

# Rekenen leer je sneller in de turnzaal

**'Yes, wiskunde!' De leerlingen van het tweede leerjaar van de Haachtse basisschool leren graag rekenen. De reden? Hun leraar neemt hen mee naar de turnzaal, waar ze de tafels van vermenigvuldiging oefenen tijdens het trappen tegen een bal.**

Sinds twee jaar galmen in Haacht de getallen regelmatig door de turnzaal. Het lijkt dé manier om wiskunde te leren: trappen tegen een bal en sprinten tussen kegels, terwijl je de tafels opzegt. "Houd je anders de aandacht van die jonge gasten maar 25 minuten vast, dan vliegt de tijd nu voorbij", zegt bedenker en leerkracht Bert Buelens. "Na anderhalf uur vragen ze: 'Is het nu al gedaan?' En belangrijker nog: ze leren snel-

ler, onthouden hun tafels langer en worden voortdurend geprikkeld."

De oefeningen zijn simpel, maar zo veel interessanter dan braaf aan een tafeltje zitten. "Ze trappen bijvoorbeeld tegen een bal aan een koordje. De ene voet tikt tegen de bal en daarna roepen ze een veelvoud", zegt Buelens. "Als de andere voet tegen de bal tikt, moeten ze het volgende veelvoud roepen. Of ze lopen tussen vier kegeltjes, waarbij elk kegeltje een waarde heeft. Ze moeten een getal vormen, door de juiste kegeltjes aan te tikken en bij elkaar op te tellen."

Kinderen die bewegen leren sneller. Hun hersenen maken stoffen aan waardoor informatie sneller wordt opgeslagen. "En als je het geheugen belast door hen twee taken tegelijkertijd te geven – vermenigvuldigen én tegen een bal trappen – kan het kind moeilijker nadenken en leert het automatiseren."

Onderzoek aan de universiteit van Harvard ondersteunt het idee van de leerkracht. "Lichaamsbeweging is bovenal een manier om je brein in conditie te brengen. Spieren kweken, calorieën verbranden, hart en longen versterken: het zijn maar bijverschijnselen", zegt hoogleraar John Ratey. "Beweging verbetert je leervermogen én je geheugen."

Professor en neuropsycholoog Erik Scherder is het daarmee eens. "Lichaamsbeweging en denkoefeningen doen een beroep op dezelfde circuits in het brein", schrijft hij. "Verbindingen tussen hersengebieden waarvan we dachten dat ze alleen bedoeld zijn voor

geheugenprocessen, blijken ook belangrijk te zijn voor motorische processen en omgekeerd."

## Huiswerk

Hoe het dan met huiswerk zit? Want niet iedereen heeft een turnzaal in de achtertuin. "Ik hou zelf niet van huiswerk", zegt Buelens. "Die kinderen zitten al acht uur per dag op school. Als het écht nodig is, geef ik hen oefeningen mee waarbij ze de trap op moeten lopen. Bij elke trede zeggen ze een tafel op. Zo kunnen ze ook zichzelf uitdagen. Geloof me, het werkt."

"Aan het begin van het jaar had mijn klasje problemen met wiskunde. We hebben besloten een uur minder taal te geven en een uurtje extra wiskunde. In de turnzaal. Ondertussen zijn ze helemaal mee." (JAB)

