

Ook van judo kun je veel leren op school

Bijzondere manier van leren op Loep

12 december 3 minuten



Frank Willemse

Dertig kinderen rennen, duwen en lachen op de judomat. Allemaal door elkaar als een kluwen in witte pakjes. Toch krijgt judoleraar Eric ze stil. "Judo", vertelt hij, "Is niet vechten maar leren van elkaar. Zoals elkaar geen pijn doen, samenwerken en vertrouwen." Leren is dus meer dan alleen maar woordjes of sommen leren. Hier in Groenoord leer je dus ook om je val te breken op de mat.

SCHIEDAM - In zes weken kun je geen judokampioen worden. Wel kun je in die tijd leren om te bewegen en van elkaar te leren. Dat Vertelt meester en judoleraar Eric die vandaag voor de klas staat. Zo'n 30 kinderen zitten of stil op de mat of rennen op zijn teken naar elkaar. Met spelletjes als 'Wie is de koning van de tegenpartij?' of door elkaar knielend van de mat duwen Zo leert hij de kinderen te bewegen en met strenge regels te stoeien.

Niet om elkaar pijn te doen maar om leren hoe om te gaan met winnen en verliezen. Spelletjes met duidelijke regels als niet staan maar op de knieën om elkaar eronder te krijgen. Ook leren valbreken en zien wat een houdgreep is.

Hier leer je ook om te gaan met winnen en verliezen

Judo is een spel of sport waarbij je je lichaam traint en soepel houdt. Bovendien een sport met regels en waarden. Zoals discipline of beheersing en niet boos worden bij verlies. Maar ook om op de ander te kunnen rekenen. "Allemaal dingen die je op school moet leren", zegt directrice Annemieke Jeene. Zij vertelt trots hoe haar school met veel sport en gym de leerlingen uit Groenoord zelfvertrouwen wil geven. Ze leren van elkaar hoe ze wel en niet behandeld willen worden. Bij pijn moet je dus loslaten en waar kun je je elkaar probleemloos aanraken? De leerlingen, met exotische namen als Dylan, Salman, Azra of Chahinda, hebben de grootste lol. Ze rennen en huppelen achter elkaar en zoeken elkaar steeds op. De meisjes wat voorzichtiger, de jongens soms als wilde cowboys.

Sinds vier jaar maakt judo deel uit van de lessen op basisschool Loep. Kennis en bewegen is het motto van de school in Groenoord. Naast judo ook gym in de naastgelegen sporthal. Maar ook dansen en muziekles maken deel uit van de leertijd. Hier leren de kinderen hoe met elkaar veilig om te gaan. Tijdens de judoles ziet de strenge leraar erop toe dat de hyperactieve jongens maar ook de meer verlegen meisjes leren wat precies een houdgreep is en hoe ze veilig kunnen vallen. Ook in het leslokaal worden die leermomenten, met termen als Respect, Vertrouwen en Beheersing, in de klas besproken en aangeleerd. Op een speelse manier in de groepen 3 en 4, die vooral plezier hebben. Maar serieuzer met judotechnieken voor de hoogste klassen 7 en 8.

Veel sport en bewegen maakt deze multiculturele school bijzonder. De komende jaren zullen ze verhuizen naar een nieuw schoolgebouw in de buurt. Dat is hard nodig, want hier op de Peter van Anrooylaan blijft de deurbel steeds hangen wat de les onrustig maakt. Na de laatste les krijgen alle leerlingen hun judodiploma met een applaus als beloning.



