

Ons grote openlucht klaslokaal

esprit
SCHOLEN

Neem je klas
de natuur in!



Vlabbij AICS



Vlabbij De Eilanden

For
English:
see back
cover

Leren zonder
grenzen
Een gemeenschap-
pelijk project

Ervaringen en tips
van Esprit Docenten
2025



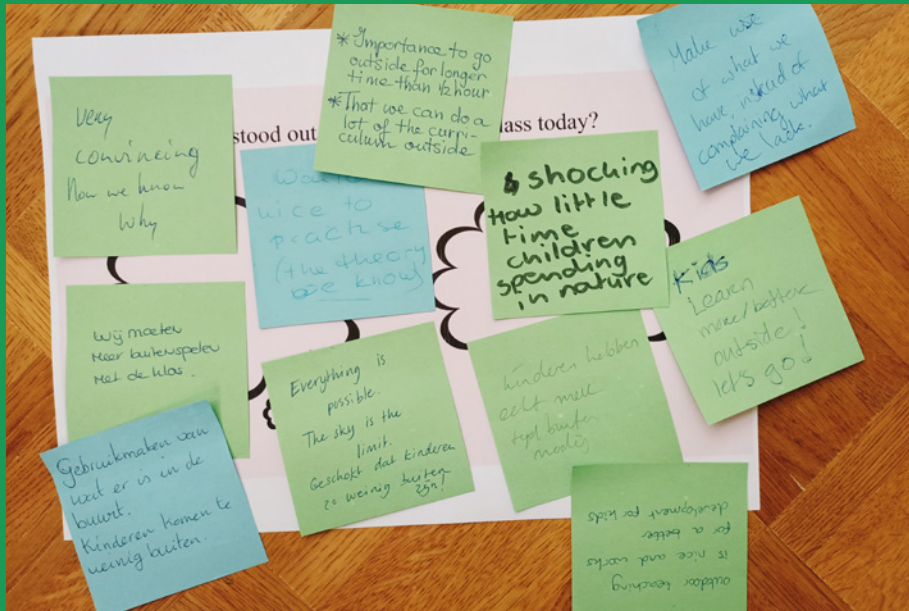
Vlabbij WSV



Inhoud



1	Voorwoord door Marlise Achterbergh	5
2	Leren buiten de muren	7
3	De voordelen van buiten leren	8
4	10 tips om te starten met je buitenreis	10
5	Buiten leren in de onderbouw	14
6	Buiten leren in de middenbouw	18
7	Buiten leren in de bovenbouw	22
8	Meer info & support	27



Vlabbij MSL

1. Voorwoord



Didactiek voor duurzaamheid en buitenonderwijs

Onderwijs voor duurzaamheid en leren in, van en met de natuur zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Bij Esprit Scholen hebben we duurzame ambities en zijn we groot voorstander van didactiek die verbinding met de natuur bevordert.

Aurelia is expert in dit veld, en met haar inmiddels een heleboel docenten die ze heeft begeleid. Door in te zetten op natuurverbinding krijgen je leerlingen les van een extra docent: de natuur zelf. Uit talloze onderzoeken blijkt dat buitenonderwijs een positief effect heeft op het welzijn van docenten en leerlingen en dat het zowel mentale, sociale als fysieke voordelen heeft.

Buitenonderwijs leidt ook nog eens tot meer milieubewust gedrag en betere cognitieve prestaties. Niets dan voordelen dus!



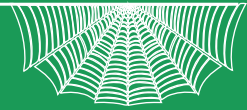
Marlise Achterbergh
Duurzaamheidscoördinator
Esprit Scholen

Aurélia Chevreul-Gaud
Specialist
Buitenonderwijs



Vlabbij De Verwondering

2. Leren buiten de muren



In gesprek met Aurélia Chevreul-Gaud,
Specialist Buitenonderwijs

Wat betekent buitenonderwijs?

Buitenonderwijs brengt het schoolcurriculum naar de buitenlucht. Om er volledig van te profiteren, is het ervaringsgericht, geworteld in lokale natuurlijke omgevingen, heel regelmatig en ontworpen om de verbinding met de levende wereld te verdiepen. Te vaak worden mensen en de natuur als gescheiden gezien. In werkelijkheid zijn we een integraal onderdeel van de levende wereld. Door les te geven in de buitenlucht werken we samen met de natuur, die zowel een bron is als een leermodel. Deze methode verrijkt niet alleen het onderwijs, maar bevordert ook gezondheid, welzijn en een gevoel van milieubewustzijn.

Waar begin ik?

Het begint met nieuwsgierigheid en kleine stappen. We beginnen met onze favoriete les, onze hobby, of iets dat plezier brengt – en we proberen het buiten! Eenmaal daar, observeren we onze leerlingen, zorgen we voor veiligheid en reflecteren we samen op de ervaring. Het opbouwen van routines kost altijd wat tijd, maar de beloning is enorm en ook blijvend. Na verloop van tijd versterkt buitenonderwijs de verbindingen tussen leraren, leerlingen en de natuur.

Wat is de kern van dit boekje?

Ik zie de opmerkelijke transformatie van de leraren waarmee ik in de loop der jaren heb gewerkt, en ook de transformatie van de manier waarop de leerlingen zich verbinden met de levende wereld. Dit mee te maken raakt me diep en brengt me enorme vreugde! Amsterdam en Nederland bieden talloze mogelijkheden voor buitenonderwijs, met toegankelijke en intrigerende natuurlijke plekken om te verkennen.

De basis is dus gelegd, en de ervaringen die leraren in dit boekje delen, zullen vast nog meer leraren inspireren om de sprong te wagen en buitenonderwijs te omarmen. Geniet van de reis!

3. De voordelen van buiten leren



Betere schoolresultaten

De voordelen van buitenonderwijs voor onze leerlingen en hun generatie zijn enorm. Het verbetert de schoolresultaten aanzienlijk, dit komt ten goede van zowel de leerling als de leercontext. Buitenonderwijs is essentieel voor de ontwikkeling van executieve functies zoals werkgeheugen, aandachtcontrole en cognitieve flexibiliteit. Het stelt leerlingen in staat om met al hun zintuigen in contact te komen, subtiel gestimuleerd door een rijke en onvoorspelbare omgeving. Deze benadering verbetert het behoud van kennis, breidt overdraagbare vaardigheden uit en versterkt cognitieve verbindingen, naast vele andere voordelen.

Essentieel voor gezondheid en welzijn

In tijden van fysieke inactiviteit en zintuiglijke schaarste ondersteunt het uithoudingsvermogen, kracht en behendigheid. Het ervaren van natuurlijke omgevingen helpt comfortzones te herstellen en ontwikkelt veerkracht. Het stimuleert het immuunsysteem en dient als een onschatbare bron voor het opbouwen van emotionele en mentale gezondheid. Het bevordert een gevoel van erbij horen en het versterkt de band met de gemeenschap.

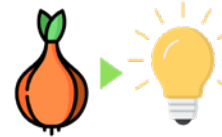
‘Niemand zal beschermen waar men niet om geeft; en niemand zal geven om iets wat men nooit heeft ervaren.’

Sir David Attenborough

Fundamenteel voor milieu-educatie

Als we willen dat onze leerlingen leren om de natuur te beschermen, moeten ze zich er eerst mee verbonden voelen. Studies tonen aan dat het afbreken van de barrières tussen binnen- en buitenklassen – en dus tussen het binnen- en buitenleven van kinderen – leidt tot blijvende en spontane pro-milieuzorg. Door leerlingen in contact te brengen met de levende wereld, zowel menselijk als niet-menselijk, voedt buitenonderwijs een levenslange toewijding om onze planeet te beschermen.

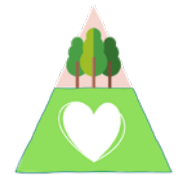
Buitenonderwijs



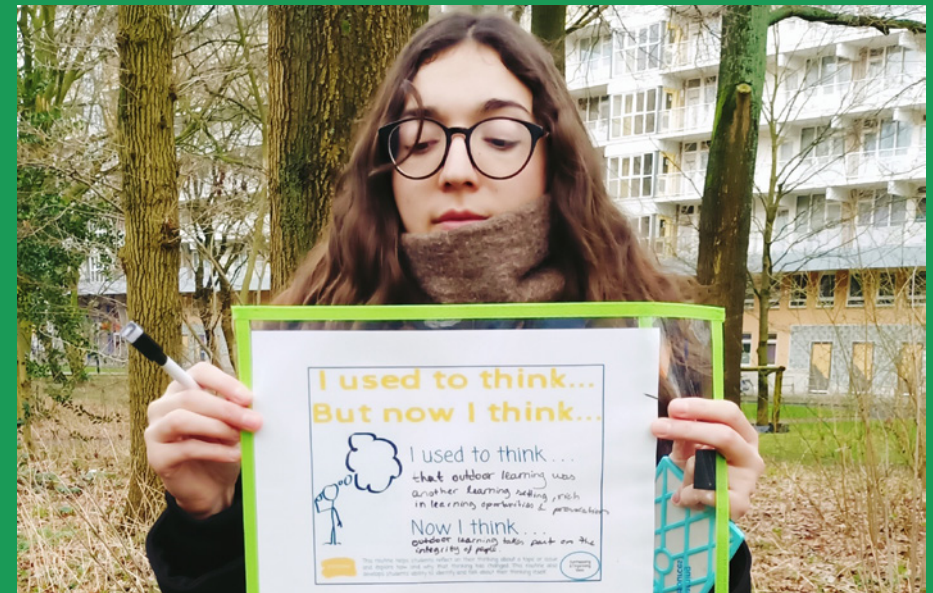
Betere schoolresultaten



Essentieel voor gezondheid en welzijn



Fundamenteel voor milieu-educatie



‘Ik dacht eerst dat buitenonderwijs een andere leeromgeving was, rijk aan leermogelijkheden en uitdagingen. Nu denk ik dat buitenonderwijs een belangrijk onderdeel is van de integriteit van onderwijs.’

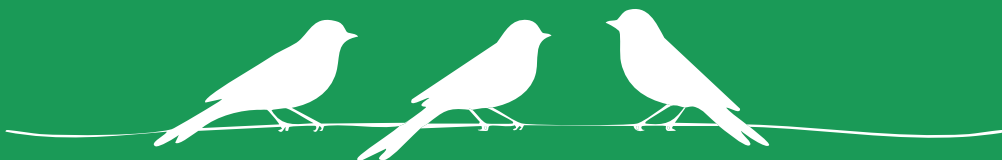
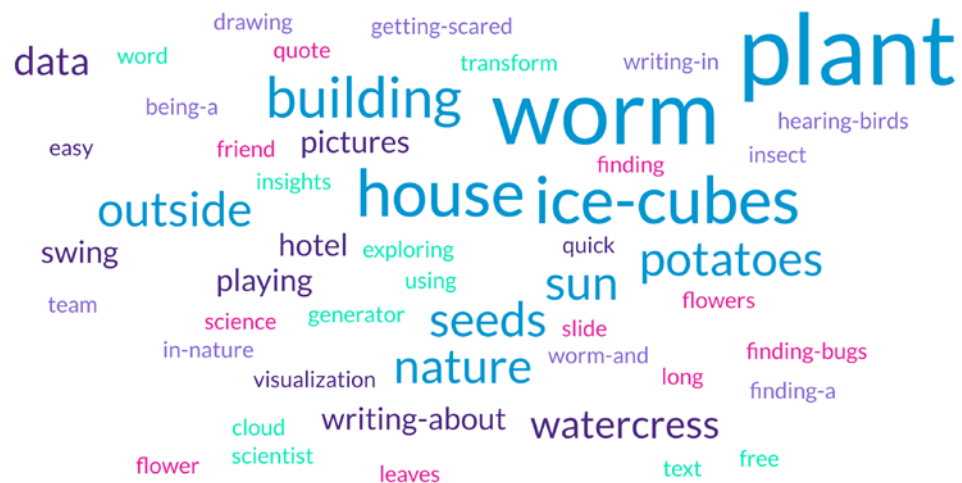
Patricia Marti Bedos, Groep 2 Docent

Het zit in hun hoofd!

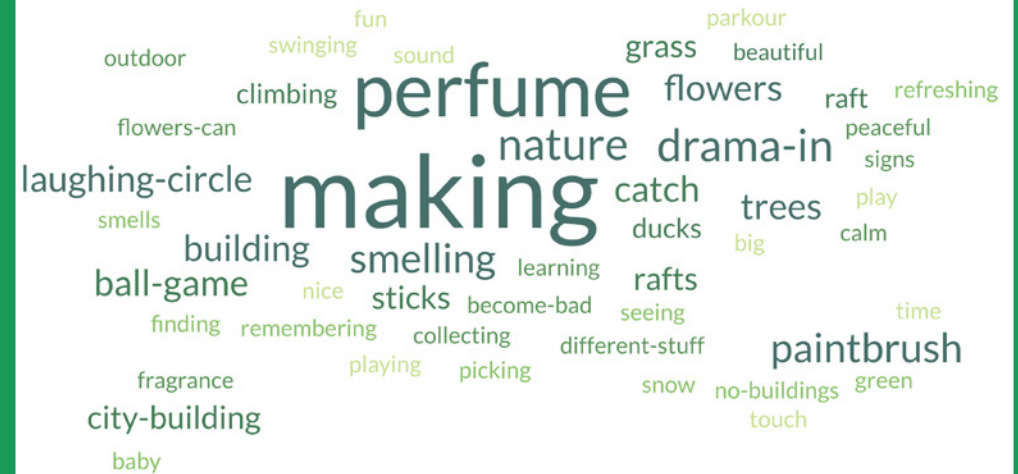
We vroegen een aantal van onze leerlingen wat buitenonderwijs voor hen betekent. De resultaten spreken voor zich!

Welke buitenherinnering wil jij aan je leerlingen meegeven?

Onderbouw



Middenbouw



Bovenbouw



4. 10 tips voor de start van je buitenreis

1 Kleed je op het weer

Stuur regelmatig herinneringen naar leerlingen, ouders en verzorgers over geschikte kleding voor buitenles.

2 Begin met het schoolplein

Gebruik het schoolplein als een overgangsruijnte voor je eerste keren om buitenafspraken en routines op te stellen. Kies daarna het natuurlijke gebied dat het dichtst bij je school ligt.

3 Geef positieve instructies

Focus op wat toegestaan is en op de beschikbare mogelijkheden, in plaats van alleen nadruk te leggen op verboden. Bijvoorbeeld: 'We kunnen dit doen zolang...'

4 Regen is onvermijdelijk – omarm het!

Bekijk de weersvoorspelling, bereid je voor en pas je aan. Regenachtige dagen kunnen het meest memorabel zijn.

5 Observeer je leerlingen

Let op de veranderingen in hun gedrag en woordgebruik door buitenonderwijs – het is inspirerend!

6 Wees een rolmodel, leer je buitenklas kennen

Bouw je zelfvertrouwen op door regelmatig je buitenklaslokaal te bezoeken, in elk seizoen. Ben je bewust van de levende wezens daar en koester je eigen connectie met de natuur.

7 Vind je eigen stijl

Ben je een zorgvuldige planner, een spontane avonturier, of iets daartussenin? Doe wat voor jou werkt, er is geen goed of fout.

8 Begin met leren IN de natuur

Begin door je gebruikelijke lessen buiten te geven. Bijvoorbeeld: lees een boek onder een boom.

9 Integreer leren OVER de natuur

Elke buitenschoolse les bevat van nature elementen van natuuronderwijs, maar het primaire curriculum biedt ook veel kansen om er direct op te focussen.

10 Richt je op leren MET de natuur

Gebruik de natuur om onderwerpen uit het lesprogramma actief te verkennen – bijvoorbeeld door te experimenteren met schaduwen om les te geven over licht – en zo de deur te openen naar een grondig multidimensionaal begrip dat aanzet tot diep nadenken.

Tot slot, veel plezier met de verhalen en tips die in dit boekje worden gedeeld, en maak gebruik van de extra hulpmiddelen aan het eind voor ondersteuning bij je reis naar buiten!



5. Buitenonderwijs in de onderbouw



Thuis in de natuur!

In de vroege jaren ligt de focus op het bevorderen van vrij en zintuiglijk spel om nieuwsgierigheid te prikkelen en verbinding te maken met de natuurlijke wereld. Door tijd te nemen voor gezamenlijke reflectie – observeren, vragen stellen en ontdekkingen delen – helpen we kinderen hun bewustzijn en waardering voor buitenruimtes te vergroten. Door het opbouwen van een eenvoudige maar regelmatige buiten-routine leggen we een stevige basis voor het leertraject. Op deze manier voeden we hun zelfvertrouwen en vreugde in het verkennen van de wereld om hen heen.



‘Begin met lage verwachtingen: wanneer je in de buitenlucht bent, doe je al het beste voor je kinderen.’

Claire Doyle
Groep 2 Docent

Groep 1, als team werken aan een schuilplaats / tent.

‘Een van mijn leerlingen had moeite met lezen en rekenen en begon zich onzeker te voelen in de klas. Toen we naar buiten gingen, realiseerde ik me dat dit was waar ze tot bloei kwam. Ze maakte prachtige creaties. Het besef hiervan, het genieten van de activiteiten en doordat anderen haar werk bewonderden, gaf haar een echte boost voor haar zelfvertrouwen.’

Hanna Streng, Groep 2 Docent

‘Bij een nieuwe routine oefen ik mijn les altijd binnen voordat we de 1^e buitenles hebben, zo zijn de verwachtingen duidelijk.’

Hanna Streng
Groep 2 Docent

Groep 3, inkrimpen en op zoek naar een geschikt leefgebied tijdens hun ‘mini wandeltocht’.



‘Mijn grootste succes was het maken van gezichten op bomen met klei. Dit was een geweldige activiteit voorgesteld door Aurélia en het paste goed bij ons leren. De leerlingen waren allemaal zeer actief, verzamelden materialen en versierden de gezichten. Aan het eind wilden ze natuurlijk een foto van hun werk maken en sommigen vroegen meer tijd. Hun focus en betrokkenheid was heel memorabel.’

Anja Podpečan, Groep 3 Docent

‘We zetten buitenonderwijs in het wekelijkse schema, zodat het er altijd is. Het herinnert je eraan voordat je gaat plannen.’

Anja Podpečan
Groep 3 Docent

Groep 1, controleren of het park ook bedekt was met sneeuw en de leuke ‘kraak’ onder hun voeten ervaren.



‘Eerste buitenles van het jaar: kies 3 dingen die ik kan ruiken, 2 dingen die ik kan zien, iets dat ik kan horen. Neem de tijd om te kiezen!’

Eliza Johns,
Groep 3 Docent en
Jaarleider



Groep 3, voorbereiden voor het vieren van hun voorouders volgens de Keltische traditie.

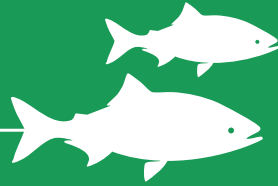
Groep 3, portret van een boomvriend.

‘Speurtocht’ is een van mijn favoriete activiteiten. Kinderen leren zoveel door verschillende voorwerpen te verkennen en verzamelen in verschillende seizoenen.’

Veronica Garces
Groep 1 Docent



6. Buitenonderwijs in de middenbouw



Bewust van de natuur

Halverwege de basisschooltijd ligt de focus op het bevorderen van diepere verbindingen tussen wat we binnen leren en wat we leren van de levende wereld. We moedigen leerlingen aan om met de natuur in contact te komen door middel van praktische, hands-on ervaringen. Door samen te werken aan buitenschoolse projecten ontwikkelen ze samenwerkingsvaardigheden en een gevoel van verantwoordelijkheid, waarbij ze beslissingen nemen en reflecteren op hun acties. Ze worden zich meer bewust van hun omgeving en de onderlinge verbondenheid tussen mensen en andere levende wezens. Het is essentieel dat leerlingen hun persoonlijke verbinding met de natuur ontwikkelen.

Groep 4, de wezens van de vijver bestuderen, met wie we een essentiële levensbron delen: water.



‘Geweldig om inspiratie te krijgen van buitenspecialisten en om de voordelen van buitenonderwijs te zien. Daardoor inspireer je weer anderen.’

Dirk Smith
Groep 5 Docent

‘Buitenonderwijs is zo waardevol voor mijn leerlingen, ze genieten er echt van en dit is precies wat ze nodig hebben!’

Tanja König, Groep 4 Docent

Probeer de
kastanje-
meditatie:



Groep 5, een stad creëren om deze verplaatsen naar een kleinere ruimte. Daarbij afvragen wat de gevolgen zijn van densiteit.



‘Eerste buitenles van het jaar: wandelen, ons buitenlokaal ontdekken en praten over verwachtingen!
Wat merken we op met onze zintuigen?
Wat doen we om ons veilig te voelen buiten?
Wat zijn onze rollen en verantwoordelijkheden?
Het is ook een link naar ons startthema over welzijn.’

Toni Sexton, Groep 4 Docent en Jaarleider



‘Zorg voor geschikte kleding: een regenjack is onmisbaar! Het is niet erg als ze vies worden, vraag eventueel om extra sokken in hun rugzak.’

Dirk Smith
Groep 5 Docent

Groep 5, vuur aansteken met een vuursteen, onderzoek naar energie.



‘Zet het in je lesrooster en probeer het uit!’

Toni Sexton
Groep 4 Docent en
Jaarleider

Groep 4, landschap decoderen.

‘Ik herinner me dat we een kind met neurodiversiteit naar buiten begeleidden. Hij had moeite om zich in de klas goed te gedragen en om instructies op te volgen. Toen hij eenmaal de vrijheid had om buiten rond te lopen, viel alles op zijn plaats.’

Dirk Smith, Groep 5 Docent



Groep 4, voor het eerst hun buitenklas ontdekken.

7. Buitenonderwijs in de bovenbouw

Een gedeelde hartslag met de natuur

In de bovenbouw beschouwen we de levende wereld als een essentiële leeromgeving, waar de natuur zowel een bron van kennis als een emotionele verankering wordt. Leerlingen verdiepen hun begrip van hun unieke verbinding met de natuurlijke wereld. Ze vinden er troost, inspiratie en creativiteit. Ze begrijpen ook hoe ze risico's kunnen inschatten en beheren, waardoor ze zelfvertrouwen en kritische besluitvormingsvaardigheden ontwikkelen. Door reflectie, verkenning en samenwerking groeien de leerlingen uit tot bewuste individuen, beter in staat om de complexiteit van de natuurlijke en sociale wereld te navigeren.

Groep 6, het in 3D in kaart brengen van onmisbare bronnen om zich te vestigen en te overleven.

‘Wanneer ze naar buiten gaan, is het goed om de kinderen te vragen een activiteit die ze hebben gedaan aan hun ouders uit te leggen.’

Carla Kuys
Groep 6 Docent



‘Een goede tip is om samen te werken met andere leraren en hun ervaring te delen, om zelfvertrouwen te krijgen.’

David Lee
Groep 7 Docent

Groep 2 en Groep 7, in het Outdoor Buddy-project, geleid door studenten en geïnitieerd door Olimpia Brzozowski en Claire Doyle.



Groep 7, op wetenschappelijke expeditie voor om een planeet te verkennen met een nieuwe, authentieke blik.

‘Mijn grootste succes in het buitenonderwijs is de betrokkenheid en motivatie van mijn leerlingen terwijl ze als vanzelfsprekend samenwerken. Ze lossen problemen op en helpen elkaar. Door buiten te verkennen, heb ik gezien hoe creativiteit en teamwork bloeien. Het was geweldig om te zien hoe ze verbinding maakten met de natuur en met elkaar, terwijl ze zelfvertrouwen opbouwden.’

Karen Costigan, Groep 6 Docent en Jaarleider



‘Negeer het weer! Kleed je passend, omarm de elementen en deel met je leerlingen de vreugde van buiten zijn!’

Karen Costigan
Groep 6 Docent en
Jaarleider

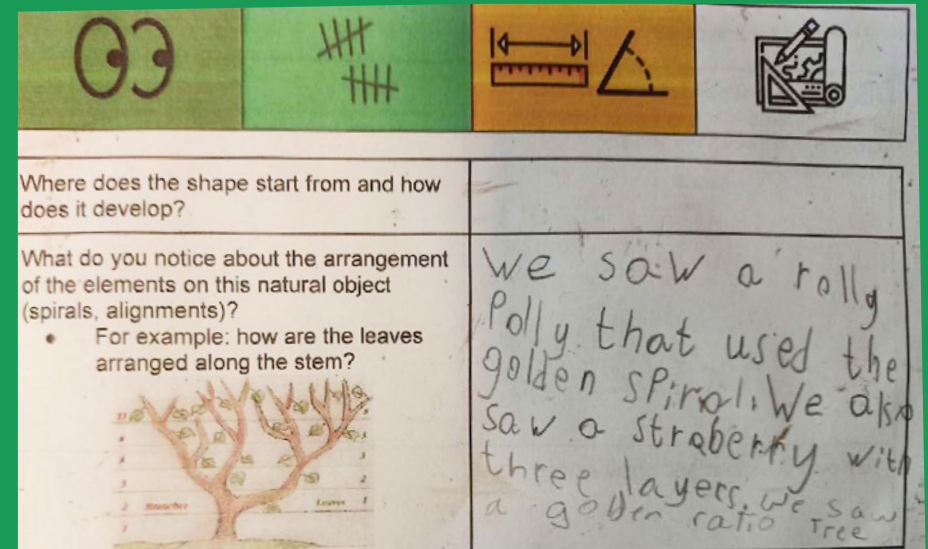
‘Ga vogels kijken, de kinderen zijn er dol op!’

Carla Kuys
Groep 6 Docent

Groep 6, het ademhalingssysteem knutselen met behulp van planten – de organismen waarmee we de lucht uitwisselen die we inademen.

‘Een van de grootste successen van buitenonderwijs is het zien van een leerling die transformeert op manieren die je nog nooit eerder hebt gezien, simpelweg door een verandering van omgeving. Bijvoorbeeld, een van mijn leerlingen, die normaal gesproken een gebrek aan initiatief en volwassenheid toonde in de klas, werd enthousiast, betrokken en begon meer initiatief te nemen tijdens buitenactiviteiten. Ik heb persoonlijk gezien hoe buiten leren het gedrag en de betrokkenheid van leerlingen positief beïnvloedt.’

David Lee, Groep 7 Docent



Groep 6, onderzoek naar geometrie en harmonie in de natuur.

Groep 7, migreren als ganzen, reflecteren over de uitdagingen en behoeften van menselijke en niet-menselijke migratie.



Het is belangrijk om ze vanaf het begin van het jaar naar buiten te brengen.

Carla Kuys
Groep 6 Docent



8. Meer info & support

Sta je te popelen om les te geven in je grote buitenklas?

Doe het gewoon!

Kijk hier waar
je kunt starten:



