

# Zwier en zwaai

**“IK KAN ECHT TROTS ZIJN DAT LEERLINGEN ZO GEZOND EN VOL BEWEGING OPGROEIEN”**

In mijn loopbaan heb ik vele mooie momenten gekend, maar de Sportiefste basisschool van Nederland 2017 neerzetten, en daarvoor de erkenning en prijs krijgen vanuit KVLO en NOC\*NSF, is wel een moment waar ik heel trots op ben. De sportiefste basisschool van Nederland word je niet zomaar. Toen ik begon te werken voor de gemeente Tilburg en gekoppeld werd aan basisschool De Vijf Hoeven, was de school een traditionele school zoals er velen in Nederland zijn. Leerlingen kregen één en soms twee keer per week een gymles en er was nog niet zo veel aandacht voor het belang van bewegen en gezondheid.

Nu bruist de school. Elke dag krijgt elke klas bewegingsonderwijs. Daarnaast krijgen leerlingen de mogelijkheid om meerdere keren naar buiten te gaan om te bewegen en wordt er bewegend leren aangeboden op verschillende momenten in de klas. Er is veel contact met verenigingen, clubs en gezondheidsorganisaties om bewegen en gezonder leven te stimuleren. Ook heeft de school vijf Gezonde Schoolvignetten vanuit de Gezonde School. Ouders en leerlingen zijn zich ervan bewust dat gezond opgroeien niet alleen goed is voor je lichaam, maar dat het ook de schoolprestaties verbetert. Dit bewustzijn is goed voor de kinderen, want zo zullen zij hopelijk deze manier van leven ook in de toekomst toepassen. Ik ben blij dat ik de aanjager ben geweest van dit succes en kan dan ook echt trots zijn dat leerlingen zo gezond en vol beweging opgroeien. Dat zou ik elk kind toewensen.

Door de vele mooie momenten bij de gemeente Tilburg en de basisschool ben ik op zoek gegaan naar hoe ik nog meer kan betekenen voor de maatschappij. Inmiddels werk ik voor Fontys Hogescholen en leer ik studenten hoe ze goede gymlessen kunnen verzorgen op de basisschool. En daarnaast hoe belangrijk het is om een gezonde leefstijl aan te leren bij kinderen. Ook ben ik uitgekozen voor het

landelijke project Curriculum.nu waar ik samen met vijftien andere docenten werk aan een curriculum voor geheel Nederland rondom het thema bewegen en sport (zie ook [www.curriculum.nu](http://www.curriculum.nu)). Zowel dit project als het werken bij Fontys zorgt ervoor dat ik hoop dat de maatschappij steeds gezonder gaat worden en zich er bewuster van is dat sporten en gezonder leven veel moois kan brengen. Ik geloof er zelf in ieder geval heilig in en sport het liefst elke dag en let op wat ik eet. Zo blijf ik het voorbeeld van mijn eigen boodschap: zwier en zwaai!



*Tineke Meens (31 jaar) werkt als combinatiefunctionaris voor de gemeente Tilburg en was tot afgelopen schooljaar verbonden aan basisschool De Vijf Hoeven.*

*🐦 @juf10eke*

*📌 jufTineke-meens*