



Tijd voor een frisse wind

# Naar binnen of naar buiten?

**De start van dit schooljaar is anders, we zitten in een 'nieuw normaal'. Maar als je genoeg hebt van die term, noem het dan gerust een 'frisse wind' en laat die flink waaien. Dat geeft lucht om te ontdekken waarom je met kinderen naar buiten gaat.**

TEKST JANNEKE HAGENAAR BEELD TOM VAN LIMPT



**T**erwijl je binnen achter je computerscherm zit, schijnt de zon door het raam. Je zou het liefst meteen opstaan en naar buiten gaan, toch? Door het thuiswerken in de afgelopen periode groeit bij de meeste mensen het verlangen om naar buiten te gaan. Buiten voelt als vrijheid en ruimte, misschien zelfs als een beetje avontuur. Volgens onderzoek (Shanahan, Bush, Gaston et al., 2016) voelen we ons zowel fysiek als mentaal beter als we alleen al in de buurt van de natuur zijn. Het is dus de moeite waard om te bedenken welke betekenis buiten zijn voor jezelf, voor je team, voor de kinderen heeft. Behalve gezondheidswinst gaat het in het onderwijs uiteraard om ontwikkelkansen. Wat wil ik de kinderen buiten laten beleven en leren? En hoe kan dat eruitzien? Kiezen we voor terug naar binnen of juist voor buiten?

#### **Frisse wind**

Terug naar binnen of juist meer naar buiten, is een belangrijk vraagstuk. Het vraagt gesprek, onderzoek en daadkracht. Op zoek gaan naar hoe en waarom het buiten zijn een vanzelfsprekend onderdeel van het (onderwijs)aanbod wordt, is net een stapje verder dan alleen een frisse neus halen.

#### **Actieonderzoek**

Hoe halen we met de kinderen en met ons team meer uit het buitenspelen? Meer plezier, meer

vernieuwing (je kent het vast, altijd die fietsen en karren die voorbijrijden) en meer winst voor kinderen. Deze vraag gaat over een visie op buiten zijn, over de ruimte, de momenten en de tijdsduur waarop je buiten bent, maar zeker ook over wat je als leerkracht wel of niet doet buiten. Wat je observeert, registreert en hoe je daar vervolg aan geeft. In zo'n proces is het team belangrijk, maar telt zeker de inbreng van elke leerkracht. Buiten zijn, is voor volwassenen namelijk net zo belangrijk als voor kinderen. Maas (2009) noemt het in haar proefschrift vitamine G, relevant voor groot en klein. Een team ging met de vraag rond het buitenspelen aan de slag en nam er ruim de tijd voor. Het startte met een foto van een favoriete buitenplek op het schoolplein. En een foto van een plek waar je niet zoveel mee hebt. Je begrijpt het al: deze mini-expositie leverde veel gesprek op. Er kwam een eerste formulering over wat een interessante plek is voor kinderen en welke kenmerken deze plaats heeft. De foto's in de teamkamer bleven hangen en kregen met een post-it-memo af en toe een aanvulling. Het onderwerp leeft en door rust en denktijd in te bouwen, creëerden we een stevige grond om een duurzame stap te zetten. Maar met de foto's hadden we nog alleen de blik van de leerkracht te pakken. De volgende stap; de praktijk met de kinderen erbij bekijken. Enkele leerkrachten kozen ervoor om kleine opnames te maken tijdens ►



► het buitenspelen, anderen namen een serie foto's. En ook een audiobestand was prachtig materiaal om terug te luisteren. Wat zeggen de kinderen als ze aan het spelen zijn? Dit materiaal legden we vervolgens naast ons eigen idee van een interessante speelplek en daarin zagen we wel wat verschillen. Bijvoorbeeld de strook grond achter de fietsenrekken trekt altijd kinderen die heerlijk afgezonderd met stokjes of kleine speelobjecten bezig zijn. We besloten om de observaties, in foto, film, audiobestand en/of met notities, een maand vol te houden en te documenteren. De buitenmomenten veranderen alleen al door de bewustere waarneming van de leerkracht op zoek naar wat de kinderen buiten doen. En dat hielp om er meer en gericht informatie over te gaan zoeken in de literatuur en bij experts.

### Janneke Hagenaar

(j.hagenaar@de-activiteit.nl) is onderzoeker bij het Lectoraat Natuur en Ontwikkeling Kind (Hogeschool Leiden). Vanuit Bureau Hagenaar werkt ze als jonge kind-specialist in kinderopvang en onderwijs

### De kracht van buiten

Buitenspelen heeft positieve effecten en die zijn zowel van individuele als sociale aard. Spelen, en dan vooral buitenspelen, is net zo belangrijk voor de ontwikkeling van een kind als andere elementaire behoeften. Door spel ontdekt het kind zijn omgeving en tast het de verhouding tot de omgeving en tot anderen af. Spelend ontwikkelen kinderen hun motorische vaardigheden en buiten (in de natuur) is er diversiteit in de mogelijkheden om dat te doen. Er is ook meer uitdaging om grenzen op te zoeken en te verleggen. Kinderen oefenen behendigheid tijdens het rennen, klimmen, springen, glijden, gooien, schoppen. Ze leren balanceren, kruipen, iets van gewicht vervoeren en afstanden inschatten. Buitenspelen heeft daarbij ook een positief effect op het concentratievermogen en de leerprestaties (Berman, Jonides, & Kaplan, 2008; Bratman, Hamilton, & Daily, 2012). In het actieonderzoek merkten we door middel van observaties dat kinderen graag teruggaan naar een favoriete speelplek en daar het spel, de ontdekkingen van een eerder moment, voortzetten. Tijdens het buitenspelen, leren kinderen creatief zijn en ontwikkelen ze hun fantasie (Faber Taylor et al., 1998;

Van den Berg, Koenis, & Van den Berg, 2007). De wind door je haren, druppels in je gezicht of de zon op je bol, het helpt! Ze bedenken al doende oplossingen, spelregels en allerlei scenario's in het spel. In spel ontstaat contact, dat betekent naast elkaar spelen, samenspelen, samenwerken of elkaar beconcurreren. Kinderen leren hoe succes voelt en moeten even slikken en weer doorgaan wanneer het helemaal misgaat.

*Wind door je haren, het helpt!*

Het is winnen en verliezen in vele varianten. Buiten is een rijke oefenplek om sociale en emotionele vaardigheden zoals empathie, flexibiliteit en zelfbewustzijn te ontwikkelen. Buiten zijn, is in contact komen met de natuur. Ook als er veel tegels zijn, weten kinderen vaak wel een plek te vinden die ideaal is om op onderzoek te gaan en te exploreren aan de hand van alle zintuigen. Via spel, buitenspelen ontdekken kinderen hun omgeving en een stukje van de wereld. De buitenomgeving geeft een uitnodiging tot interactie, om te verkennen, iets te proberen of geeft de kans om stil te worden en even alleen te zijn.

### Inspiratie

Als je goed in beeld hebt waar de kinderen graag spelen en je ziet wat ze daar ontdekken en doen, merk je dat die favoriete plekken een aantal kenmerken hebben. In de literatuur (Tovey, 2011) vind je inspiratielijstjes.

Een buitenspeelplek heeft:

- **Dynamiek:** glooiing, hoogteverschil, reliëf.
- **Rijkdom aan vegetatie:** diversiteit in soorten, bladhoudend en bladverliezend, verschil in grootte. Geurende planten en eetbare planten.
- **Variatie en diversiteit** in grondoppervlak,

materiaal, textuur, structuur en waarneembare fauna.

- **Ongestructureerde plekken:** de natuur wordt enigszins op zijn beloop gelaten. Het groene schoolplein wordt door mensenhanden gemaakt, maar het krijgt de kans zich op natuurlijke wijze te ontwikkelen. Bovendien worden niet alle materialen en objecten volgens strikte regel geplaatst. Zij bieden uiteenlopende gebruiksdoelen en mogelijkheden. Denk aan een plat stuk hout dat kan dienen als tafel, glijbaan, snijplank of supboard en kan worden opgetild, verplaatst of onder de arm worden meegenomen.

Laat je inspireren en ga op zoek naar kansen en mogelijkheden die in je eigen situatie bruikbaar zijn. Daarbij kan een grote zak geld voor een plein handig zijn, maar beslist noodzakelijk is het niet. Een aanpak waarin je zelf onderzoekt, reflecteert en ontwerpt, helpt wel. Je zet drie 'tools' in wisselende samenstelling in.

### 1 De 'onderzoekstool'

Ga naar buiten en gebruik actief je zintuigen om te verkennen (horen, ruiken, voelen, proeven, kijken): wat is er en wat mis je? Wat zijn je eigen ervaringen, idealen en ideeën voor het buiten zijn met de kinderen? Je verzamelt, selecteert en maakt kritisch gebruik van verschillende bronnen vanuit de literatuur, maar ook door met experts in gesprek te gaan over de winst van veel buiten zijn. Je probeert eens wat uit, bijvoorbeeld naar buiten met minder goed weer of een 'binnenactiviteit' buiten uitvoeren. Je gaat door met onderzoeken wat kan tot je doel is bereikt. Je weet het: de aanhouder wint, naast een goed opgebouwd plan overigens. Wie de tijd neemt om te onderzoeken, moet ook reflecteren.

### 2 De 'reflectietool'

Je documenteert je ervaringen, je ideeën en deelt die met elkaar, er zit vaak zoveel kennis en ervaring in een team, laat dat niet onbenut. Je bedenkt wat je wilt leren over buiten zijn met de kinderen en hoe. Natuurlijk kies je

alvast een probeerrichting, elke kleine stap telt. Je vergelijkt je ideeën en je werk met anderen en zo kom je tot een keuze wat voor jullie bruikbaar is om in te zetten. Bijvoorbeeld elke week starten jullie de dag een keer buiten op en je sluit de dag een keer buiten af. Je stelt je open voor vragen van anderen en dan lukt het je om een stap te zetten om dat wat je onderzocht en overdacht hebt te gaan proberen in de praktijk.

### 3 De 'ontwerptool'

Wat moet er gebeuren voordat je naar buiten gaat? Wat doen de kinderen, hebben ze eigen ideeën, kunnen ze meehelpen en wat doe je zelf? Natuurlijk denk je ook na over wat te doen tijdens het buiten zijn. Speel je mee, wanneer wel en wanneer juist niet en wat doe je dan? En zeker niet onbelangrijk is de terugblik op het moment dat je buiten was. Het is tegelijk een vooruitblik en dus moet je dit zeker niet overslaan.

#### Een nieuwe start

Gebruik je ervaringen en de inspiratie om een nieuwe start te maken. Terug naar binnen? Of toch meer naar buiten? Niet alleen om buiten te spelen en te leren, maar ook om buiten te genieten van de momenten als eten en drinken, voorlezen en creatief werk. Heb je je keuze al gemaakt?



De literatuurlijst is te vinden op:  
[www.hjk-online.nl/artikelen](http://www.hjk-online.nl/artikelen)



Buitenspelen heeft positieve effecten en die zijn zowel van individuele als sociale aard

# Op de hoogte blijven van de ontwikkelingen rondom het jonge kind?

Neem een abonnement op HJK

HJK lezen op tablet en pc

Krijg toegang tot het digitaal archief (>1.000 artikelen)

Krijg korting op het Landelijk congres Jonge kind AO en HJK



Ontvang 10 x HJK

Voor slechts €79,95 per jaar

Studenten ontvangen 50% korting

Aan de slag! Geef je oren de kost

De toekomst van spel

Meer weten?  
Ga naar [www.hjk-online.nl](http://www.hjk-online.nl)  
of bel 088 - 22 66 691