer stuurgroep RIF.

Het succes van Hybride Leren bij Helpgewoon Buurtsport

Helpgewoon Buurtsport is een initiatief in de gemeente Oude IJsselstreek, gericht op het bevorderen van sport en beweging in de buurt. Het programma ondersteunt mensen, vooral met een kwetsbare achtergrond, om actief deel te nemen aan sportieve activiteiten. Dit wordt gedaan door middel van laagdrempelige, informele sportgroepen die worden begeleid door enthousiaste buurtcoaches. Helpgewoon Buurtsport richt zich niet alleen op fysieke activiteit, maar ook op het versterken van de sociale cohesie in de gemeenschap door sport als verbindende factor te gebruiken. Het Hybride leren werd vanaf het begin met open armen ontvangen. Wij spraken met Buurtsportcoach Dennis Kock.



Waarom waren jullie als eerste betrokken bij het Hybride leren project?

“Wij waren bezig met het professionaliseren van sportpark de IJsselweide, door middel van het opzetten van verschillende projecten. Dat viel mooi samen met het Hybride leren project waar het Graafschap College mee bezig was. Er kwam in dat schooljaar een eerstejaars en een tweedejaars klas op het sportpark. Qua invulling hebben wij samen met het Graafschap College gekeken naar mogelijke kansen. Voor de eerstejaars werd er een schoolsportarrangement opgezet voor de kinderen van de Mariaschool. Op de donderdag kwamen alle groepen van die basisschool naar het sportpark. Zij kregen bewegingsonderwijs van de studenten. In combinatie met de docent van het Graafschap College, een stagiair vanuit de HAN en een vakdocent van Helpgewoon Buurtsport ontstond een mooie, veilige leerplek. De studenten werden meteen in het diepe gegooid en toonden wekelijks vooruitgang in het lesgeven. De tweedejaars studenten konden vanuit het sportpark andere doelgroepen verkennen, om daarna oefenevenementen te organiseren met uiteindelijk de Koningssspelen als examen. Kinderen van meerdere basisscholen, uit de buurt van het sportpark, kregen een leuke dag aangeboden. Zo werd er voor het Hybride leren een prima lesdag opgezet, waarin ontwikkeling van zowel de studenten als andere doelgroepen centraal stond.”

Hoe hebben jullie de afgelopen jaren ervaren inzake dit traject en waarom?

“We hebben dit traject altijd als positief ervaren. Wanneer er met alle stakeholders evaluaties op de planning stonden, waren er louter positieve geluiden. Wanneer er verbeterpunten gerealiseerd konden worden, waren de lijntjes kort en werd het snel opgelost. Zo konden we door met de activiteiten waar we goed in zijn.”

Wat heeft Hybride leren jullie zelf gebracht als organisatie?

“Je merkt dat wanneer studenten ervaring hebben opgedaan in het Hybride leren en kennis hebben van jouw organisatie of het sportpark, ze dan vaak enthousiaster zijn en sneller in de actiestand komen. Dit komt omdat ze dan zowel de omgeving met verschillende partners en doelgroepen kennen, maar ook omdat ze dan al voorkennis hebben van jouw organisatie. Het loopt gewoon sneller soepel. Als zij in een later stadium van hun opleiding stage komen lopen, duurt dat toch wat langer.”

Is er een keerzijde, wat zijn de verbeterpunten?

“Het is wel eens lastig geweest dat het Hybride leren altijd op de donderdag was gepland. We hadden voor de tweedejaars een leuke activiteit met een soort sportcarrousel, maar zaten altijd aan die vaste dag vast. Soms komt dit dan niet helemaal goed uit. Wellicht dat daar nog winst gehaald kan worden als de roosters iets flexibeler zijn. Ik vind zelf dat het de tijd die je erin steekt, meer dan waard is. Uiteindelijk is het ook in het belang van mijn organisatie dat er straks goed opgeleide nieuwe professionals op de markt komen. Projecten zoals het Hybride Leren dragen daar zeker aan bij.”

Hoe was de samenwerking met docenten van het Graafschap College?

“Die was altijd erg goed. Er zijn korte lijntjes met ons als buurtsportcoachorganisatie. Ook op de werkvloer, waar de docenten van het Graafschap College veel te maken hebben met de vakdocent die er vanuit ons bij betrokken was, verliep de samenwerking prima.”

Wat is je het meeste bijgebleven van die jaren??

“Dat er toch wel snel een positievere ontwikkeling te zien was bij studenten die in het eerste jaar direct voor een groep werden gezet ten opzichte van studenten die deze kans niet hebben gekregen en pas later met de doelgroep in aanraking kwamen. Dat betekent dat we op de goede weg zijn met het Hybride leren.”

De verbindende kracht van de Sportparkmanager op Sportpark Zuid

Sinds mei 2024 is er een nieuwe drijvende kracht achter Sportpark Zuid, en inmiddels ook daarbuiten. Met enthousiasme en een duidelijke visie heeft Sportparkmanager Gerben Schuyzeman al een aantal mooie stappen gezet. Tijd om met hem in gesprek te gaan over zijn ervaringen, ambities en de rol die hij vervult.

Een frisse start

"Ik ben sinds 1 mei 2024 actief als Sportparkmanager, aanvankelijk voor 16 uur per week. Vanaf 1 november is dat uitgebreid naar 24 uur per week, wat me meer ruimte geeft om mijn plannen en de gezamenlijk doelen van Sport-ID en Sportpark Zuid verder te realiseren. Als Sportparkmanager richt ik me niet alleen op Sportpark Zuid, maar ook op Sportpark de Bezelhorst en de binnenaccommodaties in Doetinchem. De kern van mijn werk is echt verbinden. Dat betekent mensen en organisaties samenbrengen, zodat er nog meer samenwerking en nieuwe initiatieven ontstaan", aldus Gerben.

Eerste indrukken

"De eerste maanden waren heel erg leuk en leerzaam. Ik ben veel bekenden tegengekomen, maar nu in een andere rol. Tegelijkertijd heb ik nieuwe mensen ontmoet, wat mijn netwerk verder heeft verrijkt. Het voelt goed om mijn bijdrage te leveren aan de ontwikkeling van de sportparken en sportcultuur in Doetinchem."

Ambities en doelen

"Ons belangrijkste doel is om meer inwoners van Doetinchem in beweging te krijgen. Dat klinkt simpel, maar het vraagt om een strategie waarin ik een verbindende factor wil zijn. Door partijen met elkaar in contact te brengen, ontstaat er nieuwe energie en kunnen zij op hun eigen terrein weer impact maken. Daarnaast ondersteun ik graag nieuwe initiatieven of geef ik oude ideeën een frisse start. Samenwerking, bijvoorbeeld op het gebied van gezamenlijke inkoop, kan ervoor zorgen dat partijen meer mogelijkheden krijgen om te groeien. Mijn netwerk in Doetinchem is groot, mede doordat ik hier geboren en getogen ben en jarenlang in de banksector heb gewerkt. Daardoor gaat het leggen van verbindingen en samenwerkingen eigenlijk heel makkelijk. Er zijn al mooie initiatieven gestart, mede dankzij het werk van mijn voorganger. Zij heeft een stevige basis neergezet. Ook zitten er nieuwe projecten in de pijplijn waar ik hopelijk binnenkort meer over kan vertellen."



Overleg met andere sportparkmanagers?

"Ja, ondanks dat mijn eerste prioriteit bij het leren kennen van de mensen op Sportpark Zuid lag, ben ik op 7 november naar een landelijke bijeenkomst voor Sportparkmanagers in Leeuwarden geweest. Daar heb ik met enkele collega's kennism gemaakt. In onze eigen regio wil ik binnenkort ook de andere collega-managers ontmoeten. Wij kunnen zeker veel leren van elkaar. Ik constateer wel dat wij op Sportpark Zuid al best voorop lopen, dat geldt ook voor de manier van samenwerken met het Graafschap College. Maar het kan altijd nog beter."

Hoe ziet Gerben de toekomst?

"Sportpark Zuid heeft natuurlijk een ideale ligging in de gemeente Doetinchem. Het ligt midden in de stad, aan het water en is voor veel mensen op de fiets en wandelend een doorgang van zuid naar noord en vice versa. Ik zeg wel eens gekscherend dat Sportpark Zuid een soort Vondelpark zou moeten zijn. Overdag veel gebruikt door scholen, senioren, niet actief werkenden en het bedrijfsleven. Maar ook een plek om gewoon even lekker te kunnen recreëren, bewegen, sporten en genieten van de aanwezige natuur. En dan vanaf het einde van de middag tot 's avond laat volop benut door de sportverenigingen met natuurlijk ook hun derde helft. Want onderschat het sociale aspect niet! Hopelijk kan ik mijn steentje er aan bijdragen dat Sportpark Zuid een hele fijne plek is om te verblijven. Maar om wezenlijk verschil te maken moet je wel de tijd nemen. Sportpark Zuid is van ons allemaal. We moeten er dus zuinig mee omgaan en goed nadenken wat we samen willen."

Introductie 1^e jaars op de werkvloer

Op de basisscholen in Montferland zijn regelmatig eerstejaarsstudenten van het Graafschap College te vinden. Via de opleiding Sport & Bewegen krijgen de studenten op donderdagen onder andere een kijkje in de keuken bij de gymlessen. Docent Swen te Kaat en praktijkbegeleider Amr Ghrayyeb tekenen voor de begeleiding. De eerste stappen richting werkveld worden zo gezet.

Swen te Kaat is docent aan het Graafschap College en geeft onder andere sportles, rekenen en informatica.



Amr Ghrayyeb is met zijn 40 jaar een ervaren Buurtsportcoach en in dienst van de Gelderse Sportfederatie. De in Syrië geboren sportfanaat kwam enkele jaren geleden naar Nederland. Daar hij al in het bezit was van de nodige vakdiploma's kon hij snel aan de slag als gymdocent. Via Welcom in Didam geeft Amr gymlessen aan de Montferlandse basisscholen en komt op deze manier in contact met de eerstejaars. "Heerlijk om mij zo verder te kunnen ontwikkelen en de studenten te helpen professional te worden."

"Het is voor de studenten een mooie kans om in de keuken te kijken en al wat ervaring op te doen. In eerste instantie kijken ze mee hoe wij een gymles voorbereiden, uitzetten en hoe we les geven. Op welke manier krijg je leerlingen in beweging. Aansluitend gaan ze, na overleg,

Hij begeleidt de studenten in hun eerste jaar bij de zogenaamde 'doelgroeporientatie'. "Op de donderdagen hebben wij diverse projecten zoals de gymlessen bij het basisonderwijs in de gemeente Montferland. Bij DVC'26 in Didam kunnen de studenten met ouderen werken die druk doende zijn met hun vitaliteit en bij Mariendael in Doetinchem (school voor kinderen 4-12 jr met een lichamelijke-, verstandelijke- of meervoudige beperking of langdurig zieke leerlingen) helpen de studenten mee bij het watervrij maken van de kinderen", legt Swen uit.

"Mijn taak is het begeleiden van de studenten en ik geef ze kennis mee hoe zij in de toekomst les kunnen geven. Wij hebben dan onder andere aandacht voor veiligheid, doelmatigheid en intensiviteit. Bij iedere doelgroep kunnen de kaders anders liggen. Het leuke is dat de studenten kennis kunnen maken met de diverse doelgroepen. Wat mij betreft zou dat aanbod op de donderdagen nog iets uitgebreider mogen zijn. Zo krijgen de studenten een nog beter zicht op wat er speelt en mogelijk is in het werkveld."

"De reacties van de studenten zijn over het algemeen positief, zeker bij de gymlessen zie je dat er een band ontstaat met de kinderen. Er zijn ook studenten die er al snel achter komen dat deze jonge doelgroep niets voor hen is. Als er wel een match is, kan dat een win-win situatie opleveren. De studenten ervaren dat deze doelgroep leuk is en na de opleiding zou het zo maar kunnen zijn dat ze terugkeren bij de organisatie waar zij stage hebben gelopen. Het voelt dan al een beetje als thuiskomen."



Lees verder

zelf een deel van de lessen voorbereiden en geven. Samen bespreken we dan wat goed ging en wat wellicht anders had gekund”, geeft Amr aan.

Zelf leert de gymdocent ook nog steeds van de studenten. “In eerste instantie vraag ik ze altijd om goed te observeren bij een spel. Wat vinden ze ervan en wat zouden ze anders hebben gedaan. Zo was er een student die fanatiek kickboks en daarin zelf ook training gaf. Daar heb ik veel input van gekregen en dat pas ik nu aangepast toe bij mijn leerlingen. Ik leer ook veel over houding en gedrag van de studenten, die allemaal in de pubertijd zitten. De een staat er echt gemotiveerd bij en weet de kinderen te enthousiasmeren, de andere student heeft toch wat feedback nodig om eerst te werken aan de eigen uitstraling en bewust te zijn wat dat doet met de kinderen. Ik zie veel studenten voorbij komen en constateer soms dat iemand echt potentie heeft om gymdocent te worden. Ik koppel dat ook altijd terug aan de student en aan Swen. Qua samenwerking met het Graafschap College ben ik erg tevreden, het gaat soepel en respectvol.”

Milan Hazeveld is eerstejaars student aan het Graafschap College en heeft zojuist een periode bij Amr afgesloten. De 16-jarige voetballiefhebber is enthousiast

Na een donderdagochtend in de burelen van DVC'26 te Didam theorieles te hebben gevolgd, begaf hij zich naar de basisscholen waar Amr actief is. “De eerste les konden wij gewoon toekijken hoe Amr en Gijs het deden. Maar al snel kregen wij wat info doorgestuurd en mocht ik een tikspel voorbereiden. Hoe leg ik een dergelijk spel uit. Ik heb geleerd dat kinderen in groep 5 anders zijn dan kinderen in groep 8. Die oudste groep is meer fysiek en competitiever. In de voorbereiding scheelt het weliswaar niet zoveel, maar in de uitleg en begeleiding wel” merkt Milan op.

Wat maakt het nu zo leuk? “De interactie met de kinderen, zien dat ze het naar hun zin hebben en dat ze gemotiveerd zijn om de les goed te volgen. De aanwijzingen die Amr geeft over je eigen lichaamstaal als je voor een groep staat, die werken echt. Niet als een zoutzak, maar lekker enthousiast, zodat de vonk overslaat op de kinderen. Ik ben blij dat onze opleiding het hybride leren heeft omarmt, want ik weet nog niet zo goed welke kant ik op wil. Maar ik weet dat ik in het vervolg van mijn opleiding nog met diverse doelgroepen in aanraking kom. Ik mag alles rustig ondervinden.”

Op de vraag wat er beter kan moet Amr even nadenken. “Ik denk toch dat ik het positief zou vinden als sommige studenten iets meer inzet laten zien tijdens hun studie. Meer zelfinitiatief om kinderen te motiveren om meer en beter te gaan bewegen. Maar over het algemeen hebben de meeste studenten dat gelukkig wel hoor. Ik ben trots dat ik ontwikkelingen zie bij de leerlingen van de basisscholen die wij les geven. Die durven qua beweging gewoon meer na verloop van tijd. Tegenwoordig komen kinderen steeds minder buiten, wij proberen ze te activeren dat wel te doen en laten ze nadenken en samenwerken”, besluit Amr.



Heb je zelf inspirerende artikelen en/of mooie verhalen?

Deel ze met ons!



Samen bouwen aan een duurzame toekomst: van visie naar actie

Sinds het voorjaar van 2024 is gestart met de contouren van de verduurzamingsfase. Input uit jaargesprekken, programmacommissies, projectgroep- en stuurgroepvergaderingen heeft geleid tot een visualisatie met een aantal speerpunten waarop de verduurzaming zich zou moeten richten. In de komende jaargesprekkenronde zal iedere partner gevraagd worden om voor zichzelf te bepalen bij welke speerpunten en op welke wijze de organisatie een rol voor zichzelf weggelegd ziet. Op basis daarvan wordt een activiteitenplan voor verduurzaming opgesteld zodat ook na afloop van de projectperiode de ingezette successen en nog te realiseren wensen met net zoveel enthousiasme doorgang vinden als nu het geval is.

Even voorstellen



Hoi, wij zijn Wendy en Laura!

Wendy werkt al een tijdje als docent op het Graafschap College en neemt vanaf januari een deel van de voormalige rol van Esther over. Ze gaat zich vooral richten op het monitoren en bijstellen van het curriculum binnen het hybride leren. Laura brengt haar ervaring van de afgelopen jaren binnen verschillende RIF onderzoeken mee en breidt deze functie uit met praktische toepasbare tools and adviezen. Daarnaast gaat ze aan de slag met het opstellen van toekomstscenario's voor de wendbare professional van de toekomst. We kijken ernaar uit om met jullie samen te werken, mooie resultaten neer te zetten en innovatie en onderzoek verder te versterken!

Bij vragen of wil je meer van ons weten, stuur een berichtje naar Wendy (w.navis@graafschapcollege.nl) of Laura (laura@xoet.nl).

Save the date!

Het laatste projectjaar is ingegaan en daarmee komt ook het laatste symposium van Veelzijdiger in Beweging dichterbij.

Op maandag 10 november, tussen 15.30 en 19.30 uur kijken we terug op het project en vooruit naar de verduurzaming. Tevens geven we dan het practoraat sociaal veilige sport een mooi podium.

Bekijk [hier](#) de laatste ontwikkelingen en informatie over veelzijdiger in beweging of scan de qr-code.



Heb je zelf inspirerende artikelen en/of mooie verhalen?

Deel ze met ons!