

BOS⁺

OUTDOOR EDUCATION

EEN HANDBOEK VOOR
LEERKRACHTEN

Inhoudsopgave

Wat is Outdoor Education?	3
Waarom Outdoor Education?	3
Cijfers uit onze bevraging	5
Hoe maak ik een goede buitenklas?	5
Mythe 1: Ik heb geen geschikte locatie in de buurt	5
Mythe 2: Buiten heb ik ander of extra materiaal nodig.....	6
Hoe kan ik mijn klas begeleiden?.....	7
Mythe 3: Voor buitenlessen heb ik extra begeleiding nodig	7
Hoe maak ik een goede buitenles?	7
Mythe 4: Ik ken te weinig methodieken voor buitenlessen	7
Mythe 5: Buiten krijg ik minder vat op mijn leerlingen	8
De regels van het bos	9
Waar mag je spelen?	10
Wat kan je doen in het bos?	11
Startactiviteiten	11
Lesactiviteiten	11
Reflectieactiviteiten.....	13
Verdeelspelletjes	13
Belang van buiten spelen	14
Loose parts play	14
Risicovol spelen	15
Referentielijst	17

Ben je op zoek naar een leuke en uitdagende manier om kinderen gemotiveerd te houden bij een les rekenen of taal? Kies er dan voor om wat vaker buiten les te geven. Kinderen die bewegend leren, pikken de leerstof sneller op¹. Het is niet enkel goed voor hun gezondheid, maar ook voor het concentratievermogen. Voeg daarbij nog eens de voordelen van leren in een natuurlijke omgeving en je raakt helemaal overtuigd van outdoor education.

WAT IS OUTDOOR EDUCATION?

Outdoor education, ook wel gekend als outdoor learning, is het **actief en ervaringsgericht leren in, over of met de buitenomgeving**. Tijdens buitenlessen worden de zintuigen van de kinderen meer geprikkeld, wat de focus verhoogt en de interesse vergroot. Kinderen en jongeren vinden het dus niet enkel fijn om buiten les te krijgen, ze zullen ook meer bijleren en onthouden van buitenlessen.

WAAROM OUTDOOR EDUCATION?

Er zijn heel wat voordelen² verbonden aan buiten lesgeven. Kinderen en jongeren hebben letterlijk en figuurlijk ruimte nodig om zich te ontwikkelen. Buiten vinden ze de ruimte om te onderzoeken, te experimenteren, zichzelf te ontwikkelen.

Uit onderzoek³ blijkt dat outdoor learning een **positieve impact** heeft **op de gezondheid en welbevinden van kinderen, de ontwikkeling van sociale vaardigheden**, op hun **zelfvertrouwen en gevoel van verbondenheid met de natuur**. Kinderen die vaker buiten les krijgen, zullen dus ook geneigd zijn meer zorg te dragen voor de natuur.

Daarnaast bevordert outdoor learning de motivatie van kinderen om te leren. Het biedt kansen tot onderzoekend leren: de kinderen geraken geprikkeld door wat ze ervaren met hun zintuigen. En **wie ervaart, onthoudt beter**.

Buitenactiviteiten prikkelen ook de **creativiteit en fantasie** van de kinderen, wat dan weer belangrijke bouwstenen zijn voor probleemoplossend denken.



1/ Lars Soerink (Vilda)

De effecten tonen zich natuurlijk niet enkel in de buitenomgeving. Kinderen die al spelend en springend leren rekenen of een taalles krijgen, boeken sneller vooruitgang dan kinderen die dezelfde inhoud aangeleerd krijgen in de klas⁴. En wie buiten- en bewegingsactiviteiten afwisselt met klasopdrachten, zal ook taakgerichter te werk gaan.

Onderzoek⁵ toont trouwens dat leerlingen met gedragsproblemen storend gedrag buiten de klas minder zullen vertonen dan in de klas. Buiteneducatie kan met andere woorden bijdragen tot het verminderen van ongewenst gedrag, iets wat zowel door de leerling zelf als de klasgenoten en klasleerkracht als positief worden bevonden.

Sitting is the new smoking. That's a useful new buzz-phrase for what some health experts are calling the "pandemic of inactivity."

- Richard Louv ; Children & Nature Network

Buiteneducatie is niet alleen goed voor het mentaal welzijn, maar ook voor de fysieke gezondheid. Eén op vijf Belgische kinderen en jongeren kampt met overgewicht, 7% is obees⁶. De cijfers liegen er niet om: onze kinderen bewegen te weinig. Ze brengen de ganse dag door achter de schoolbanken en bij thuiskomst zitten ze (te) vaak aan het scherm gekluisterd. Daarnaast worden ze steeds meer met de wagen naar school gebracht, waar vroeger de fiets het meest gebruikte transportmiddel was. Kinderen verbruiken dus minder energie. Toch hebben ze nood aan bewegingsactiviteiten in de gezonde buitenlucht. Ze hoeven niet per se aan sport te doen: ook buiten spelen kan een goed alternatief zijn. Buitenlessen verlopen doorgaans actiever dan lessen in de klas, wat zo ook een positief effect heeft op de gezondheid van de kinderen. En **wie meer beweegt, kan zich ook beter concentreren⁷.**

Daarenboven zijn ook de **voordelen voor leerkrachten** bewezen: onderzoek⁸ toont aan dat leerkrachten verbetering van eigen onderwijsstijl ervaren door buiten de klas les te geven, en het verbetert ook de relatie tussen de leerkracht en leerlingen.



2/ Yves Adams (Vilda)

CIJFERS UIT ONZE BEVRAGING

Ondanks de vele voordelen die buitenonderwijs ons biedt, ervaren leerkrachten een aantal drempels. Een recente bevraging van BOS+ bij meer dan 200 leerkrachten lager onderwijs legde de belangrijkste drempels voor buitenonderwijs bloot. Het goede nieuws: die zijn stuk voor stuk op te lossen. Wij doorprikken de mythes en helpen jou op weg!⁹

1. HOE MAAK IK EEN GOEDE BUITENKLAS?

Eerst en vooral: een buitenklas hoeft niet ingewikkeld te zijn. Natuurlijk is het belangrijk om de juiste plek en inrichting te kiezen, maar met een ongebruikt stukje buitenruimte en een minimum aan materiaal kom je ook al ver.

MYTHE 1: "Ik heb geen geschikte locatie in de buurt" (struikelblok voor 23% van de bevroegde leerkrachten)

Natuurlijke omgevingen zoals een bos zijn ideaal voor outdoor education, maar in een context met beperkte tijd en mogelijkheden, kan je ook een stuk speelplaats of binnentuin benutten. **Kies indien mogelijk voor een plaats waar de kinderen weinig afleiding hebben van andere kinderen of van het verkeer, zodat ze zich maximaal kunnen focussen op de lesinhoud.**

Is er op school te weinig ruimte, of zijn er andere groepen die ook naar buiten willen? Dan kan je op zoek naar extra ruimte buiten de eigen school. **Spreek jouw gemeentebestuur aan** om het jeugdterrein, sportveld, nabijgelegen park of privéterrein open te stellen voor de kinderen. Lokale besturen zijn er vandaag om te helpen!

Zorg ervoor dat je zelf vertrouwd bent met de omgeving waar je les geeft. Baken het terrein goed af, duid gevaarlijke punten aan. Neem de tijd om elke zone te verkennen. Dit schept duidelijkheid voor de leerlingen.

Hoe groener de omgeving, hoe beter. Een drukke, stedelijke omgeving verhoogt de stress. De natuur daarentegen ontspant, en zorgt voor minder angst of stress¹⁰.

Daarnaast dragen de gevarieerde en sensomotorische ervaringen in en met de natuur bij tot de taalontwikkeling van kinderen¹¹.



3/ In het Wonderbos in Waasmunster geven ze regelmatig buiten les. Naast hun vergroende speelplaats gebruiken ze ook de verharde ruimte om buiten les te geven. Hier spelen kinderen van de derde graad een memory metend rekenen.

MYTHE 2: "Buiten heb ik ander of extra materiaal nodig" (struikelblok voor 24% van de bevroegde leerkrachten)

Gebruik wat je voor handen hebt. Een ringmap kan dienen als schrijfplank, en met een werkboek en een balpen geraak je zo al een heel eind. Kinderen kunnen plaatsnemen op stoelen die ze zelf naar buiten dragen, maar ook op de grond, eventueel op een eigen kussen of deken. Zo maak je het gezelliger en vergroot je meteen de betrokkenheid van je leerlingen.

Less is more! Beperk het materiaal buiten. Je hoeft niet met een grote kar of zware rugzak te sleuren om buiten te kunnen lesgeven. De natuur heeft heel wat materiaal te bieden. Natuurlijke materialen zijn heel dankbaar om te gebruiken in een buitenles. Ze kunnen werkelijk voor alles dienen! **Vaak heb je dus genoeg aan enkele essentiële materialen. Denk hierbij aan:**

- Een EHBO-kit
- Hygiëne maatregelen: zeep, toiletpapier, een handdoek
- Basismateriaal: schrift, schrijfgerief, fototoestel, zakmes om te snijden, een glazen bokaal of loepenpotje om diertjes te kunnen waarnemen, een fluitje/muziekinstrument om de kinderen samen te roepen.
- Extra: touw (om te meten, bouwen, repareren), kompas en kaart om te oriënteren, blinddoeken voor zintuiglijke spelletjes, meetinstrumenten...



4/ Opdracht: maak de kaart van België na met natuurlijke materialen. Je hebt heus niet veel nodig om in het bos les te geven. Gebruik wat je in het bos vindt en je geraakt al een heel eind. Inspiratie nodig? Neem een kijkje op onze website.

2. HOE KAN IK MIJN KLAS BEGELEIDEN?

MYTHE 3: "Voor buitenlessen heb ik extra begeleiding nodig" (struikelblok voor 40% van de bevroegde leerkrachten)

Geef je les op de speelplaats of een terrein vlakbij de school? Dan heb je die extra begeleider waarschijnlijk niet nodig. Wie op regelmatige basis naar buiten gaat, kan misschien rekenen op een vrijwilliger. Ook voor een buitenles naar het bos kan je beroep doen op een externe. Klassen die geregeld eenzelfde plek opzoeken, geven aan deze begeleiding niet meer nodig te hebben.



5/ Rollin Verlinde (Vilda)

3. HOE MAAK IK EEN GOEDE BUITENLES?

MYTHE 4: "Ik ken te weinig methodieken voor buitenlessen" (struikelblok voor 58% van de bevroegde leerkrachten)



6/ Onze bosklaskar: een kar ontwikkeld door BOS+ met lesactiviteiten en materialen in om op een laagdrempelige manier buiten les te geven.

Vandaag de dag zijn de uitdagingen voor leerkrachten niet te onderschatten. Een compleet nieuwe aanpak, daar zit dus niemand op te wachten. Maar wees gerust, het hoeft niet ingewikkeld te worden. Een onderwijsleergesprek of individueel werk verplaats je makkelijk naar buiten. En ook de vertrouwde lessen rekenen of taal kan je buiten geven. **Keep it simple!**

Zoek je inspiratie? Neem een kijkje op de website van [De Boom In](#), [De Week van het Bos](#) of de webpagina van de bosklaskar. We ontwikkelden verschillende activiteiten die geschikt zijn om buiten te onderwijzen.

1 Zorg voor structuur.

Start en beëindig je buitenles steeds op dezelfde manier. Zo'n routine helpt de leerlingen om zich aan te passen aan de nieuwe situatie.

Een duidelijke structuur met afgesproken signalen op een afgebakend terrein helpt de kinderen om gefocust te blijven. Daarnaast merk ik ook dat de sommige kinderen meer betrokkenheid tonen bij een buitenles.

- Meester Frankie, De Zevensprong in Leuven

Zoals in elk leerproces moeten regels vaak herhaald worden voor ze worden toegepast. Wees geduldig. Eenmaal leerlingen gewend zijn aan buitenlessen, moeten leerkrachten minder vaak ingrijpen of de les onderbreken. Hoe vaak je naar buiten gaat, bepaal je zelf. We raden aan om minstens twee keer per maand buiten les te geven. Wie vaker gaat, zal merken dat het meer voordelen biedt en de tijd en energie waard maakt, zowel voor jezelf als voor de leerlingen.

* Zorg voor een signaal als je de groep wilt verzamelen. Gebruik een fluitje of werk met een start- en stoplied, een klaskreet... Bepaal samen met jouw leerlingen een aantal regels.

* Zorg niet enkel voor structuur in de opbouw van jouw les, maar ook voor de ruimte. Geef duidelijk aan waar de leerlingen wel en niet mogen komen.

2 Start met een activiteit waarin de kinderen hun energie kwijt kunnen en die hen enthousiast maakt.

Inspiratie nodig? Wat verder in dit handboek geven we enkele tips mee.

3 Ga over naar een rustigere oefening, die helpt om de aandacht en focus van kinderen te winnen. Dit

kan ook heel waardevol zijn als rustmoment. Kinderen die de voorbije weken kampten met stress, drukke of moeilijke thuissituaties zullen hier extra deugd van hebben. Enkele voorbeelden:

* Vraag aan je leerlingen om één minuut de ogen te sluiten en aandachtig te luisteren naar de natuurlijke geluiden rond hen.

* Laat de kinderen rondwandelen op zoek naar een mooi plekje, een opvallend detail, een leuke combinatie... Ze trekken daarvan een denkbeeldige foto: klikklak. Achteraf kunnen ze elkaar vertellen over hun foto.

4 Geef niet te snel op! Het is normaal dat de door jou vooropgestelde lesdoelen niet meteen behaald

worden. Een buitenles is nieuw voor jou en de leerlingen, dus geef jezelf tijd en zoek naar een manier die voor jullie werkt. Na een aantal lessen zal je zien dat het steeds vlotter loopt en dat de motivatie van de kinderen toeneemt. En laat net motivatie één van de belangrijkste factoren zijn om zowel leerprestaties als gedrag positief te beïnvloeden.

- 5 Gebruik de positieve prikkels in een buitenomgeving in je les.** Bij taallessen kan je vertrekken van wat leerlingen rond zich zien en ontdekken. Voor de rekenles kan je een buitenbingo spelen, het aantal bomen tellen op het terrein of de maaltafels springen.
- 6 Variatie van werkvormen blijft belangrijk om je leerlingen geconcentreerd te houden.** Wissel zoveel mogelijk af tussen klasgesprekken, doceren en individueel werk. Gebruik de buitenruimte ook voor individuele opdrachten.
- 7 Gebruik de gezonde en verfrissende buitenomgeving voor het voeren van groeps gesprekken.** Na een moeilijke periode zullen kinderen nog meer de nood voelen om hun verhaal met jou en hun klasgenoten te delen.
- 8 Laat je niet afschrikken door mindere weersomstandigheden.** Spoor de kinderen aan om hun kledij aan te passen aan buitenactiviteiten: een extra trui, schoenen die vuil mogen worden, Van wat regen zijn ze heus niet bang.

" JUF JOKE



ik droomde al zolang van een klas in het bos en 2 jaar geleden organiseerde ik een bosweek. Het bos werd onze klas en mijn kapoenen werden indianen die leerden samen leven in de natuur. De eerste halve dag was vreselijk en ik dacht: waar ben ik aan begonnen? Maar na die halve dag werd het geweldig. Ze leefden en leerden in de natuur en ik zag de kinderen soms zo anders dan in een klas. Dit werd zo een voltreffer dat we het jaar nadien terug een bosweek organiseerden maar dan in het Aelmoeseneiebos in Gontrode. Grapjes uithalen met kleefkruid, fluitjes maken van fluitekruid, proeven van daslook, vlotjes laten drijven op de beek... er zijn echt veel te veel mooie herinneringen aan mijn buitenklas om op te noemen.

BOS+
50 JAAR

7/ BOS+ ambassadrice Juf Joke over haar buitenklas

DE REGELS VAN HET BOS

Wie naar het bos gaat, moet uiteraard met een aantal zaken rekening houden. Wij sommen ze voor jou op¹².

- Vermijd de kans op een tekenbeet. Draag dichte schoenen en lange kleren. Vergeet niet na het bosavontuur elkaar even te controleren op teken.
- Laat geen afval achter in het bos. Gooi vuilnis in de vuilbak of nog beter: neem het terug mee naar school.
- Maak geen vuur in het bos. Is je buitenlokaal ver genoeg van het bos en de natuur (min. 25 meter), dan kan je een vuurtje maken als je toestemming hebt van de eigenaar.
- Pluk je planten of raap je noten in het bos? Doe het dan met mate. Het gaat tenslotte om het voedsel van heel wat dieren die in het bos leven. Bessen kan je best altijd spoelen of plukken boven 1 meter.¹³
- Hou het rustig, speel geen luide muziek of hou geen roeconcert. Je verstoort de dieren of de omwonenden. Bovendien is het ook leuk om stil te zijn in het bos, je hoort er zo veel verschillende geluiden.
- Vang geen dieren in het bos, tenzij je op zoek gaat naar kriebeldieren. Laat ze nadien terug achter in hun vertrouwde omgeving.
- Het is verboden om dieren, hun jongen, hun schuilplaats, eieren of nest te verstoren.
- Hebben jullie een kamp gebouwd? Breek het steeds af voor jullie huiswaarts keren.

WAAR MAG JE SPELEN?

De natuur is kwetsbaar, de dieren hebben rust nodig en ook om veiligheidsredenen zijn niet alle zones in het bos toegankelijk. In de meeste bossen geldt dus de regel dat je niet van de paden mag afwijken, behalve in speelzones¹⁴. Houd om die reden de klasgroep goed samen wanneer jullie het bos intrekken en zorg ervoor dat de leerlingen deze regel respecteren.

Er zijn echter ook uitzonderingen op deze regel. In bossen en natuurgebieden, beheerd door Agentschap Natuur en Bos, geldt de regel van omgekeerde toegankelijkheid¹⁵. Hier is de regel dat je overal van het pad af mag, tenzij het expliciet staat aangegeven dat het niet mag. Bekijk op [de kaart](#) welke regels gelden in de zone waar jij wilt lesgeven. Heb je geen toestemming nodig? Probeer toch om de eigenaar/beheerder op de hoogte te brengen van jullie plannen. Wie weet heeft hij of zij nog leuke tips.

Klinkt het allemaal wat verwarrend? Let vooral op de aanwijzingsborden in het bos. Deze primeren op de kaart.

Uiteraard hoef je je niet steeds te verplaatsen naar het bos. Heb je een groenzone dichtbij? Of mag je af en toe lesgeven in de tuin van een goede buur? Let er vooral op dat de eigenaar op de hoogte is van de buitenactiviteiten en zorg ervoor dat jullie onderling goede afspraken maken.

 <p>Permanente speelzone</p> <p>In deze gebieden mag je met de klasgroep de paden verlaten. Let erop dat de zone in de oorspronkelijke staat wordt achtergelaten.</p>	 <p>Vrij toegankelijke zone</p> <p>In deze zone mag jong en oud de paden verlaten om te spelen, te picknicken, te verkennen.</p>	 <p>Verboden toegang</p> <p>Deze zones mag je niet betreden.</p>
--	--	--

WAT KAN JE DOEN IN HET BOS?

Nog op zoek naar verfrissende lesideeën? Wij geven alvast een aantal leuke voorbeelden.

1. STARTACTIVITEITEN

Kies voor een startactiviteit waar de leerlingen hun energie in kwijt kunnen. Op die manier zullen ze met meer concentratie aan de lesdag kunnen beginnen.

- I. Zeg eens AAA. Breng een startlijn aan op de grond. Alle kinderen gaan achter de lijn staan. Op het startsignaal loopt iedereen zo ver en zo snel mogelijk, terwijl jullie “aaa” roepen. Heb je geen adem meer, blijf dan stil staan. Wie van jullie loopt het verst?
- II. Boomknuffelen. Ga verspreid staan in het bos. Eén van de kinderen is tikker. Al de anderen lopen vrij rond en kunnen getikt worden. Wie een boom knuffelt, met de armen er rond, is veilig. Maak van dat moment gebruik om de boom goed te voelen en ruiken. Wie getikt is, wordt op zijn beurt tikker. Extra: speel de variant waarbij je met armen en benen rond de boom moet hangen om veilig te zijn.
- III. Bladerhoop. Verzamel met de hele klas zoveel mogelijk bladeren uit het bos. Gooi ze op een hoop. Als de bladerhoop groot genoeg is, kunnen ze elk om de beurt een aanloop nemen en zich erin laten vallen.
- IV. Omgekeerd verstoppertje. Eén leerling gaat zich verstoppen in het bos, alle anderen gaan naar hem/haar op zoek. Wie die persoon vindt, verstopt zich op dezelfde plek. Doe dit in stilte zodat de anderen dit niet merken. Het spel loopt af als er nog maar één zoeker over blijft. Paringsdans. De klas wordt in groepjes van twee verdeeld. Elk koppel kiest een dier en een bijpassende kreet. Nadien zoekt iedereen een plekje in het bos en doen ze hun blinddoek aan. Op het startsein maakt iedereen zijn/haar geluid en gaan ze op zoek naar hun partner.
- V. Voetje van de grond. Een echte klassieker, maar altijd nog leuker en uitdagender in het bos. Eén persoon wordt tikker. Alle andere kinderen lopen weg. Wie de voeten van de grond heeft, kan niet getikt worden. Wie getikt is, gaat met de benen open staan en kan bevrijd worden wanneer iemand anders door zijn of haar benen kruipt.

2. LESACTIVITEITEN

Geen betere plek om over het bos te leren dan in het bos zelf. Boomsoorten vergelijken en van elkaar kunnen onderscheiden, bomen meten en benoemen... Je onthoudt het beter als je het zelf kan onderzoeken. Daarnaast zullen kinderen die vaker buiten les krijgen ook meer zorg dragen voor het milieu. Maar wie dacht dat je enkel over de natuur hoeft te leren in het bos, heeft het mis. Het is de geschikte leeromgeving voor heel wat lesonderwerpen.

Zo zit er bijvoorbeeld meer wiskunde in een bos dan je denkt. Je kan er berekenen hoe hoog je lievelingsboom is, hoeveel m² hout een schrijnwerker uit een stam kan halen, of hoeveel bomen er in het bos staan. Ga aan de slag met een thermometer of een lintmeter en je kan heel wat interessante gegevens verzamelen. Of gebruik herfstbladeren of okkernoten om te splitsen of vermenigvuldigen. Oefen de eigenschappen van veelhoeken door ze na te maken met natuurlijke materialen. Of maak met diezelfde materialen figuren die symmetrisch zijn.



Wil je meer inzetten op **wereldoriëntatie**? Neem een wereldkaart of de kaart van België mee naar buiten en laat kinderen de omtrek neerleggen met takken, bladeren en noten. Duid plaatsen aan op hun zelfgecreëerde ontwerp. Kinderen vinden het niet alleen leuk, ze zullen de leerstof ook beter onthouden.

Op zoek naar hoe je **een les taal of Frans kan geven in het bos**? Via spel gebruiken kinderen meer woorden en stimuleert het zo ook hun taalontwikkeling. Maak letter- of woordkaartjes en laat kinderen zelf woorden of zinnen vormen. Daag hen uit om bijvoeglijke naamwoorden toe te kennen aan alles wat ze in het bos zien of ervaren. Laat kinderen Franse woorden uitbeelden of tekenen met een tak. Kunnen de andere leerlingen raden over welk Frans woord het gaat?

8/ Franse scrabble

Het bos is een omgeving die de creativiteit van kinderen prikkelt. Een leuke plek dus voor een **toneelopvoering, een muziek- of knutselles**. Experimenteer met schaduwen, klanken of de vier elementen van de aarde.

Nog op zoek naar inspiratie? BOS+ werkte de afgelopen jaren tal van educatieve activiteiten uit. Heb je inspiratie nodig? Neem dan een kijkje op de website van [De Boom In](#), [Week van het Bos](#) of de bosklaskar: een kar die we speciaal ontwikkelden voor leerkrachten om tal van lesonderwerpen in het bos te onderwijzen. Met kant-en-klare lesfiches en een kar trek je voor een halve dag het bos in. Alle lesopdrachten zijn verbonden aan een thema, zoals poëzie, Halloween of dieren. Elk thema wordt ingeleid door Mayu, een leeftijdsgenoot uit het Amazonewoud.

“Afgelopen week zijn we twee dagen op klaskamp geweest. We bezochten het bos en deden enkele activiteiten uit jullie aanbod. Bomen meten, bomen onderzoeken... De kinderen hebben van de activiteiten genoten en konden er zelfstandig mee aan de slag. Het materiaal was heel gemakkelijk en gebruiksklaar.”

- Juf Anne, De Wonderwijzer in Tienen

3. REFLECTIEACTIVITEITEN

Het is goed om elke lesdag in het bos af te sluiten met een reflectiemoment. Enerzijds worden de kinderen daar rustig van, anderzijds geeft het jou ook een idee van wat ze hebben bijgeleerd of welke activiteit een echte topper was. Enkele voorbeelden:

- I. Laat de kinderen één voor één een score geven aan de lesdag. Als extraatje kan je hen ook laten vertellen wat ze het leukste of minder leuk vonden en waarom.
- II. Laat elk kind de dag samenvatten in één woord. Wil je het wat moeilijker? Kies er dan voor om geen enkel woord twee keer aan bod te laten komen.
- III. Maak een woordslag met het thema wat je vandaag in het bos hebt behandeld.
- IV. Wat zullen ze onthouden? Iedereen zit in een kring en vertelt aan zijn buur wat ze absoluut zullen onthouden. Nadien vertellen ze aan de klasgroep wat de buur heeft verteld.
- V. Laat de kinderen een kunstwerk in landart maken rond het thema dat je vandaag in het bos behandeld hebt.

4. VERDEELSPELLETJES

Tijdens buitenlessen wordt de klas vaak in groepjes opgedeeld om samen aan de slag te gaan. Nog op zoek naar leuke en originele verdeelspelletjes? Wij geven alvast wat inspiratie mee.

- I. De kinderen gaan in een rij staan volgens het alfabet: deze keer met de voornaam. Zo kan je de groep opdelen in kleine groepen: de eerste vijf* kinderen zitten samen in een groep.
- II. Alle kinderen zoeken een grassprietje en een kameraadje. Ze gaan dus per twee staan en haken de beide grassprietjes in elkaar zodat ze de twee uiteinden van hun grassprietje tussen hun vingers hebben. Dan trekken ze hun grassprietjes naar elkaar toe. Welk sprietje houdt stand? De hele grassprietjes vormen een groep en de gebroken vormen de andere groep.
- III. Alle kinderen doen één schoen uit en gooien die op een hoop. De leerkracht neemt een aantal schoenen: de kinderen wiens schoen is getrokken, vormen een groep.
- IV. Alle kinderen zoeken een partner. Ze spelen blad-steen-schaar. Alle winnaars vormen een groep, de verliezers vormen ook een groep. Heb je vier groepen nodig? Dan spelen de winnaars nog eens tegen elkaar en de verliezers ook.
- V. Zoek naar overeenkomsten. Zo kunnen kinderen die eenzelfde schoenmaat of lievelingskleur hebben een groep vormen.

*Dit aantal kan wijzigen, afhankelijk van de grootte van de groep.

BELANG VAN BUITEN SPELEN

Outdoor Education is meer dan alleen buiten les geven. Vrij spel is namelijk ook een belangrijk onderdeel van outdoor education én de ontwikkeling van kinderen. Uit onderzoek van Jantje Baton blijkt dat kinderen dramatisch minder buiten spelen dan hun (groot)ouders. Dit terwijl spelen niet enkel gezond is voor kinderen op jonge leeftijd, maar ook voor hun toekomst: **het bevordert de doorbloeding van de hersenen en stimuleert belangrijke cognitieve en sociale vaardigheden, creativiteit en het leren omgaan met emoties en verlangens.**



Buiten spelen **stimuleert ook de taalontwikkeling** van jonge kinderen. Taal leer je niet enkel in de klas, tijdens het lesuurtje, je bent er de hele dag mee bezig. Uit onderzoek blijkt dat jonge kinderen op steeds latere leeftijd specifieke taaldoelen bereiken¹⁶.

Daarnaast worden er ook vaker taalstoornissen vastgesteld. Het feit dat families meer binnen leven dan

vroeger en dus ook minder buitenactiviteiten doen met hun kinderen, kan hier een verklaring voor zijn. Een buitenomgeving biedt namelijk heel wat kansen aan kinderen om het taalgebruik te stimuleren.

Kinderen zijn in een buitenomgeving doorgaans ook meer gemotiveerd om hun emoties, gedachten en fantasieën te uiten. Activiteiten in een natuurlijke omgeving, die uitdagend en veranderbaar is en tal van zintuigen prikkelt, zijn een trigger om te communiceren.

LOOSE PARTS PLAY

Loose parts, of losse onderdelen, zijn een cruciaal onderdeel van buitenlessen of buitenactiviteiten. Losse materialen met een open einde, zoals dennenappels, beukenootjes of stokken, **triggeren de creativiteit en het probleemoplossend denken** van jonge kinderen.

De meeste materialen die we gebruiken in het klaslokaal hebben een specifiek doel. Denk aan een meetlat, krijt of een weegschaal. Buiten het klaslokaal worden kinderen blootgesteld aan tal van materialen waar ze erg vindingrijk mee om gaan. Een tak bijvoorbeeld, die kan dienen om een terrein af te bakenen, als toverstaf of als roerstok voor vers gezette modderthee.

Kinderen zijn van nature aangetrokken door losse materialen, om te bouwen, te verzamelen, te sorteren, te tellen, mee te spelen. **Kinderen bepalen zelf waarvoor ze de losse materialen gebruiken.** Losse materialen versterken de natuurbeleving van een kind¹⁷.

Loose parts zijn ze **multifunctioneel en multi-inzetbaar**: de materialen dienen waarvoor de kinderen dat precies willen. De ene dag kan een doos dienen als tv-toestel, de andere dag als blok om een toren mee te bouwen. Alle losse materialen zijn spelmateriaal, maar geen speelgoed. Je vindt ze dus niet in de speelgoedwinkel, maar op tal van andere plekken: de kringwinkel, het bos, de garage...

Losse materialen zijn verplaatsbaar en zijn dus niet plaatsgebonden¹⁸. Door weinig of geen instructies te geven over hoe de materialen te gebruiken, krijgen kinderen de ruimte om zelf te experimenteren.

Daarnaast triggeren losse materialen jonge kinderen om vaker **risico's te nemen en zichzelf uit te dagen**. Zo kunnen ze hun vertrouwde omgeving omvormen tot een parcours waarbij ze steeds hoger opkruipen of meer afstand laten tussen de losse onderdelen.

Voorbeelden van loose parts: buizen, kartonnen dozen, potjes, kommen, lepels, kratten, boomstronken, planken, stoelen, tonnen, WC-rolletjes, flesjes, sponzen, ringen, allerlei kleine en natuurlijke materialen (steentjes, takken, noten, bladeren...).

RISICOVOL SPELEN

Zonder muren is de leercontext dynamischer en onvoorspelbaar. Het is nodig dat leerlingen leren omgaan met onverwachte situaties, omdat ze daar in het dagelijkse leven ook mee geconfronteerd worden. Uit onderzoek van Jantje Baton blijkt dat **voor kinderen buitenspelen leuker wordt als er spannende speelplekken aanwezig zijn**¹⁹.

Een kind wil dus niet liever dan de **eigen grenzen opzoeken**: ze houden van de spanning die ze ervaren en het maakt hen trots. Het klinkt misschien beangstigend, want we willen kinderen vaak beschermen, maar risicovol spelen is een belangrijk onderdeel van het leerproces van kinderen en jongeren.



10/ Jeroen Mentens (Vilda)

Risicovol spelen kent dan ook tal van voordelen in hun ontwikkeling²⁰²¹. Zo worden ze motorisch vaardiger door het **trainen van evenwicht, coördinatie, dieptezicht...** Het geeft hen ook een **boost in hun zelfvertrouwen en zelfstandigheid. Kinderen zijn ook socialer**, vaak omdat ze moeten samenwerken om een doel te bereiken. Ze ontwikkelen **doorzettingsvermogen** en leren hun **angsten overwinnen**²².

Maar wat is dat precies: risicovol spelen? Risicovol spelen kan je beschrijven als **spannende vormen van spelen** die fysiek van aard zijn waardoor je risico loopt op klein letsel

23

Ik heb het nog nooit gedaan,
dus ik denk dat ik het wel kan.

- Pippi Langkous

Bescherm kinderen tegen grote risico's, maar leer ze omgaan met kleine risico's zoals een schaafwonde, wat schrammen of een buil. Maak dus de omgeving zo veilig als nodig, niet zo veilig mogelijk. Een risicovolle speelplek daagt kinderen uit om hun capaciteiten te testen.

Risicovol spelen kan op allerlei manieren: in de hoogte, spelen met snelheid, op gevaarlijke plekken, uit het zicht van een begeleider, te ravotten... Laat kinderen zelf ontdekken wat ze wel en niet kunnen. De kans is bovendien kleiner dat kinderen wat overkomt wanneer ze gefocust zijn tijdens het spel.

REFERENTIELIJST

- ¹ Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek (2015). *Fit en vaardig op school - onderwijsbewijs*. Geraadpleegd op 29 september 2021 via <https://www.nro.nl/onderzoeksprojecten/fit-vaardig-op-school-onderwijsbewijs>
- ² MOS (z.j.). *Voordelen van buiten lesgeven*. Geraadpleegd op 22 september 2021 via <https://www.mosvlaanderen.be/voordelen-van-buiten-lesgeven>
- ³ Bento, G. & Dias, G. (2017). The importance of outdoor play for young children's healthy development. *Porto Biomedical Journal*, 2(5), 157-160.
- ⁴ JSW (2016). Springend rekenen en taal leren. *JSW* 2, 19-21. Geraadpleegd op 29 september 2021 via https://www.nro.nl/sites/nro/files/migrate/Barneveld_Springend_rekenen_en_taal_leren.pdf
- ⁵ Fiskum, T.A. & Jacobsen, K. (2012). Individual differences and possible effects from outdoor education: long time and short time benefits. *World Journal of Education*, 2(4), 20-33.
- ⁶ Wetenschap en Gezondheid [website], 29 juni 2018. *Obesitas bij kinderen*. Geraadpleegd op 22 september 2021 via <https://www.gezondhedenwetenschap.be/richtlijnen/obesitas-bij-kinderen>
- ⁷ Children & Nature Network (2013, 2 maart). "Sitting Is the new smoking" — What we can do about killer couches, sedentary schools, and the pandemic of inactivity [blogbericht]. Geraadpleegd op 22 september 2021 via <https://research.childrenandnature.org/2013/03/02/sitting-is-the-new-smoking-what-we-can-do-about-killer-couches-lethal-schools-and-the-pandemic-of-inactivity/>
- ⁸ Outdare Teaching, UCLL (2019). *Outdoor learning: wat is het dan?* Geraadpleegd op 10 juni 2021 via <https://outdareteaching.be/outdoor-learning>
- ⁹ BOS+ (2021). *Steeds meer buitenklassen, boslessen en natuurschooltjes en 20 redenen waarom die belangrijk zijn*. Geraadpleegd op 13 juni 2021 via <https://www.bosplus.be/k/nl/n167/news/view/60540/12551/steeds-meer-buitenklassen-boslessen-en-natuurschooltjes-en-20-redenen-waarom-die-belangrijk-zijn.html>
- ¹⁰ Jantje Beton (2021). *Dat is wat spelen doet met je kinderebrein*. Geraadpleegd op 29 september 2021 via <https://www.speelbeweging.nl/dit-is-wat-spielen-doet-met-je-kinderbrein/>
- ¹¹ Joven, M., van Eijk, D., van der Linde, R. & Hovinga, D. (2017). *De kunst van naar buiten gaan*. Geraadpleegd op 29 september 2021 via <https://www.hsleiden.nl/binaries/content/assets/hsl/lectoraten/natuur-en-ontwikkeling-kind/publicatie-de-kunst-van-naar-buiten-gaan-web.pdf>
- ¹² BOS+ (z.j.). *Spelen in het bos*. Geraadpleegd op 23 juli 2021 via <https://www.bosplus.be/nl/spelen-in-het-bos#:~:text=Bos%2D%20en%20natuurgebieden%20zijn%20volgens,en%20bomen%20afbreken%20of%20afzagen.>

¹³ VRT (2019). *Mag je bessen plukken of noten rapen in het bos? Dit zijn de regels rond wildplukken*. Geraadpleegd op 22 september 2021 via <https://radio2.be/de-inspecteur/mag-je-bessen-plukken-of-noten-rapen-in-het-bos-dit-zijn-de-regels-rond-wildplukken>

¹⁴ Agentschap Natuur en Bos (z.j.). *Toegankelijkheid*. Geraadpleegd op 21 september 2021 via <https://www.natuurenbos.be/toegankelijkheid>

¹⁵ Agentschap Natuur en Bos (z.j.). *Wandel in de natuur, nu ook buiten de paden*. Geraadpleegd op 21 september 2021 via <https://www.natuurenbos.be/wandel-de-natuur-nu-ook-buiten-de-paden>

¹⁶ Early Years Outdoors (2009). *Taking it outdoors: communication, language and literacy. Play notes*.

¹⁷ Williams, M. (2021). *Loose parts play outdoors - resources, ideas, tips*. Geraadpleegd op 13 juni 2021 via <https://earlyimpactlearning.com/loose-parts-play-outdoors-resources-ideas-tips/>

¹⁸ Speelmakers (2021). *Loose parts verzamelen*. Mondelinge presentatie op MOS-studiedag Losse materialen op de groene speelplaats, Lochristi.

¹⁹ Jantje Baton (2018). *Buitenspelen: onderzoek 2018*. Geraadpleegd op 29 september 2021 via <https://jantjebeton.nl/uploads/files/Onderzoek%20Buitenspelen%202018%20-%20Jantje%20Beton.pdf>

²⁰ Early Impact Learning (2021). *21 benefits of risky play (and examples)*. Geraadpleegd op 22 september 2021 via <https://earlyimpactlearning.com/21-benefits-of-risky-play-with-examples/>

²¹ Care for kids (2019). *Why risky play is important for young children*. Geraadpleegd op 22 september 2021 via <https://www.careforkids.com.au/child-care-articles/article/189/why-risky-play-is-important-for-young-children>

²² Kenniscentrum Letselpreventie (z.j.). *Voordelen risicovol spelen*. Geraadpleegd op 19 oktober 2021 via <https://www.veiligheid.nl/kinderveiligheid/spelen/risicovol-spelen/voordelen>

²³ Jantje Beton (2021). *It's all in the game: de kracht van risicovol spelen*. Geraadpleegd op 29 september 2021 via <https://www.speelbeweging.nl/its-all-in-the-game-de-kracht-van-risicovol-spelen/>