

KA Dendermonde organiseert Triatlon

Thema

Feest
Betrokkenheid oudere leerlingen en ouders bij het schoolfeest verhogen
Gezondheid – bewegen op school
Brede school

Concrete realisatie

Tijdens het schoolfeest vindt er jaarlijks ook een triatlon plaats.

In december start de organisatie voor de volgende triatlon. Meestal komt het organiserend team niet veel avonden samen. Omdat het allemaal mensen uit het schoolteam zijn, is het veel gemakkelijker om af en toe tussendoor even te overleggen of snel iets te vragen. Ouders werden tot nu toe niet betrokken in de organisatie. De school kent geen oudervereniging, men trachtte die eerder zonder succes op te starten. Via de leerlingen van het KA vraagt men wel hulp aan de ouders om te helpen de dag zelf.

Ook de leerlingen worden ingeschakeld om te helpen op de dag van de triatlon, voor de leerlingen van de keuzerichting aardrijkskunde/sport is het zelfs een verplichting.

Op de dag zelf zijn er zeker 100 vrijwilligers nodig om te helpen bij de triatlon. Bij de kinderen bijvoorbeeld moeten er voldoende mensen langs het parcours staan om de weg te wijzen, enz...

Momenteel telt de triatlon zo'n 30 à 40 deelnemende groepen (4 personen per groep) en is het aantal individuele inschrijvingen vastgelegd op een maximum van 100. De triatlon staat open voor iedereen die wil deelnemen, ook van buiten de school. Deelnemen aan de triatlon kan vanaf het vijfde leerjaar.

Politie en brandweer ondersteunen de triatlon en werken goed mee. Zo begeleiden duikers en bootjes van de brandweer de kinderen tijdens het zwemgedeelte (in een grote zwem- en visvijver). De brandweer voorziet matten op het water waarop de deelnemers het water in kunnen lopen. Voor de triatlon plaatsvindt, controleert de brandweer of er geen voorwerpen of glas te vinden is op de bodem van de bewaadbare stukken. De politie zorgt voor de omleiding van het verkeer en de plaatsing van bewegwijzering. In het begin liep het loop- en fietsparcours vooral over de dijk en verkeersluwe gedeeltes, nu loopt de triatlon ook dwars door de stadskern.

De triatlon start en eindigt op de speelplaats, zo komt elke deelnemer in contact met de andere feestelijkheden en maken ze gebruik van de drankgelegenheid op de speelplaats. Op de speelplaats gaan de activiteiten door van de basisschool (dansjes) en van de middenschool (vb toneel, voorstelling GWP's).

Er komt veel veel volk naar de triatlon, van het begin tot einde. De kinderen starten al vroeg en zij komen met hun familie. Er nemen ook veel mensen deel van

buiten de school, zij brengen weer supporters mee en blijven ook na de triatlon nog hangen op het schoolfeest.

De triatlon zorgt vooral voor veel publiciteit voor de school. Of er daardoor ook meer leerlingen worden ingeschreven, daar is geen duidelijk zicht op. Wel horen ze vaak enthousiaste reacties van de deelnemende leerlingen uit de basisschool ('Tof, naar die school wil ik gaan') maar of die reacties doorwegen op de beslissing van ouders, is niet bekend.

De opbrengst van de triatlon is momenteel bijna een nuloperatie. Doordat er meer leerlingen, ouders en buitenstaanders naar de school komen, zijn de opbrengsten qua drankverbruik op het schoolfeest wel gestegen maar dat is een aparte kas dan van de triatlon.

Bekendmaking van de triatlon gebeurt via: flyers en affiches (de organisatoren sturen die op of verspreiden ze zelf op plaatsen waar ze komen, vb: sporthal, cafés).

Directe bekendmaking gebeurt via post en mail aan: sportclubs, triatlonclubs, plaatselijke kranten, andere scholen, oudleerlingen,...

Het organiserend team van leerkrachten gaat op voorhand langs bij scholen in de omgeving waar geen secundair aan verbonden is (van gemeentelijk en GO! net). In het vijfde en zesde leerjaar gaan zij vertellen wat de triatlon inhoudt en proberen de kinderen warm te maken om deel te nemen.

Categorieën, inschrijvingen, prijzen

Categorie Kinderen

5de en 6de leerjaar

1-2-3 secundair

inschrijving: 3€

Prijzen: elke deelnemer krijgt een gratis T-shirt, medaille en een beurtenkaart van een plaatselijk sportcentrum.

Jeugd

duatlon	triatlon
lopen 1 – 1,7 km	zwemmen – 150m
fietsen – 7,5 km	fietsen – 7,5 km
lopen 2 – 1,7 km	lopen – 1,7 km

Categorie Volwassenen recreatief

4-5-6 secundair

herenploegen

damesploegen

Inschrijving: 5€ voor het secundair, 24€ per ploeg van 3

Prijzen: zakje van een plaatselijke sponsor met naturaprijzen (kaarsen, werkhandschoenen,...), naturaprijzen voor de winnaars

Categorie Volwassenen individueel

Dames



Heren

Inschrijving 15€

Prijzen: naturaprijzen voor de winnaars

Volwassenen

duatlon	triatlon
lopen 1 - 2,5 km	zwemmen – 500m
fietsen – 22 km	fietsen – 22 km
lopen 2 – 5 km	lopen – 5 km

Context van de school

De triatlon wordt georganiseerd door het Koninklijk Atheneum Dendermonde; een stadsschool met ASO-aanbod. Het gaat om het 3de tem 6de middelbaar (aparte middenschool), er zijn 363 leerlingen op de school

Geschiedenis en verloop

De triatlon wordt georganiseerd sinds 2008.

Het primaire doel van de triatlon was de leerlingen van de bovenbouw proberen te betrekken bij het schoolfeest en sportactiviteiten te stimuleren bij hen.

Oorspronkelijk deed de bovenbouw niks op het schoolfeest, de leerlingen waren niet gemotiveerd om te nog te komen en bleven weg.

Annemie, secretariaatsmedewerker/opvoeder had allang het idee om iets te doen, ze zag de mogelijkheden rondom de school die gebruikt konden worden (vijver, wandelpad, dijk vlakbij) en wou graag iets doen rond sport, om de leerlingen meer te motiveren om te sporten. De naschoolse sportactiviteiten die georganiseerd werden kenden weinig succes bij de leerlingen.

Ze zag ook de mogelijkheid om leerlingen én hun ouders op deze manier bij de school en het schoolfeest te betrekken. Annemie had 17 jaar professionele ervaring bij een sportfederatie waar ze allerlei sportactiviteiten organiseerde.

Annemie had zelf al veel ervaring en moest dus niet van nul af aan beginnen, de details zocht ze op op internet.

Het idee werd voorgelegd aan de directie. Aanvankelijk was de directie niet wild enthousiast over het idee maar toen ging ze toch overstag.

Annemie vond onmiddellijk een aantal enthousiaste, sportieve leerkrachten die graag mee de organisatie op zich wilden nemen.

Evaluatie

Struikelblokken:



Het overtuigen van de directie, eenmaal dat gebeurt was, verliep alles vlot.

Aanpassingen:

De eerste triatlon werd kleinschalig gehouden, enkel recreatieve ploegjes werden toegelaten, de informatie werd enkel binnen de school verspreid. Al snel kwam de vraag van triatlonatleten om individueel ook te mogen deelnemen, het maximum aantal individuen is

Wat betreft de deelname aan de triatlon zijn leerlingen uit het basisonderwijs tot en met het derde secundair het meest gemotiveerd om deel te nemen. Erna zakt het enthousiasme. Om de leerlingen vanaf het vierde secundair toch meer te motiveren, voerde men een duatlon in, zo viel het zwemmen weg, een erg zwaar onderdeel in het parcours (500m tov 150 meter voor de jongsten)

Na elke triatlon is er een evaluatie met brandweer, politie en de Vlaamse hulpdiensten (verzorgen EHBO). Daarop wordt besproken wat er goed liep en wat verbeterd kan worden de volgende keer. Zo was het al snel duidelijk dat voor het fietsparcours één rijrichting afsluiten niet voldoende was, het jaar erna werd het volledige parcours verkeersvrij gehouden.

Ook van de deelnemers komen dikwijls positieve reacties, vooral van de individuele triatlonatleten. Zij hebben veel ervaring met triatlon en geven vaak ook praktische tips mee ter verbetering.

In de zomermaanden bezoeken enkele leden van de organisatie ook andere triatlons, om te kijken hoe het daar aan toe gaat en wat ze nog kunnen verbeteren aan de eigen triatlon.

Plus- en minpunten van het project:

De leerlingen en de ouders van de bovenbouw worden bereikt en bezoeken opnieuw het schoolfeest.

Succesfactoren?

Het enthousiasme en doorzettingsvermogen van het organiserend team

De reeds aanwezige voorkennis.

De toenemende populariteit van triatlon als sport

Het feit dat deze triatlon ook interessant is voor echte triatlonatleten en uit die hoek publiek krijgt

De goede samenwerking met brandweer en politie

Opinie betrokkenen

De organisatoren werken nog altijd met evenveel enthousiasme aan elke editie .

De directie ziet de positieve effecten van de triatlon.

Opvolging

Het project wordt opgevolgd door het organiserende team.

In december start de organisatie voor de volgende triatlon. Meestal komt het organiserend team niet veel avonden samen. Omdat het allemaal mensen uit het schoolteam zijn, is het veel gemakkelijker om af en toe tussendoor even te overleggen of snel iets te vragen. Ouders werden tot nu toe



niet betrokken in de organisatie.

Concrete tips voor wie ook aan de slag wil

- Zorg dat je een goed team hebt om het idee uit te werken
- De eerste jaren kruipt er enorm veel werk en tijd in de organisatie
- De dag van de triatlon heb je veel vrijwilligers nodig, reken op een honderdtal
- Dit is een activiteit eerder voor een secundaire school dan voor een lagere school
- De vlotte medewerking van stad, brandweer en politie zijn cruciaal voor het slagen van de triatlon.

Contactgegevens

Koninklijk Atheneum Dendermonde

Annemie Bleyaert

annemie.bleyaert@kad.be

052/25.17.74