

SCHOOLTUINTJE



Drs. Annerie Rutenfrans (024-3730535, a.rutenfrans@mecnijmegen.nl), adviseur NME bij Milieu Educatie Centrum (MEC) Nijmegen en lid kernteam VVM-sectie NME van VVM.

'Eerstehands natuurervaringen zijn gunstig voor de ontwikkeling van creativiteit, onafhankelijk denken, verbanden leggen en taalontwikkeling bij kinderen. Zij kunnen zich beter concentreren, zijn actiever en weerbaarder, voelen zich minder snel depressief en worden minder snel dik' (Milieu 2012/8). Niet alleen de verbondenheid van de kinderen met natuur en milieu neemt hierdoor toe. De verworven competenties vergroten op lange termijn de kans op succesvolle deelname aan de maatschappij, een betere gezondheid en het nemen van sociale verantwoordelijkheid. Deze kinderen zullen eerder en vanzelfsprekender meewerken aan een groene economie.

Leren denken in kringlopen

Maar waar en op welke manier kunnen kinderen betekenisvolle natuurervaringen opdoen en hoe kunnen scholen, maatschappelijke organisaties en ouders dit bevorderen? Geef ieder kind een schooltuintje! Een schooltuin is bij uitstek een plek waar kinderen veilig natuurervaringen opdoen en relevante competenties ontwikkelen voor duurzame ontwikkeling. Een schooltuin is een inspiratieplek waar kinderen al spelenderwijs leren denken in natuurlijke kringlopen. Verwondering over 'groei en bloei' stimuleert ook het ontwikkelen van een onderzoekende houding. Uit recent Brits onderzoek blijkt verder dat tuinieren op school bovendien goed is voor de ontwikkeling van kinderen. Zowel hun kennis en begrip van planten, voedsel, natuur en klimaat als hun vocabulaire, zelfstandigheid, zelfvertrouwen, welbevinden,

Foto's: Annerie Rutenfrans

Een duurzame samenleving vraagt om burgers die bereid en in staat zijn om mede vorm te geven aan een circulaire economie. Kinderen kunnen het denken in kringlopen leren van ecologische processen in een schooltuin. Bovendien is deze ervaring goed voor de gezondheid en voor de persoonlijke ontwikkeling.

IS HET BEGIN

veerkracht, verantwoordelijkheidsgevoel en motorische vaardigheden nemen toe. Verder vormt de schooltuin een onuitputtelijke inspiratiebron en relevante context voor andere lessen, zoals rekenen, taal en wetenschap & techniek. Zo kan bijvoorbeeld op basis van de oogst uitgerekend worden hoeveel grond nodig is voor de voedselproductie van een persoon (ecologische voetafdruk).

Meer groenten, minder obesitas

Schooltuinen bevorderen ook een gezond eetgedrag. Uit een onlangs verschenen omvangrijke analyse van de wetenschappelijke literatuur blijkt dat de consumptie van groenten en fruit bij kinderen door tuinieren significant toeneemt, terwijl alleen les geven over voeding maar een marginale invloed heeft op hun voedselgedrag. Niet alleen het gebruik van groenten en fruit neemt toe, tuinierende jongeren zijn ook eerder bereid groente en fruit te proeven. Door structurele implementatie van tuinieren in het lesprogramma wordt het voedselgedrag van jonge kinderen blijvend positief beïnvloed. Belangrijk, want volgens landelijke groeistudies van TNO is het overgewicht bij kinderen de laatste dertig jaar gestegen van 6% tot 14%. Een dieet met meer groenten en fruit verkleint de kans op overgewicht en obesitas.

Voedselkeuze

Voor jonge kinderen kun je nog bewust leren omgaan met voedsel. Het is daarom van belang om al met kinderen van groep 4, 5 en 6 te tuinieren, omdat zij op die leeftijd open staan voor deze belevenissen, nog geïnteresseerd zijn in kennis over groenten en fruit en graag zelf hun voedsel bereiden. Zo worden ze ook beter voorbereid op hun



adolescentie, een periode waarin ze vaak minder bewust bezig zijn met voeding. Leerlingen van groep 7 en ouder beginnen hun eigen identiteit te ontwikkelen en zijn zich al meer bewust van hoe hun voedselvoorkeuren overkomen in hun sociale omgeving. Jongeren zijn dan minder in staat om een goed gevoel te relateren aan

groente. Bovendien hebben leeftijdgenoten een grotere invloed op hun beleving van voedsel.

Pubers gaan meer snacken, maaltijden overslaan en ze kiezen vaker dezelfde producten als personen waarmee ze zich identificeren.

Maatwerk

Nederland kent een rijke geschiedenis aan schooltuinen. Zo zijn er prachtige schooltuinen en zelfs speciale complexen. Helaas staan deze activiteiten onder toenemende druk van bezuinigingen en hebben ook veel basisscholen nog geen tuin of

toegang tot zo'n complex. Het opzetten van schooltuinen vereist wel maatwerk: een integrale visie en gedegen voorbereiding zijn belangrijke succesfactoren. Kijk vooral wat mogelijk is binnen de beschikbare ruimte, middelen, wensen en werkwijzen op school; op de site van het MEC staat hiertoe een nuttige 'beslisboom' (zie: www.mecnijmegen.nl). Ook een kleine tuin waar iedereen trots op is, werkt al stimulerend, inspirerend en verbindend. Een paar stoeptegels zijn zo gelicht, maar zorg wel voor voldoende draagvlak bij het team. Natuur- en milieueducatiecentra en andere maatschappelijke organisaties kunnen op basisscholen een aanjagende rol spelen bij het opzetten van 'tuinjes op maat'. Zij kunnen scholen ondersteunen bij het analyseren van mogelijkheden en het structureel inbedden van tuinlessen in onderwijsprogramma's. Tevens kunnen zij leerkrachten coachen om op inspirerende manier met de kinderen buiten aan de slag te gaan.

Annerie Rutenfrans

'Consumptie van groenten en fruit neemt door schooltuin significant toe'