

CHAIRGROUP

HEALTH & SOCIETY

2016

Ir. Mariëtte Bouman
Dr.ir. Lenneke Vaandrager

NIJKERK EN WAGENINGEN SAMEN GEZOND MONITOR JOGG SCHOLENPROJECT



NIJKERK EN WAGENINGEN

SAMEN GEZOND

MONITOR JOGG SCHOLENPROJECT

Ir. Mariëtte Bouman

Dr. Ir. Lenneke Vaandrager

September 2016

Leerstoelgroep Gezondheid en Maatschappij

Departement Maatschappijwetenschappen

Wageningen University & Research

INHOUDSOPGAVE

Voorwoord	7
Samenvatting	9
1. Inleiding en vraagstelling	11
1.1. Aanleiding	11
1.2. Doel- en vraagstelling	12
1.3. Leeswijzer	13
2. Methoden	15
2.1. Deelnemers en wervingsproces	16
2.2. Proces van dataverzameling	16
2.2.1. Documentenanalyse	16
2.2.2. Individuele interviews	16
2.2.3. Groepsgesprekken	17
2.2.4. Informele gesprekken ouders	18
2.2.5. Vragenlijst onder leerlingen	18
2.3. Data Analyse	19
2.4. Ethische aspecten	20
3. Resultaten Fit@School aanpak Nijkerk	21
3.1. Achtergrond Fit@School aanpak Nijkerk	21
3.1.1. Achtergrond gemeente Nijkerk	21
3.1.2. Achtergrond Fit@School aanpak Nijkerk	22
3.2. Activiteiten Fit@School Nijkerk	25
3.2.1. Georganiseerde activiteiten	25
3.2.2. Bereik	30
3.2.3. Waardering activiteiten	31
3.3. Effecten van Fit@School Nijkerk	35
3.3.1. Bewustwording van een gezonde leefstijl	35
3.3.2. Effecten	39
3.4. Ervaren succesfactoren en belemmeringen	40
3.4.1. Ervaren successen	40
3.4.2. Ervaren belemmeringen	41

3.5. Borging	43
3.5.1. Toekomst Fit@School	43
3.5.2. Borgen van het bevorderen van een gezonde leefstijl	44
3.6. Samenvatting resultaten Fit@School project Nijkerk	47
4. Resultaten JOGG scholenaanpak Wageningen	51
4.1. Achtergrond aanpak Wageningen	51
4.1.1. Achtergrond gemeente Wageningen	51
4.1.2. Achtergrond JOGG scholenaanpak Wageningen	52
4.2. Activiteiten JOGG scholenaanpak Wageningen	55
4.2.1. Georganiseerde activiteiten	55
4.2.2. Bereik	59
4.2.3. Waardering activiteiten	60
4.3. Effecten van de JOGG-Wageningen scholenaanpak	63
4.3.1. Bewustwording van een gezonde leefstijl	63
4.3.2. Diversiteit in bewustwording en gedrag	67
4.4. Ervaren succesfactoren en belemmeringen	67
4.4.1. Ervaren successen	67
4.4.2. Ervaren belemmeringen	69
4.5. Borging	70
4.5.1. Toekomst JOGG scholenaanpak	71
4.5.2. Borgen van het bevorderen van een gezonde leefstijl	71
4.6. Samenvatting resultaten scholenaanpak Wageningen	72
5. Discussie	77
5.1. Scholenproject in Nijkerk en Wageningen vergeleken	77
5.2. Discussie onderzoeksmethoden	84
5.2.1. Relevante nieuwe inzichten	84
5.2.2. Mixed methods als geschikte onderzoeksanpak	84
5.2.3. Aandacht voor de rol van de onderzoeker	84
5.2.4. Een kritische reflectie	85
6. Conclusie en aanbevelingen	87
6.1. Aanbevelingen	88
6.1.1. Aanbevelingen voor praktijk	88

6.1.2. Aanbevelingen voor beleid	89
6.1.3. Aanbevelingen voor onderzoek	89
7. Literatuur	91
8. Bijlagen	93

VOORWOORD

Voor u ligt de rapportage van het monitor en evaluatieonderzoek naar de processen en effecten van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen, 'Nijkerk en Wageningen Samen Gezond'.

Graag bedanken we iedereen die betrokken was bij de voorbereiding, uitvoering en afronding van het onderzoek. Een woord van dank aan de projectleiders en opdrachtgevers Willemijn Sneller (regisseur JOGG-Wageningen) en Olga Boogaers (Nijkerk Sportief en Gezond), en aan Patrick van de Ven (Nijkerk Sportief en Gezond) voor de ondersteuning en samenwerking bij dit onderzoek.

Daarnaast willen we ook alle leerkrachten, ouders, leerlingen, buurtsportcoaches, gezondheidsprofessionals, JOGG werkgroepleden, en overige betrokkenen bedanken voor hun deelname aan de interviews en focusgroepen. Ook bedanken we de leerlingen die de vragenlijst hebben ingevuld.

Wageningen, september 2016,

Mariëtte Bouman en Lenneke Vaandrager

SAMENVATTING

Inleiding

Nijkerk en Wageningen geven als Jongeren Op Gezond Gewicht (JOGG) gemeenten een impuls aan het stimuleren van een gezonde leefstijl en het tegengaan van overgewicht onder kinderen en jongeren. Begin 2015 hebben zij door de provincie Gelderland een subsidie toegekend gekregen voor een gezamenlijk deelproject op scholen: 'Nijkerk en Wageningen Samen Gezond'. Binnen dit scholenproject zijn in beide gemeenten op scholen gezonde leefstijlactiviteiten georganiseerd. Beide gemeenten hebben binnen het project hun eigen benadering met ieder hun specifieke kansrijke elementen en moeilijkheden, welke in kaart moeten worden gebracht. Voor het monitoren en evalueren van het scholenproject Nijkerk en Wageningen Samen Gezond is de leerstoelgroep Gezondheid en Maatschappij van de Wageningen Universiteit gevraagd een plan te ontwikkelen en uit te voeren.

Doelen

Het onderzoeksdoel is om inzicht te krijgen in a) het bereik en de participatie van het scholenproject, b) de effecten, en c) de ervaren successen en belemmeringen en randvoorwaarden voor de borging van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen.

Methoden

In dit monitor en evaluatieonderzoek is gekozen voor een 'mixed methods' benadering waarbij gebruik is gemaakt van een combinatie van kwalitatieve en kwantitatieve methoden van dataverzameling, namelijk: een documentenanalyse, 12 interviews (met projectleiders, leerkrachten, het management van scholen, uitvoerders van het project en overige betrokkenen binnen zorg en welzijn), 2 groepsgesprekken (één met leerlingen en één met JOGG-Wageningen werkgroepleden), 6 gesprekken met ouders, en een vragenlijst onder leerlingen.

Resultaten

De projectaanpakken verschillen in de organisatie, het aantal en de thema's van de georganiseerde activiteiten, en het bereik. In beide gemeenten vervullen buurtsportcoaches een verbindende rol in het organiseren en faciliteren van gezonde leefstijlactiviteiten. De resultaten laten diversiteit zien in bewustwording, positieve houding en gedrag ten opzichte van een gezonde leefstijl onder de school, ouders en leerlingen. Kansrijke elementen binnen het scholenproject in Nijkerk en Wageningen zijn: de samenwerking tussen scholen en buurtsportcoaches, het creëren van extra beweegmomenten, het vernieuwende karakter van activiteiten, het bereik, en het vraaggerichte karakter van de activiteiten. Ervaren belemmeringen zijn: de moeilijkheid van het aansturen op een gezonde leefstijl, het betrekken van ouders, het gebrek aan fysieke voorzieningen in de wijk, het gebrek aan beschikbaarheid van vakdocenten gym, en de tijdsinvestering om samen te werken. Voor de borging dient de aandacht voor een gezonde leefstijl te worden ingebed in het schoolbeleid. Daarnaast is het belangrijk dat ook op andere plekken dan de school aandacht is voor gezond opgroeien waarbij er ruimte is voor samenwerking tussen verschillende betrokken partijen rondom het kind.

Conclusie

Dit onderzoek duidt erop dat de aanpak van het scholenproject niet los kan worden gezien van de bredere JOGG aanpak in de gemeenten. Als het gaat om een gezonde leefstijl, kunnen specifiek op het gebied van gezond voedingsgedrag onder leerlingen en ouders nog stappen worden gezet. Dit onderzoek laat zien dat scholen en leerlingen het positief ontvangen wanneer een organisatie van buitenaf zoals een buurtsportcoachteam uiteenlopende gezonde leefstijlactiviteiten aanbiedt. Buurtsportcoaches kunnen expertise en nieuwe invalshoeken de klas binnen brengen. De inbedding van een gezonde leefstijl in het schoolbeleid en het betrekken van ouders zijn aandachtspunten voor het borgen van de blijvende aandacht voor gezond opgroeien.

I. INLEIDING EN VRAAGSTELLING

1.1. Aanleiding

Het aantal kinderen met overgewicht en obesitas is sinds 1980 wereldwijd sterk toegenomen, ook in Nederland (WHO, 2016). De resultaten van de 'Vijfde Nederlandse Groeistudie' laten zien dat het percentage kinderen tussen de 2 en 21 jaar met overgewicht tussen 1997 en 2009 verder is gestegen. Het aantal jongens met overgewicht steeg van 9% in 1997 naar 13% in 2009, en voor meisjes steeg dit respectievelijk van 12% naar 15%. Bovendien is het percentage jongens met obesitas 4 tot 6 keer toegenomen, van 0,3% in 1980 tot 0,9% in 1997 en 1,8% in 2009. Bij meisjes is een soortgelijke trend te zien: 0,5% (1980), 1,6% (1997), en 2,2% (2009) (Schönbeck et al., 2011; Kist-van Holthe et al., 2012).

Het terugdringen van overgewicht en obesitas is een belangrijk speerpunt van het Nationaal Programma Preventie 2014-2016 'Alles is gezondheid'. Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG) wordt gezien als een goed voorbeeld van een bestaand programma en is dan ook opgenomen in 'Alles is gezondheid'. Het JOGG programma startte als een deelconvenant gericht op intersectoraal beleid binnen het 'Convenant Gezond Gewicht' 2010-2014. Vanuit dit deelconvenant werd breed ingezet op het terugdringen van overgewicht bij kinderen door middel van een integrale wijkaanpak: de JOGG-aanpak (Reijgersberg et al., 2015). De JOGG-aanpak is vormgegeven op basis van de Franse EPODE-aanpak, dat zich zowel op het kind als op de sociale en fysieke omgeving van het kind richt. Volgens de initiatiefnemers ligt de kracht van de aanpak in de lokale integrale benadering waarin iedereen in een dorp, stad of wijk betrokken wordt en zich samen inzet om gezond eten en bewegen voor jongeren gemakkelijk en aantrekkelijk te maken. Door de betrokkenheid van een verscheidenheid aan 'community-based' actoren binnen een gemeente (zoals kinderen, ouders, scholen, kinderopvang, sport- en beweegorganisaties, organisaties voor zorg en welzijn, het bedrijfsleven en verschillende gemeentelijke beleidsterreinen), wordt JOGG door de organisatoren gezien als een lokale en duurzame aanpak die ervoor zorgt dat een gezonde leefstijl de normaalste zaak van de wereld is (JOGG, 2016; van Koperen & Seidell, 2010; Van Koperen et al., 2012). Na het aflopen van het Convenant Gezond Gewicht is in januari 2015 de stichting Jongeren op Gezond Gewicht opgericht om de werkzaamheden van de JOGG-aanpak voort te zetten.

Al meer dan 108 gemeenten werken inmiddels met de JOGG-aanpak (JOGG, 2016). Ook Nijkerk en Wageningen geven als JOGG-gemeenten een impuls aan het stimuleren van een gezonde leefstijl en het tegengaan van overgewicht onder kinderen van 0-19 jaar. JOGG wordt door beide gemeenten gezien als een kapstok om huidige en toekomstige activiteiten op het gebied van een actieve en gezonde leefstijl met elkaar te verbinden (Nijkerk en Wageningen, 2014). Begin 2015 hebben zij door de provincie Gelderland een subsidie toegekend gekregen voor een gezamenlijk deelproject op scholen: 'Nijkerk en Wageningen Samen Gezond'. Dit project heeft gelopen tot aan de zomer van 2016. Nijkerk heeft bij de projectuitvoering gekozen voor de naam 'Fit@School', en in Wageningen heet het project voor JOGG partners en betrokkenen de 'JOGG scholenaanpak'. In dit onderzoek wordt het gezamenlijke project aangeduid als 'het scholenproject in Nijkerk en Wageningen'.

De focus op scholen als een belangrijke omgeving binnen de gemeente, de stad of het dorp, en de wijk, past in de 'settings approach' van de internationale gezondheidsbevordering. Deze aanpak vindt zijn basis in de Ottawa Charter, waarin wordt benadrukt dat 'gezondheid gecreëerd en geleefd wordt door mensen binnen de verschillende settings van hun dagelijks leven waarin zij leren, werken, spelen en leven' (WHO, 1986, p3). Hiermee erkent de aanpak dat niet alleen individuele leefstijl en gezondheidszorg maar ook de bredere sociale, economische, organisationele, omgevings- en culturele context gezondheid beïnvloeden (Scriven & Hodgins, 2012). Ook binnen de landelijke JOGG beweging is er binnen het JOGG programma 'Gezonde Omgeving' aandacht voor het stimuleren van gezonde school(kantines), gezonde sportkantines en gezonde bedrijven (Reijgersberg et al., 2015).

Het ambitieuze lange termijn doel van het scholenproject Nijkerk en Wageningen Samen Gezond is dat de stijgende trend van jeugd en jongeren met overgewicht stabiliseert. De belangrijkste middelen om dit doel te bereiken zoals beschreven in het projectvoorstel zijn: het uitvoeren van diverse afzonderlijke en gezamenlijke gezonde leefstijlactiviteiten op scholen, door middel van JOGG regie het verbinden en versterken van initiatieven, en samenwerking tussen en binnen de gemeenten voor het bundelen van expertise en ontsluiting van kennis (Nijkerk en Wageningen, 2014). Beide gemeenten hebben binnen het project hun eigen benadering met ieder hun specifieke successen en moeilijkheden, welke in kaart moeten worden gebracht. Voor het monitoren en evalueren van het scholenproject Nijkerk en Wageningen Samen Gezond is de leerstoelgroep Gezondheid en Maatschappij van de Wageningen Universiteit gevraagd een plan te ontwikkelen en uit te voeren.

1.2. Doel- en vraagstelling

Door middel van monitoring en evaluatie willen we inzicht krijgen in de processen en effecten op 2 niveaus: 1) organisatie & samenwerking (inbedding), en 2) individueel niveau (bewustwording, houding en gedrag ten opzichte van een gezonde leefstijl bij leerlingen, ouders en leerkrachten). Gezien dat voor het stabiliseren van de stijgende overgewicht trend onder kinderen en jongeren een lange adem nodig is, is het onrealistisch om te verwachten dat dit lange termijn doel van Nijkerk en Wageningen Samen Gezond binnen de looptijd van het project (circa anderhalf jaar) wordt bereikt. Daarom is bij de monitoring en evaluatie gekozen voor meer tussenliggende effect- en procesmaten (Koelen en van den Ban, 2004): de indicatoren participatie, houding bewustwording en gedrag ten aanzien van bewegen en gezonde voeding bij ouders en kinderen, en de borging van gezonde leefstijlactiviteiten binnen de schoolsetting zoals het scholenproject in Nijkerk en Wageningen.

Het doel van de monitoring en evaluatie is daarom om inzicht te krijgen in:

- A. Het bereik van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen en participatie en waardering van kinderen, ouders en leerkrachten in de verschillende activiteiten.
- B. De effecten van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen voor wat betreft bewustwording, positieve houding en gedrag ten opzichte van het belang van gezonde voeding en voldoende beweging.

- C. De succesfactoren en belemmeringen voor het uitvoeren van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen en de borging ervan.

Voor het bereiken van deze doelstellingen zijn de volgende onderzoeksvragen opgesteld:

- A. Participatie en bereik
 - 1 Hoeveel en welke activiteiten/interventies zijn georganiseerd in Nijkerk en Wageningen en hoe zijn de activiteiten gewaardeerd?
 - 2 Wat is het aantal kinderen, leerkrachten en ouders dat is bereikt en/of heeft deelgenomen aan activiteiten?
- B. Effect
 - 1 In hoeverre is er sprake van een groeiend bewustzijn, een positieve houding en gedrag ten opzichte van een gezonde leefstijl onder kinderen, ouders en de school?
- C. Succes- en faalfactoren en borging
 - 1 Welke succesfactoren en belemmeringen ondervinden betrokkenen bij het ontwikkelen en uitvoeren van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen?
 - 2 Welke randvoorwaarden (beleid, organisatie, inzet middelen) zijn cruciaal voor het borgen van het bevorderen van een gezonde leefstijl bij kinderen, zoals het scholenproject in Nijkerk en Wageningen?

Wetenschappelijke begeleiding, monitoring en evaluatie is een van de vijf pijlers van de JOGG-aanpak (Reijgersberg et al., 2015). Monitoring is belangrijk om de implementatie van de activiteiten en participatie en samenwerkingsprocessen in kaart te brengen, en samen mogelijke punten voor verbetering te ontdekken. Daarnaast stimuleert monitoring het delen van ervaren successen en uitdagingen met alle betrokkenen (Koelen en van den Ban, 2004). De resultaten van dit rapport leveren dan ook een mogelijke bijdrage aan de borging, en aan het nog beter kunnen laten aansluiten van de activiteiten binnen de JOGG-aanpak bij lokale behoeften, krachten- en wensen.

1.3. Leeswijzer

Hoofdstuk twee van dit rapport beschrijft de methoden van deze monitoring en evaluatie. De resultatenhoofdstukken zijn voor beide gemeenten opgebouwd rondom de drie onderzoeksvragen. In hoofdstuk drie worden de resultaten van de benadering in de gemeente Nijkerk beschreven, en in hoofdstuk vier worden de resultaten van de aanpak van Wageningen in kaart gebracht. De resultatenhoofdstukken sluiten ieder af met een samenvatting van de onderzoeksresultaten. In de discussie worden de benaderingen en ervaringen van beide gemeenten vergeleken, en wordt gereflecteerd op de onderzoeksmethoden. Het rapport sluit af met een conclusie en aanbevelingen voor praktijk, beleid en onderzoek.

2. METHODEN

In dit onderzoek is gekozen voor een ‘mixed methods’ benadering waarbij gebruik is gemaakt van een combinatie van kwalitatieve en kwantitatieve methoden van dataverzameling: een documentenanalyse, individuele interviews, groepsgesprekken en een vragenlijst. Deze benadering past bij de onderzoeksvragen van dit project waarin zowel houdingen, gedrag, frequenties, als ervaringen en betekenisgeving van verschillende groepen betrokkenen centraal staan. Tabel 1 beschrijft de verschillende onderzoeksvragen en bijbehorende onderzoeksmethoden. Door middel van dit onderzoeksdesign konden de bevindingen van de verschillende methoden met elkaar worden vergeleken om een completer beeld te schetsen van de verschillende perspectieven op het project ‘Nijkerk en Wageningen Samen Gezond’ in de twee gemeenten. Het gebruik van verschillende methoden verhoogt de betrouwbaarheid van het onderzoek (Bowling & Ebrahim, 2005; Baarda et al., 2005).

Tabel 1: Onderzoeksvragen en bijbehorende onderzoeksmethoden

	Methoden Nijkerk	Methoden Wageningen
A1	<ul style="list-style-type: none"> - Documentenanalyse - Interview met projectleider - Interviews met 2 buurtsportcoaches 	<ul style="list-style-type: none"> - Documentenanalyse - Interview met projectleider - Interviews met 2 buurtsportcoaches - Interview met 1 coördinator sportbuurtwerk
A2	<ul style="list-style-type: none"> - Interview projectleider - Interview met 1 betrokken bo leerkracht - 1 groepsgesprek met leerlingen bo over activiteiten. 	<ul style="list-style-type: none"> - Interview projectleider - Interviews met 2 bo leerkrachten en 1 bo directeur - Interviews met 5 ouders van een betrokken basisschool
B1	<ul style="list-style-type: none"> - Korte vragenlijst met vragen over beweeg- en voedingsgedrag, en houding t.o.v. beweeg- en voedingsactiviteiten onder bo en mo leerlingen die hebben deelgenomen aan activiteiten - Interview met 1 bo leerkracht 	<ul style="list-style-type: none"> - Korte vragenlijst met vragen over beweeg- en voedingsgedrag, en houding t.o.v. beweeg- en voedingsactiviteiten onder leerlingen die hebben deelgenomen aan activiteiten - Interviews met 2 bo leerkrachten en 1 bo directeur - Interviews met 5 ouders van een betrokken basisschool
C1	<ul style="list-style-type: none"> - Interviews met 2 buurtsportcoaches, 1 betrokken bo leerkracht - Interview projectleider 	<ul style="list-style-type: none"> - Groepsgesprek met stakeholders: (buurtsportcoaches, bo leerkracht, kinderdagverblijf, kinderopvang, cultuureducatie organisatie, bedrijfsleven, projectleider) - Interview projectleider
C2	<ul style="list-style-type: none"> - Interview projectleider - Interview met 1 bo leerkracht - interviews met 2 buurtsportcoaches, 1 betrokken bo leerkracht, jeugdarts, jeugdverpleegkundige 	<ul style="list-style-type: none"> - Interview projectleider - Interviews met 2 bo leerkrachten en 1 betrokken bo directeur - Interview met 1 coördinator sportbuurtwerk

Bij de start van de monitoring en evaluatie liepen al diverse activiteiten. Daarnaast werd er voor de aanvang van het scholenproject Nijkerk en Wageningen Samen Gezond in beide gemeenten al veel georganiseerd rondom gezond opgroeien. Daarom is een voor- en nameting voor dit project niet mogelijk, en is ervoor gekozen om in de dataverzameling van het onderzoek zoveel mogelijk aan te haken bij de activiteiten, en de momenten waarop deze werden uitgevoerd of stakeholders samenkwamen.

2.1. Deelnemers en wervingsproces

Bij het selecteren van onderzoeksdeelnemers is gewerkt met een selecte, doelgerichte steekproef. Participanten zijn op basis van relevantie voor de vraagstelling benaderd (Van Zwieten & Willems, 2004). Naast de projectleiders en uitvoerders van het scholenproject zijn op basis van betrokkenheid of belang bij het project andere stakeholders (docenten basisonderwijs (bo) en middelbaar onderwijs (mo), het management van scholen, leerlingen, ouders, en deelnemers aan JOGG-Wageningen en JOGG-Nijkerk) benaderd. Daarnaast zijn participanten geselecteerd volgens 'convenience sampling', waarbij de onderzoekers gebruik hebben gemaakt van het netwerk van de projectleiders van het scholenproject. In overleg met de projectleiders is besloten om deelnemers te benaderen op basis van persoonlijke contacten, bestaande overleggen en samenkomsten, en bereidwilligheid om deel te nemen.

2.2. Proces van dataverzameling

2.2.1. Documentenanalyse

Om inzicht te krijgen in bestaande achtergrondinformatie over het gezamenlijke project en de uitvoering in beide gemeenten, zijn beleidsstukken, projectopzetten, jaarverslagen, vragenlijstresultaten over de gezondheid van kinderen, nieuwsberichten, en verslagen van activiteiten via de betrokken organisaties verzameld. Met betrekking tot Social Media zijn de Twitter accounts en de Facebook pagina's van de organisaties Nijkerk Sportief en Gezond, Sportservice Wageningen, en van het project 'Fit@School' gevolgd. In Wageningen is daarnaast gebruik gemaakt van de ingevulde activiteitenformulieren waarin de doelen, uitvoering en ervaringen met de activiteit door betrokken JOGG-organisaties zijn ingevuld. Het format voor dit activiteitenformulier is tijdens de uitvoering van de monitoring en evaluatie door de onderzoekers in samenwerking met JOGG-Wageningen ontwikkeld voor de procesevaluatie van het bredere JOGG-programma in Wageningen.

2.2.2. Individuele interviews

Om inzicht te krijgen in de aanpak in beide gemeenten, de activiteiten, de ervaren successen en belemmeringen in het project en de perceptie op de borging, zijn betrokkenen bij de ontwikkeling en uitvoering van het project geïnterviewd.

Topiclist

Om een zo natuurlijk mogelijk gesprek te hebben is gekozen voor een semi-gestructureerd interview aan de hand van een topiclijst met een open vraagstelling. Een topiclijst geeft de onderzoeker een richting tijdens het interview zonder beperkingen op te leggen. De interviewer heeft voldoende vrijheid om het interview aan te passen aan de desbetreffende informant en situatie, en een topiclijst geeft ruimte voor het ontstaan van nieuwe vragen en ideeën aan de hand van de antwoorden van de geïnterviewde. In het interview is gevraagd naar de professionele achtergrond en rol van de betrokkene binnen het project, (ervaring met) de verschillende activiteiten, bewustwording rondom een gezonde leefstijl onder ouders, kinderen en scholen, ervaren successen en belemmeringen in het project, en de borging en benodigde randvoorwaarden. De inhoud van de topiclijst werd steeds aangepast aan de gemeente en achtergrond van de geïnterviewde,

zoals projectleider, leerkracht, projectuitvoerder, deelnemer aan JOGG, of werkzaam binnen het bredere veld van de gezondheidszorg zoals de GGD. De verschillende topiclijsten zijn als bijlage 1 opgenomen.

Afname interviews

In totaal zijn 12 interviews met 13 betrokkenen bij Nijkerk en Wageningen Samen Gezond gehouden in de periode van mei tot en met juli 2016 (tabel 2). Drie personen die zijn benaderd wilden niet deelnemen aan een interview. Het gesprek met de buurtsportcoaches in Wageningen had de vorm van een gezamenlijk interview. De interviews hebben plaatsgevonden op locatie van de geïnterviewde. Alle interviews zijn met instemming van de geïnterviewde opgenomen met een voice recorder, en duurden gemiddeld 40 minuten.

Tabel 2: Overzicht van betrokkenen waarmee een interview is gehouden

Organisatie	Functie	Gemeente
Nijkerk Sportief en Gezond	Projectleider	Nijkerk
Nijkerk Sportief en Gezond	Buurtsportcoach	Nijkerk
Nijkerk Sportief en Gezond	Buurtsportcoach	Nijkerk
Prins Willem-Alexanderschool	Leerkracht bo groep 6	Nijkerk
GGD Gelderland-Midden	Jeugdarts	Nijkerk
GGD Gelderland-Midden	Jeugdverpleegkundige	Nijkerk
Gemeente Wageningen	Projectleider, JOGG-regisseur, Strategie en Beleid Samenleving	Wageningen
Sportservice Wageningen	Buurtsportcoach	Wageningen
Sportservice Wageningen	Buurtsportcoach	Wageningen
Solidez	Coördinator Sportbuurtwerk	Wageningen
OBS de Nude	Leerkracht	Wageningen
OBS de Nude	Directie	Wageningen
OBS de Tarthorst	Leerkracht	Wageningen

2.2.3. Groepsgesprekken

Om informatie te achterhalen over de waardering van de activiteiten van Fit@School, is een korte focusgroep gehouden met leerlingen van het basisonderwijs in Nijkerk die hebben deelgenomen aan activiteiten. Daarnaast heeft in Wageningen een groepsgesprek plaatsgevonden met werkgroepleden van Jongeren Op Gezond Gewicht om meer inzicht te krijgen in hun opvattingen rondom de borging van het bevorderen van een gezonde leefstijl bij kinderen. Een focusgroep is een combinatie tussen een interview en discussie waarbij verschillen en overeenkomsten in de opvattingen, beweegredenen, en motivaties van de deelnemers kunnen worden achterhaald. (Baarda et al., 2013; Bowling & Ebrahim, 2005).

Groepsgesprek leerlingen basisonderwijs Nijkerk

In juni 2016 heeft op de Prins Willem-Alexanderschool een focusgroep plaatsgevonden met acht leerlingen (vijf meisjes, drie jongens) van groep zes. Met de leerkracht van de groep was eerder een individueel interview gehouden, waarbij toestemming is gevraagd voor deelname van een aantal van de leerlingen (zes tot acht) aan een groepsgesprek over de activiteiten. De leerkracht heeft acht leerlingen geselecteerd op basis van bereidwilligheid om mee te doen. De focusgroep duurde 40 minuten en vond al zittend in een kring plaats in het gymlokaal van de school. Het gesprek is na toestemming met een voice recorder opgenomen. Bij het gesprek was naast een facilitator (M.B.) ook een observator/notulist (D.M) aanwezig.

Bij het groepsgesprek werd gebruik gemaakt van flip-over vellen en twee kleuren Post-its. De opzet van de focusgroep is als bijlage 2 opgenomen. Het groepsgesprek startte met een korte introductie over het onderzoek en de structuur van de focusgroep. In het eerste deel van het groepsgesprek werd de leerlingen gevraagd wat zij leuk vonden aan de drie Fit@School activiteiten waaraan zij het afgelopen schooljaar

hadden deelgenomen. Voor iedere activiteit schreven zij kort op een Post-it op wat zij leuk vonden aan de activiteit, en dit plakten ze op een groot flip-over vel. Nadat iedereen dit had gedaan, konden de leerlingen een voor een toelichten wat zij hadden opgeschreven. In het tweede deel van de focusgroep werden deze stappen herhaald voor de vraag naar wat de leerlingen minder of niet leuk vonden aan de activiteiten. In het laatste deel bespraken de deelnemers met elkaar welke sport- en beweegactiviteiten zij graag voor volgend schooljaar wilden, en wat hen daar leuk aan lijkt. De activiteiten werden door de facilitator in de vorm van een woordweb op een flip-over vel genoteerd.

Groepsgesprek JOGG werkgroepleden Wageningen

In juni 2016 is als onderdeel van een regulier overleg een groepsgesprek gehouden met deelnemers van de JOGG-Wageningen werkgroep Voeding en Bewegen. Aan het gesprek namen negen werkgroepleden deel met uiteenlopende werkvelden: basisschool, kinderopvang, Sportservice Wageningen, welzijnsorganisaties, Gemeente Wageningen en Friesland-Campina. Het groepsgesprek duurde 20 minuten en is opgenomen met een voice recorder. Tijdens het gesprek is met elkaar gediscussieerd over de borging van het bevorderen van een gezonde leefstijl bij kinderen, en welke randvoorwaarden hiervoor van belang zijn. De deelnemers werd gevraagd hun ideeën kort op post-its te schrijven en deze op een groot flip-over vel te plakken. Vervolgens werden de verschillende antwoorden besproken en konden de deelnemers op elkaar reageren.

2.2.4. Informele gesprekken ouders

Om inzicht te krijgen in de opvattingen en ervaringen van ouders met betrekking tot een gezonde leefstijl en activiteiten op school hebben korte informele gesprekken met ouders plaatsgevonden op een basisschool in Wageningen. In overleg met de projectleider is aangesloten bij bestaande samenkomstmomenten van ouders. De gesprekken vonden daarom plaats tijdens het 'ouder café' (El Cafecito) dat door de basisschool twee keer per week wordt georganiseerd van 08:30-08:45 uur. Ouders kunnen hier na het wegbrengen van de kinderen met elkaar een kopje koffie of thee te drinken. In totaal heeft de onderzoeker in de periode van april tot en met juni El Cafecito vijf keer bezocht, waarbij zes korte gesprekjes zijn gehouden met in totaal zeven ouders. Tijdens het laatste bezoek waren geen ouders aanwezig die de onderzoeker nog niet eerder had gesproken. Tijdens El Cafecito stelde de onderzoeker zich voor aan de ouders of werd zij geïntroduceerd door de directie, waarna toestemming werd gevraagd voor deelname aan een gesprekje van maximaal tien minuten. In de gesprekken werd ouders gevraagd of zij op de hoogte waren van JOGG-Wageningen, wat voor hen een gezonde leefstijl betekent, en wat hun ervaringen zijn met sport- en beweegactiviteiten op en buiten school. Tijdens het gesprek werden korte aantekeningen gemaakt, welke direct na het gesprek verder zijn uitgeschreven.

2.2.5. Vragenlijst onder leerlingen

In dit onderzoek is voor beide gemeenten een korte online vragenlijst ontwikkeld om inzicht te krijgen in het voedings- en beweeggedrag van leerlingen, en in hun houding ten opzichte van sport- en beweeg en voedingsactiviteiten op school.

Vragenlijstconstructie

De vragenlijst bestond uit tien vragen over voeding en bewegen (zie bijlage 3), welke voor een deel zijn gebaseerd op bestaande vragen uit de Kindermonitor 2013 en EMOVO 2011 van GGD Gelderland Midden, en de JOGG-vragenlijst 2013. Naast vragen over gedrag, bevatte de vragenlijst een vraag met vijf stellingen over houding ten opzichte van voedings- en beweegactiviteiten op school. De formulering van deze laatste vraag verschilde per gemeente en is aangepast aan de situatie en context van het project. Voordat de vragenlijst werd verspreid, is een concept gestuurd naar de projectleiders en betrokken uitvoerders in beide gemeenten. De vragenlijst is gemaakt met behulp van het software programma Qualtrics.

Procedure

In de laatste week van mei 2016 is naar de directie van alle deelnemende scholen in Nijkerk (n=18) en Wageningen (n=4) een informatie e-mail gestuurd over het onderzoek en de vragenlijst. Hierin stond vermeld dat de onderzoeker de week erop telefonisch contact zou opnemen om deelname aan het onderzoek verder te bespreken. Na telefonisch contact hebben negen scholen in Nijkerk en vier scholen in Wageningen toegezegd deel te nemen aan de vragenlijst. Vervolgens is in een e-mail de link van de vragenlijst naar de directie van de scholen gestuurd. In het onderzoek is gekozen om de vragenlijst in te laten vullen door leerlingen van de midden- en bovenbouw (groep 6 tot en met 8) van het lager onderwijs en klas 1 en 2 van het voortgezet onderwijs.

Respondenten

In de periode van 16 juni tot en met 22 juli is de vragenlijst door 360 leerlingen ingevuld, waarvan 292 uit Nijkerk en 68 uit Wageningen en De leerlingen waren afkomstig van zes scholen uit Nijkerk (waarvan 1 voortgezet onderwijs), en twee scholen in Wageningen (zie tabel 3). Van de respondenten is 55 procent (n=198) een meisje en 43 procent een jongen (n=154). Van de respondenten gaf 2,2 procent (n=8) het geslacht niet aan in de vragenlijst.

Tabel 3: Respondenten vragenlijst per school

School	Aantal	Percentage	Cumulatieve percentages
OBS de Nude	15	4,2	4,2
SBO de Dijk	53	14,7	18,9
Prins Willem-Alexanderschool	26	7,2	26,1
De Appelgaard	17	4,7	30,8
De Koningslinde	38	10,6	41,4
De Hoeksteen	13	3,6	45,0
C.J. Van Rootselaarschool	10	2,8	47,8
Corlaer College	188	52,2	100,0
Totaal	360	100,0	

2.3. Data Analyse

Analyse interviews

De voice-recorder opnames van de groeps- en individuele interviews zijn volledig getranscribeerd. Voor het analyseren van de interviewdata is gebruik gemaakt van het kwalitatieve data software programma atlas TI, waarin terugkerende en belangrijke thema's die uit de interviews naar voren kwamen konden worden

gecodeerd en vervolgens worden geanalyseerd door het maken van groeperingen. Codes zijn toegekend aan de tekstfragmenten die relevant waren in het kader van de doelen en vraagstelling van dit onderzoek.

Bij het proces van coderen is gebruik gemaakt van thematische analyse (Clarke & Braun, 2006), waarbij zowel de begrippen uit de onderzoeksvragen en literatuur (top-down coderen) als de verwoordingen van de geïnterviewden uit de ruwe data (bottom-up coderen) het uitgangspunt vormden. Voor verdere interpretatie van de data is een uitdraai gemaakt van de ingevoerde codes en bijbehorende tekstfragmenten, waarna een opzet of 'kapstok' kon worden gemaakt voor de resultatenhoofdstukken en de tekstfragmenten behorende bij een code doorlopend konden worden vergeleken.

Analyse vragenlijst

De antwoorden van de leerlingen zijn vanuit Qualtrics geëxporteerd naar het kwantitatieve data analyse programma SPSS. De vragenlijstdata is per gemeente geanalyseerd. Eerst zijn beschrijvende grafische (gegroepeerde staafdiagrammen) en numerieke beschrijvingen (frequentieverdelingen) van variabelen gemaakt. Op deze manier konden de resultaten bondig en duidelijk worden weergegeven. Verschillen tussen jongens en meisjes, en basisschool en middelbare school leerlingen, zijn getoetst met t-toetsen voor twee onafhankelijke steekproeven. Hierbij is een p-waarde van kleiner dan 0,05 gehanteerd. Bij het analyseren van de antwoordschalen van de items over houding ten opzichte van voedings- en beweegactiviteiten, zijn de antwoord categorieën 'helemaal mee oneens' en 'mee oneens' samengevoegd. Hetzelfde geldt voor de antwoord categorieën 'mee eens' en 'helemaal mee eens'.

De manier van weergave van de resultaten verschilt per gemeente. Vanwege het kleine aantal respondenten in Wageningen (n=68), worden de resultaten in deze gemeente veelal uitgedrukt in aantallen om vertekeningen te vermijden. In het geval van de gemeente Nijkerk worden de gegevens in percentages vermeldt.

2.4. Ethische aspecten

Alle participanten hebben vrijwillig en op basis van informed consent deelgenomen aan dit onderzoek. Door middel van een informatie e-mail zijn zij op de hoogte gesteld van de onderzoeksdoelen en het proces, waarna zij toestemming hebben gegeven voor deelname. Zij konden zich op elk willekeurig moment in het onderzoek terugtrekken. Om de privacy van de deelnemers te waarborgen, zijn de verzamelde interview- en vragenlijstdata confidencieel en anoniem behandeld, wat betekent dat individuele informanten of respondenten niet te achterhalen zijn in het onderzoeksrapport. Bij de interviews en de groepsgesprekken werd de deelnemers voor de start van het gesprek om toestemming gevraagd voor het opnemen van het interview met een voice-recorder. Bij de afsluiting kregen de participanten de ruimte voor opmerkingen en toevoegingen.

3. RESULTATEN FIT@SCHOOL AANPAK NIJKERK

In hoofdstuk drie en vier worden achtereenvolgens de onderzoeksbevindingen van de gemeente Nijkerk en de gemeente Wageningen in volgorde van de deelvragen beschreven. De hoofdstukken gaan in op de achtergrond van de gemeente en de aanpak, bereik en waardering van de georganiseerde activiteiten, effecten, ervaringen met het project, en opvattingen over de borging en benodigde randvoorwaarden. De resultaten van de verschillende onderzoeksmethoden worden samengepakt en met elkaar vergeleken om de perspectieven van de diverse groepen betrokkenen inzichtelijk te maken.

3.1. Achtergrond Fit@School aanpak Nijkerk

3.1.1. Achtergrond gemeente Nijkerk

Resultaten van de regionale Kindermonitor 2013 uitgevoerd door GGD Gelderland Midden laten zien dat 7% van de 5/6 jarigen in de gemeente Nijkerk overgewicht heeft. Voor kinderen in de leeftijd van 10-11 jaar is dit 12%, en onder de 13-14 jarigen heeft 20% overgewicht. Daarnaast blijkt uit de resultaten dat kinderen met een lagere sociaaleconomische status (SES) een hoger risico hebben op overgewicht. Bij hen komen vaak meerdere ongezonde gedragingen tegelijk voor zoals ongezond eten en te weinig bewegen. Het percentage kinderen met een lage SES is 25%, dit is iets lager dan in de regio Gelderland-Midden (21%). De monitor laat zien dat kinderen met een lagere SES in de gemeente Nijkerk relatief vaker geen lid van een sportclub zijn dan kinderen uit de andere SES-groepen, ook spelen zij vaker meer dan twee uur per dag op een scherm. Daarentegen bewegen kinderen met een hoge SES vaker minder dan 7 uur per week dan kinderen met een lagere SES.

JOGG Nijkerk

Begin 2013 is door het college van de gemeente Nijkerk besloten om als JOGG-gemeente in te zetten op een gezonde jeugd. De gemeente Nijkerk integreert het JOGG-programma en de regeling Buurtsportcoaches tot de aanpak 'Nijkerk Sportief en Gezond'. Deze inzet richt zich naast de jeugd van 0-19 jaar ook op hun (groot)ouders. In mei 2014 is 'Stichting Nijkerk Sportief en Gezond' (NSG) opgericht. Zoals het gezamenlijke projectvoorstel van Nijkerk en Wageningen beschrijft, is deze stichting verantwoordelijk voor de organisatie en activiteiten van de Nijkerk Sportief en Gezond aanpak. Binnen NSG zijn buurtsportcoaches actief binnen diverse organisaties binnen zorg, welzijn, sport en onderwijs waaronder: scholen, kinderdagverblijven, sportverenigingen, gezondheidscentra en jeugdjongerenwerk. Het buurtsportteam van NSG organiseert een beweeg- en sportaanbod in de buurt, en ondersteunt en werkt samen met de verschillende organisaties om gezond eten en voldoende bewegen te stimuleren onder inwoners van de gemeente Nijkerk. Het jaarverslag 2015 van NSG beschrijft dat de aangeboden activiteiten zich naast voldoende dagelijkse beweging en het verhogen van de sportdeelname, ook richten op gezonde voeding.

3.1.2. Achtergrond Fit@School aanpak Nijkerk

Doelgroep en doelstelling

Het programma van het Fit@School project is ontwikkeld door NSG in samenwerking met Bureau Sportimpuls, en wordt in het jaarverslag 2015 beschreven als een van de campagnes van de organisatie die is gestart in het schooljaar 2015-2016. De doelgroep bestaat uit basisschoolleerlingen van groep 1 tot en met 8, en leerlingen uit de eerste en tweede klas van het voortgezet onderwijs van de gemeente Nijkerk. Nijkerk Sportief en Gezond streeft in samenwerking met de scholen naar een gezonde en actieve leefstijl in Nijkerk. Voor het project zijn in het jaarverslag verschillende smart doelstellingen geformuleerd (kader 1).

Kader 1: Smart doelstellingen Fit@School schooljaar 2015-2016 (uit jaarrapportage NSG 2015)

- In schooljaar 2015-2016 doen 12 PO-scholen en 2 VO-scholen mee
- 4.000 leerlingen tussen 4 en 14 jaar doen mee met het Fit@School-programma
- 50% van de deelnemende scholen heeft een of meerdere thema's rondom een gezonde leefstijl opgenomen in het schoolbeleid en de school voert dit beleid ook consequent uit

Daarnaast geeft een geïnterviewde aan dat bewustwording van het hanteren van een gezonde leefstijl een belangrijk doel is van Fit@School, omdat dit bijdraagt aan het prettiger leven en het beter in je vel zitten:

“Als je fit bent, geen overgewicht hebt, en je eet gezond, dan voel je je ook beter waardoor je fijner kunt leven en fijner samen kunt leven met andere mensen” (N-I1).

Proces

Binnen Fit@School werken de buurtsportcoaches van NSG met een 'activiteitenmenu': iedere school maakt een keuze uit de activiteiten die worden aangeboden. De activiteiten zijn onderverdeeld naar zes thema's: voeding, water drinken, sporten, bewegen, fun, en de omgeving rondom de leerling. Aan de start van het project hebben buurtsportcoaches met de directie van alle scholen in Nijkerk die wilden meewerken, oriënterende gesprekken gevoerd. Vooraf stuurde de buurtsportcoach het document met de keuzeactiviteiten, en tijdens het gesprek op school werd samen gekeken naar waar de wensen en behoeften van de school lagen:

“We bieden in principe het hele programma aan en dan kijken we wat de school vraagt, en dat gaan we doen. Je kunt wel tegen scholen zeggen: ‘dit is het en dit gaan we doen’, maar dat werkt niet” (N-I1).

Tegelijkertijd streefde NSG ernaar dat scholen uit ieder thema een activiteit kozen, zodat zij naast sporten en bewegen ook met thema's als voeding en water drinken aan de slag gingen. Daarnaast werd gekeken naar de haalbaarheid van het aantal gekozen activiteiten, gezien de hoeveelheid scholen in de gemeente.

Focus en speerpunten

Los van de geformuleerde smart doelstellingen uit kader 1 komen uit de interviews met NSG concrete speerpunten en waarden naar voren die voor de geïnterviewden belangrijk zijn in de ontwikkeling en

uitvoering van de activiteiten. Opvallend is dat zij veelal dezelfde punten noemen waar zij waarde aan hechten: flexibiliteit, meer doen dan een opzichzelfstaande activiteit, plezier in bewegen, en in beweging zijn. Hieronder worden deze aspecten verder uitgewerkt.

Een eerste genoemd aspect is flexibiliteit richting de scholen, een punt dat hierboven al naar voren kwam. De buurtsportcoaches en projectleider geven aan dat ze zich flexibel opstellen naar de scholen toe, en met hen in gesprek gaan over wat zij zelf willen en waarom. Zoals een buurtsportcoach aangeeft: 'We probeerden niet de school helemaal in onze richting te sturen' (N-13).

Daarnaast geven geïnterviewden aan dat ze het belangrijk vinden om meer te doen dan een opzichzelfstaande gekozen activiteit op scholen. Zo willen ze ook aandacht hebben voor de rol van de leerkracht, en hen handvatten geven om verder te gaan met een thema of activiteit ook al hebben ze niet de juiste materialen. Zoals een buurtsportcoach beschrijft:

"We proberen alles eromheen te doen. We geven niet alleen een clinic en we gaan weer weg. We proberen ook leerkrachten te betrekken, materiaal achter te laten en voorbeelden te geven. Je hoeft niet perse de materialen te hebben maar dan kun je ook iets anders doen" (N-12).

Ook wordt het belang van plezier in bewegen genoemd. Het is voor geïnterviewden belangrijk dat ieder kind het leuk vindt om te bewegen, en het niet ziet als iets dat moet of saai is:

"Ik vind het leuk dat iedereen in beweging is, niet alleen de echte sporters. Je ziet ook de wat zwaardere kinderen in beweging en dat zij het ook leuk vinden. Fijn om hen er ook bij te betrekken" (N-13).

Daarom probeert NSG de activiteiten zo divers mogelijk te maken, en leuke materialen mee te nemen.

Daarnaast geven de buurtsportcoaches aan dat zij Fit@School belangrijk vinden voor de extra beweegmomenten naast de reguliere gymlessen. Door de activiteiten zijn de kinderen nog meer in beweging. Dit is ook de insteek tijdens de sport- en beweeglessen zelf: zo veel mogelijk in beweging zijn door de uitleg kort te houden, verschillende oefeningen aan te bieden, en te wisselen tussen verschillende onderdelen.

Samenwerking

De uitvoering van het Fit@School project ligt voornamelijk bij de buurtsportcoaches van Stichting Nijkerk Sportief en Gezond. Twee van de vier partners in het project zijn Accent praktijkonderwijs en Groenhorst Nijkerk. NSG probeert zoveel mogelijk één buurtsportcoach als vaste contactpersoon te koppelen aan een school. Het zijn veelal de buurtsportcoaches die de activiteiten op de scholen uitvoeren, zij geven aan dat zij zelf over voldoende kennis en vaardigheden bezitten op het gebied van sporten als atletiek en basketbal. De geïnterviewde buurtsportcoaches geven aan dat zij soms ook met vrijwilligers van sportverenigingen werken die bijvoorbeeld een clinic komen geven. De vrijwilliger maakt en geeft de les waarbij de buurtsportcoach aanwezig is voor ondersteuning en het aanpassen van de activiteiten aan de

leeftijd van de leerlingen. Vanwege het tijdstip van de activiteiten is het niet altijd gemakkelijk om samen te werken met sportverenigingen:

'Het samenwerken met sportverenigingen gebeurt heel weinig want de vrijwilligers hebben weinig tijd. Alle activiteiten moeten onder schooltijd gebeuren en dan zij de meeste van hen gewoon aan het werk' (N-13).

Naast lokale sportverenigingen benoemen medewerkers van NSG aan dat zij contact hebben met de GGD over de Body Mass Index (BMI) cijfers van de leerlingen die via een van de activiteiten worden verzameld. Deze cijfers worden naar de GGD doorgestuurd.

De rol van, en samenwerking met, de leerkracht tijdens de lessen kan verschillende vormen aannemen. Zo geeft een buurtsportcoach aan dat er diversiteit is tussen de leerkrachten: waar de één actief meedoet tijdens de les en assisteert bij de groepjes, kijkt de ander vooral toe, of zie je een combinatie van rollen. Een leerkracht vertelt over zijn rol tijdens de een van de activiteiten:

"Ik observeer, dat vind ik heerlijk. Ik heb ook wel dingen meegedaan zoals touwtje springen en het circus. En ik heb geassisteerd waar onderdelen lastig waren. Voor mij is het leuk om te observeren: wie is lenig, wie vindt het helemaal niet spannend en wie wel? Daar heb je vaak niet de tijd of de gelegenheid voor in je eigen gymles" (N-16).

Daarnaast geven de buurtsportcoaches de leerkrachten tips over hoe zij zelf met activiteiten aan de slag kunnen, bijvoorbeeld tijdens de pauze:

"Ik geef ook tips hoe ze het zelf kunnen doen: 'laat bijvoorbeeld niet alleen de kinderen het springtouw pakken maar maak hem vast aan de paal en draai zelf ook'. Docenten zeggen dan: 'daar heb ik nog niet eens aan gedacht' " (N-12).

Met betrekking tot de samenwerking tussen Nijkerk en Wageningen in de ontwikkeling en uitvoering van het gezamenlijke project, geven de geïnterviewden van NSG aan dat dit lastig bleek door de uiteenlopende planning van beide gemeenten. Zoals de projectleider beschrijft:

"We hebben geprobeerd gezamenlijk op te trekken in het ontwikkelen van het programma maar dat was moeizaam omdat we heel ver uit elkaar lopen qua planning. De JOGG-regisseur in Wageningen is pas afgelopen zomer begonnen, en toen was het Fit@School programma bij ons al af" (N-11).

Wel hebben de gemeenten samen regelmatig overleg gehad met de Wageningen Universiteit over de insteek van het monitor onderzoek, en het idee ligt om gezamenlijk de kennis uit te dragen.

3.2. Activiteiten Fit@School Nijkerk

3.2.1. Georganiseerde activiteiten

In het schooljaar 2015-2016 zijn door de buurtsportcoaches van NSG uiteenlopende activiteiten georganiseerd op basisscholen en het voortgezet onderwijs. Hieronder worden de activiteiten per thema beschreven. Afsluitend wordt in tabel 4 en 5 een overzicht gegeven van de activiteiten. Tabel 4 geeft een overzicht van de uitgevoerde activiteiten en het bereik in de eerste helft van het schooljaar 2015-2016, en tabel 5 voor de tweede helft van het schooljaar. De informatie uit deze tabellen is gebaseerd op het NSG jaarrapport 2015, en de voortgangsrapportage van 2016.

Voeding

Om de kennis van kinderen en jongeren over voeding te vergroten en hen bewust te laten worden van het belang van gezonde voeding, zijn er door NSG voedingslessen ontwikkeld. In deze lessen gingen de kinderen samen met de buurtsportcoaches in op ontbijt als een goede start van de dag, wat een gezond ontbijt en een gezonde lunch inhoudt, wat er in de schijf van vijf zit, en wat calorieën zijn. Op sommige scholen werd ook zelf een gezonde lunch gemaakt. De voedingslessen hadden een interactieve insteek, zoals een buurtsportcoach verwoordt:

“Ik begon gewoon met vragen stellen, bijvoorbeeld: ‘wat hebben jullie vanochtend gegeten?’ [...] En leerlingen zeggen dan tijdens de les: ‘chocopasta blijkt toch niet zo gezond, ik heb kaas, is dat wel gezond?’ Meestal vertel ik en laat ik de kinderen vertellen, heel interactief. Want ik denk dat als ik 45 minuten ga vertellen dat ze een bruine boterham met kaas moeten eten, zijn ze na vijf minuten weg” (NI-3).

Tijdens de lessen maken de buurtsportcoaches gebruik van een PowerPointpresentatie, waarin verschillende vragen aan de leerlingen zijn opgenomen. Een aantal voorbeelden zijn te zien in figuur 1.

Figuur 1: voorbeelden van vragen over voeding



Hoewel leerkrachten bij de voedingslessen in principe niets hoeven te doen, geven de buurtsportcoaches aan dat ze het waarderen wanneer leerkrachten zich ook in het gesprek mengen, en zelf met voorbeelden en vragen komen.

Water

Met lessen over suiker en water hadden de buurtsportcoaches als doel kinderen meer bewust te laten worden van het belang van water drinken, en hun basiskennis te laten ontwikkelen over hoeveel suiker er in frisdrank zit. Hierbij werden ook tussendoortjes besproken. Daarnaast zijn er waterdrinkweken georganiseerd, waarin de leerlingen en leerkrachten probeerden om alleen maar water te drinken tijdens de schooluren. De buurtsportcoaches gaven de leerlingen hierin ook tips:

“Bijvoorbeeld als ze aanmaaklimonade lekker vinden, dan geef ik als tip: probeer er steeds minder in te doen. En op gegeven moment vinden ze het wel lekker en hoor je ook terug dat het beter gaat, dat is leuk. [...] Aan het einde van de week zie je ze ook met waterflesjes op tafel” (N-12).

Aan het einde van de waterdrinkweek was er ook aandacht voor reflectie over hoe iedereen het waterdrinken had ervaren, en wat goed of minder goed ging. Hierbij is ook de omgeving van de leerling meegenomen. Zo vroegen de buurtsportcoaches hoe het thuis ging met waterdrinken, en wordt er op school een poster over waterdrinken opgehangen die ook ouders kunnen lezen. Een buurtsportcoach vertelt hierover:

“We hebben nu ook een poster opgehangen over hoeveel suiker er in drankjes zit, dat is een leuke combinatie met de waterdrinkweek. En dan zeg ik: neem je mama of papa mee naar de poster hoeveel suiker erin zit, dan weten zij het ook” (NI-2).

Sporten

Rondom het thema sport zijn in totaal ruim 30 uiteenlopende clinics georganiseerd waaronder atletiek, basketbal en baltechnieken. De atletiek clinic bestond uit verschillende onderdelen zoals speerwerpen, kogelstoten, sprinten en hordelopen. Tijdens de baltechniekenclinic leerden kinderen technieken die toe te passen zijn binnen verschillende sporten zoals basketbal, korfbal en voetbal. Om meer verdieping aan te brengen bestond een clinic vaak uit twee lessen. Daarnaast zijn er Olympische Spelen georganiseerd waarbij kinderen in groepen roulerend kennis maakten met uiteenlopende sporten.

Bewegen

Rondom het thema bewegen hebben uiteenlopende activiteiten plaatsgevonden. Ten eerste is op 22 scholen in groep 5 tot en met 8 de Eurofittest georganiseerd. Door middel van deze ‘beweegcito’ werd zo objectief mogelijk het fitheidsniveau van kinderen bepaald. Tijdens de les werden de leerlingen op speelse wijze op verschillende onderdelen getest waaronder kracht, lenigheid en uithoudingsvermogen. Voorbeelden van onderdelen zijn: handknijpkracht, sneltikken met één hand, en de shuttlerun. Verder werden de lengte en het gewicht van de kinderen gemeten.

Ook hebben verschillende scholen deskbikes in de klas gehad waarop kinderen schoolopdrachten maakten. Een leerkracht vertelt:

“De deskbikes hebben we lang in de klas gehad. Ik begon met twee deskbikes, en andere groepen hebben ze ook een tijd gehad. De leerlingen zaten erop met bijvoorbeeld

spellingsles. Eerst waren ze nieuw en wilde iedereen ze bekijken en proberen, daarna werd het een gewoonte en was hij eigenlijk onderdeel van het meubilair geworden” (N-16).

Daarnaast hebben leerlingen kennis gemaakt met frisbee waarbij ze verschillende basistechnieken en trucjes hebben geoefend, en leerden samenwerken. Ook is er knotshockey georganiseerd.

Fun

Tijdens georganiseerde GPS-tochten gingen leerlingen in groepjes met een GPS op pad volgens een geprogrammeerde route. Hierbij werkten de leerlingen samen om richtingsgevoel te ontwikkelen en de schat te zoeken.

Ook zijn er springtouw clinics georganiseerd waarbij kinderen individueel en in groepen aan de slag gingen met kleine en grote springtouwen. De buurtsportcoaches legden de techniek uit, waarna de kinderen zelf gingen oefenen.

Daarnaast hebben circus en acrobatieklessen plaatsgevonden. Hierin werd vooral gewerkt aan zelfvertrouwen, samenwerking, coördinatie, concentratie en doorzettingsvermogen. De onderdelen bestonden uit balanceren zoals: ballopen, acrobatiek, eenwieleren, en jongleren waaronder baltrucs en de diabolo. Een leerkracht vertelt over deze les:

“Qua flexibiliteit was er een circuit bij cursus, ze konden alle onderdelen aflopen en wij liepen dan rond om te helpen. Ze moesten bijvoorbeeld ook balanceren en een levende piramide maken” (N-16).

Ook hebben leerlingen meegedaan aan kanjersportspellen waarbij samenwerking centraal stond. Deze samenwerkingsspelletjes combineren plezier, spelen en bewegen. Voorbeelden zijn: trefbal, de menselijke toren, frisbeegolf en hoepelloop.

Ten slotte heeft NSG korte beweegmomenten, energizers, ontwikkeld. Deze korte beweegmomenten zijn via Twitter, Facebook en de website van NSG in de klassen geïntroduceerd. De energizers hebben als doel om de energie en concentratie van leerlingen te verhogen en het leervermogen te bevorderen. Hiermee geven de buurtsportcoaches leerkrachten ook handvatten voor beweging in de klas:

“Wij introduceren het bij docenten, bijvoorbeeld met de waterdrinkweek laat ik aan het einde ook een energizer zien en dan vraag ik of ze dat ook doen, het is goed als extra beweegmoment. Ik zeg ook dat we op internet filmpjes hebben staan. Je merkt dat de kinderen dan lekker even bezig zijn, lekker de ramen open, wat frisse lucht en beweging” (N-12).

Rondom de leerling

Om ook aandacht te hebben voor de sociale omgeving van leerlingen, hebben de buurtsportcoaches tijdens ouderavonden op drie scholen een workshop gegeven over gezonde voeding, water en suiker. Op een van

de scholen vormde deze les een van de drie onderdelen van de ouderavond: andere workshops waren taal en rekenen, waartussen ouders konden wisselen.

Diversen

Naast bovengenoemde thema's heeft NSG tijdens de vakanties spel- en sportinstuiven georganiseerd, waarbij kinderen gratis een uur kunnen komen sporten. Aandacht voor bewegen en voeding werden hierbij geïntegreerd:

“We hebben bij de sportinstuif ook een gezonde leefstijl geïntroduceerd. Zo hebben we de kinderen gevraagd wat ze mee hadden genomen qua eten en drinken, en wat ze vandaag al allemaal te drinken hadden gehad. Dan hadden we het erover en hadden kinderen soms wel zoiets van: daar zit toch wel veel suiker in” (N-12).

Daarnaast hebben alle professionals van NSG die werkzaam zijn bij Fit@School de sportkanjertraining gevolgd. Deze training was gericht op het vergroten van het groepsgevoel en het zelfvertrouwen van kinderen, en om te gaan met conflicten. Geïnterviewden van NSG geven aan dat de uitgangspunten van de Sportkanjerclub verweven zijn met alle activiteiten van Fit@School:

“We hebben sportkanjertraining ook hierin geïntegreerd. Iedereen van ons vertelt dezelfde boodschap over hoe je met elkaar omgaat, bijvoorbeeld: er wordt hier niet geslagen, maar er wordt ook niet zielig gedaan” (N-11).

Als afsluiting van deze paragraaf geven onderstaande tabellen vier en vijf een samenvatting van de verschillende georganiseerde activiteiten.

Tabel 4: Overzicht Fit@School activiteiten eerste helft schooljaar 2015-2016 (uit Jaarrapportage NSG 2015)

Activiteit	Aantal bereikten in doelgroep	Frequentie	Wat is bereikt met de activiteit
Eurofittest op PO-scholen	870 leerlingen		
Voeding: De gezonde lunch	323 (Accent, Blokhuus, Johannes Calvijn, Koningslinde Rootseelaar)	3 verschillende presentatiedagen	Kinderen hebben binnen deze presentaties: - Eigen gezonde lunch gemaakt - Kennis over de schijf van 5 - Meer
Voeding: Schijf van 5 uitleg en estafette met producten, water en suikerles	100 kinderen	1 maal	Kennis vergaren, bewustwording kcal en suikers diverse dranken, koekjes
Water: Les over water en suiker	103+ 150+242 en leerkrachten (Accent, Blokhuus en Rootseelaar, ONS, Koningslinde, Het Baken, Calvijn)	1 maal	Kinderen hebben binnen de presentaties meer: - Bewustwording gekregen over het belang van water drinken - Kennis over hoeveel suiker er in frisdrank zit en in tussendoortjes
Sporten: Balclinics	93 Willem-Farelschool	2 maal	Kinderen hebben nieuwe baltechnieken geleerd die toepasselijk zijn bij basketbal en korfbal. De schoolleiding beschikt weer over nieuwe balactiviteiten tijdens de gymlessen
Sporten: Atletiekclinic	150 De Hoeve en Blokhuus	1 dag	Kinderen kennis laten maken met diverse onderdelen uit de atletiekwereld: Kogelstoten, speerwerpen, hoogspringen, hordelopen, sprinten en looptechnieken
Sporten: basketbal	380 leerlingen ONS	1 maal	aanleren nieuwe bewegingsvorm en plezier tijdens bewegen en samenwerken bij spellen

Bewegen: Springtouwclinic (Baken en Rootselaar)	195 kinderen	2 clinic ochtenden	Kinderen hebben: Kennisgemaakt met springtouwen, zowel individueel als in groepsverband Nieuwe trucjes geleerd Geleerd/ervaren dat het goed is voor de conditie
Bewegen: Knotshockey	60 kinderen + 49 leerlingen Groenhorst	1 middag	Kinderen hebben een introductie gekregen van knotshockey. Een activiteit die speciaal op een aangelegd veld gespeeld kan worden
Bewegen: Deskbike lessen	18 kinderen Accent + 100 PWA	1 ochtend	Kinderen hebben ervaren dat fietsen en het maken van schoolopdrachten valt te combineren.
Bewegen: Eurofittest op VO scholen	117 Groenhorst, Accent	2 maal	Kinderen zijn getest op: - motorische vaardigheden - BMI - leefstijl
Fun Energizers voor YouTube/Facebook/website	alle scholen	dagelijks	Kinderen en leerkrachten tonen dat bewegen ook in de klas kan. Samenwerken en plezier.
Rondom de leerling ouderavond	25 ouders ONS	eenmalig	kennis vergaren, bewustwording kcal en suikers diverse dranken, koekjes
Diversen kick off fit@school project	330 kinderen, leerkrachten, ouders	eenmalig	kennis van actieve en gezonde leefstijl
Diversen: sport- en spelinstuiven kerstvakantie	130	Nijkerk, Hoevelaken, zwembad	Fijne beweegactiviteit in vakantie

Tabel 5: Overzicht activiteiten Fit@School tweede helft schooljaar 2015-2016 (uit voortgangsrapportage NSG 2016)

Activiteit	Aantal bereikten in doelgroep	Frequentie	Wat is bereikt met de activiteit
Eurofittest op PO-scholen	790 leerlingen	7 maal	Kinderen van groep 5 tot en met 8 zijn getest op: - motorische vaardigheden - BMI - leefstijl
Water: Les over water en suiker	490 leerlingen	3 maal	Kinderen hebben binnen de presentaties meer: - Bewustwording gekregen over het belang van water drinken - Kennis over hoeveel suiker er in frisdrank zit en in tussendoortjes
Voeding: Gezonde voeding les	980 leerlingen	12 maal	kennis vergaren, bewustwording kcal en suikers diverse dranken, koekjes
Bewegen: Circus lessen	805 leerlingen	9 maal	Kinderen hebben bewegvormen geleerd die overeenkomen met circusactiviteiten. Nieuwe bewegvormen voor de kinderen als de leerkrachten
Bewegen: Buiten beweeglessen	1050 leerlingen	13 maal	Kinderen krijgen nieuwe buiten beweeglessen geleerd om zo actief bezig te zijn op het schoolplein. Ook weer handvatten voor de leerkrachten om buiten activiteiten op te pakken
Water: Waterdrinkweek	300 leerlingen	5 maal	Week waarin de kinderen en de leerkrachten proberen alleen maar water te drinken tijdens de schooluren. Bewustwording over de belangrijkheid van waterdrinken in plaats van zoete drankjes
Sporten: Baltechniek	810 leerlingen	9 maal	Kinderen hebben nieuwe baltechnieken geleerd die toepasselijk zijn bij het basketbal, korfbal en voetbal. De schoolleiding beschikt weer over nieuwe balactiviteiten tijdens de gymlessen
Sporten: Atletiek	1470 leerlingen	17 maal	Kinderen kennis laten maken met diverse onderdelen uit de atletiekwereld: Kogelstoten, speerwerpen, hoogspringen, hordelopen, sprinten en looptechnieken
Bewegen: Frisbee	680 leerlingen	7 maal	Kinderen hebben kennisgemaakt met frisbeeën. Ze hebben basistechnieken geleerd en zijn bezig geweest met trucjes
Fun: GPS tocht	300 leerlingen	7 maal	Kinderen hebben een route gelopen aan de hand van een kaart/gps-apparaat. Ze hebben geleerd om samen te werken en de

			juiste route te vinden
Fun: Kanjersport spellen	890 leerlingen	9 maal	Kinderen hebben meegedaan met kanjersport spellen om samen te spelen aan de hand van de kanjer regels
Fun: Springtouw clinic	780 leerlingen	10 maal	Kinderen hebben kennisgemaakt met springtouwen, zowel individueel als in groepsverband en nieuwe trucjes geleerd Geleerd/ervaren dat het goed is voor de conditie
Sport: Vereniging les	700 leerlingen	6 maal	Sportvereniging en school verbinden met elkaar en de kinderen en specifieke sport aanbieden
Sport: Olympische spelen	350 leerlingen	3 maal	Kinderen hebben beweegvormen geleerd die overeenkomen met onderdelen van de Olympische spelen. Nieuwe beweegvormen voor de kinderen als de leerkrachten
Rondom de leerling: Ouderavond	60 ouders, Open Kring en PWA	2 maal	kennis vergaren, bewustwording kcal en suikers diverse dranken, koekjes
Fun: Energizers voor youtube/Facebook/website	alle scholen	Dagelijks	Kinderen en leerkrachten tonen dat bewegen ook in de klas kan. Samenwerken en plezier.
Bewegen: Desk Bike	3 scholen, 3 deskbikes	Dagelijks in de periode van de deskbike in de klas	Kinderen hebben ervaren dat fietsen en het maken van schoolopdrachten valt te combineren.

3.2.2. Bereik

Bereik van leerlingen

Tabel vier en vijf geven het aantal leerlingen uit de doelgroep weer dat per activiteit is bereikt. De meeste activiteiten zijn op meerdere scholen georganiseerd, afhankelijk van de vraag van de scholen en de haalbaarheid met oog op het aantal deelnemende scholen. Het Fit@School programma is in het schooljaar 2015-2016 uitgevoerd op 15 basisscholen en 3 middelbare scholen. Op de overige vijf basisscholen die niet deelnemen aan de verschillende thema's van Fit@School, is in groep 5 tot en met 8 wel de Eurofittest uitgevoerd. Hiermee zijn in totaal circa 4500 leerlingen in de gemeente Nijkerk bereikt.

In de interviews geven de buurtsportcoaches aan dat de meeste activiteiten voor groep 3 tot en met 8 zijn georganiseerd, en werden aangepast aan de leeftijd van de leerlingen. Sommige activiteiten zijn ook voor de kleuterklassen georganiseerd. Het aantal activiteitenuren verschilt per school, en varieert tussen de 80 en 160 uur per school.

Betrekken van ouders

Zoals de vorige paragraaf liet zien, zijn naast de leerlingen ook de schooldirectie, leerkrachten en ouders betrokken bij het Fit@School project. Naast de georganiseerde ouderavonden, werden ouders betrokken door middel van de waterdrinkposter en de schoolnieuwsbrief waarin activiteiten als de waterdrinkweek of een clinic werden gecommuniceerd. Een buurtsportcoach geeft aan dat de activiteiten van Fit@School bij de meeste ouders wel 'terecht komen', iets waar hij ook waarde aan hecht:

“Bijvoorbeeld met de waterdrink vind ik het belangrijk dat ouders betrokken zijn, dat is naar mijn idee nu ook voldoende daarbij. Ouders kunnen het via de poster zien, we geven informatie via de nieuwsbrief van de scholen, kinderen hebben het er onderling over, en ouders ook. Zo komt het bij de meeste wel terecht” (N-12).

3.2.3. Waardering activiteiten

Hoe zijn het project en de specifieke Fit@School activiteiten ontvangen door de schooldirectie, leerkrachten en de leerlingen? De volgende paragraaf gaat in op deze vragen, waarbij gebruik wordt gemaakt van zowel de kwalitatieve interviews met NSG, een leerkracht en het groepsgesprek met leerlingen, als de kwantitatieve vragenlijst onder leerlingen.

Waardering door de scholen

De geïnterviewden van NSG geven aan dat het project en de activiteiten om verschillende aspecten goed wordt ontvangen door de directie en leerkrachten. Een eerste aspect heeft betrekking op de werkdruk van leraren:

“Scholen willen heel graag en hebben plannen op het gebied van gezonde leefstijl maar ze hebben weinig tijd om het uit te voeren. De directie wil het ook niet allemaal bij de leraren neerleggen omdat zij het al erg druk hebben met de standaard vakken als rekenen en taal. Daarom waren wij wel heel welkom om de voedingslessen en extra beweeglessen te komen doen” (N-13).

Dit tijdsaspect werd ook benoemd door de geïnterviewde leerkracht: voor leerkrachten zijn activiteiten op het gebied van voeding, energizers en vernieuwende beweeglessen “weer iets dat erbij komt” (N-16), en iets waar niet altijd zelf hun persoonlijke interesse hebben liggen.

“Als er dan iets van buitenaf wordt aangeboden is dat natuurlijk heel prettig”(N-16).

Een ander aspect van waardering dat zowel de buurtsportcoaches als de leerkracht aangeven is het vernieuwende karakter van de activiteiten, waar leerkrachten zelf ook ideeën voor de eigen gymlessen of pauzes uit kunnen halen. Ook geven beide groepen aan dat het positief gewaardeerd wordt om een ander gezicht in de klas te hebben. De volgende quotes pakken deze beide aspecten goed samen:

“Dan krijg ik daarna een mailtje van de directeur dat alle leerkrachten en leerlingen zo enthousiast zijn geweest. Ze vinden het vooral leuk dat het een andere meester is, even iemand anders voor de klas. En andere vormen. Zoals met frisbeeën en springtouwen, dat hebben veel nog nooit gedaan dus dat hebben we aangeschaft. Gewoon dingen waarvan leerkrachten zeggen: ‘daar hebben we zelf nog helemaal niet aan gedacht’ “(N-13).

“Ik weet veel over sporten en gezondheid en ik zou de lessen ook zelf kunnen geven maar het is juist interessant om een ander gezicht, een andere invalshoek en expertise in te brengen. Heel veel collega’s hebben er niets mee en dan is het goed om iemand in de klas te halen. Je haalt ook wel weer ideeën uit hun lessen: misschien kan ik daar volgende week nog dieper op ingaan zeker als je kijkt naar de voedingslessen. Ik zou het wel missen als het stopt” (N-16).

Een laatste genoemd positief aspect door de leerkracht is de flexibiliteit van de lessen, waarbij het niveau werd aangepast aan de leerlingen en *“iedereen op zijn eigen manier kon meedoen”* (N-16).

De enige kanttekening die vanuit de school is geplaatst is de miscommunicatie door wisselingen in het personeel en contactpersonen van Fit@School. Hierdoor konden bijvoorbeeld lessen die door de eerdere contactpersoon waren gepland niet doorgaan omdat de nieuwe contactpersoon niet van de activiteit afwist.

Waardering door leerlingen

Groepsgesprek leerlingen

In het groepsgesprek is specifiek ingegaan op de houding van kinderen ten opzichte van de deskbike, springtouwen en de circus/acrobatiek les. Opvallend is dat in het gesprek met leerlingen veelal dezelfde positief gewaardeerde aspecten naar voren kwamen zoals deze ook door de buurtsportcoaches en leerkracht zijn benoemd. Zo geven meerdere van de leerlingen aan dat ze het leuk vonden om nieuwe activiteiten te doen die ze normaal niet deden in de gymles, of vrijwel nog nooit zelf hadden gedaan zoals de circus en acrobatiek les: *“Bij de acrobatiek les kende ik verschillende oefeningen nog niet, en dat vond ik leuk”* (Nijkerk, leerling 2), en: *“Circus acrobatiek les vond ik leuk want ik kon dat nog niet en nu veel beter”* (Nijkerk, leerling 7). Dit heeft ook betrekking op het springtouwen:

“Het touwspringen vond ik ook grappig want je kon met een lang touw dat iemand anders voor je draait. Ook voor jongens was het leuk, ik had het eigenlijk nog nooit gedaan” (Nijkerk, leerling 5).

Daarnaast noemden vrijwel alle leerlingen dat zij de deskbikes fijn hadden gevonden in de klas, aangezien dit de concentratie bevorderde:

“De deskbike vond ik het leukste van de drie activiteiten want ik kon me er heel erg goed op concentreren. Je kon lekker bewegen onder de les door” (Nijkerk, leerling 3).

“Bij de deskbike kon ik me beter concentreren. Ik had ook mijn werk sneller af. Meestal mochten we maar een kwartiertje” (Nijkerk, leerling 6).

De verhoogde concentratie en het sneller kunnen werken werden ook genoemd door de geïnterviewde leerkracht.

Naast de inhoud van de lessen benoemden de leerlingen ook positieve aspecten van ‘de meesters van Nijkerk Sportief en Gezond’, zoals dat ze zorgden voor handhaving van de orde in de klas tijdens de activiteit:

“Soms gingen jongens praten en dan zei hij dat ze moesten stoppen, dan hoefde de meester dat zelf niet te doen, dat vond ik fijn en goed van ze” (Nijkerk, leerling 7).

Over een negatief aspect van de activiteiten waren alle leerlingen uit het groepsgesprek het eens: de

touwen om mee te springen waren voor hen te kort. Daarnaast gaven enkele leerlingen aan dat ze een aantal onderdelen uit de circusles al wel eens tijdens de reguliere gymlessen hadden gedaan, en dat ze het daarom 'niet nog een keer hoefden te doen'.

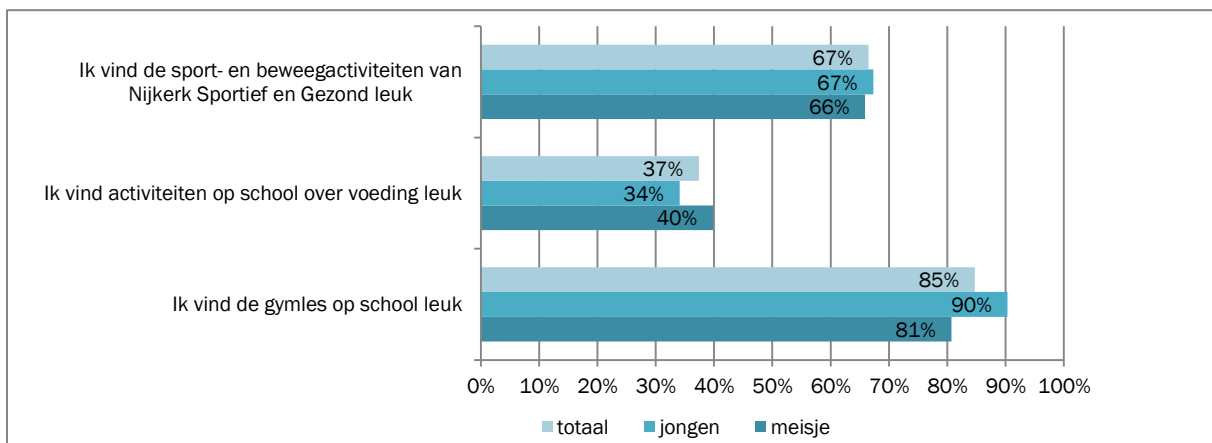
Vragenlijst onder leerlingen

In de vragenlijst is leerlingen gevraagd naar hun houding ten opzichte van de reguliere gymles op school, activiteiten op school met betrekking tot gezonde voeding, en specifiek de sport- en beweegactiviteiten van Fit@School.

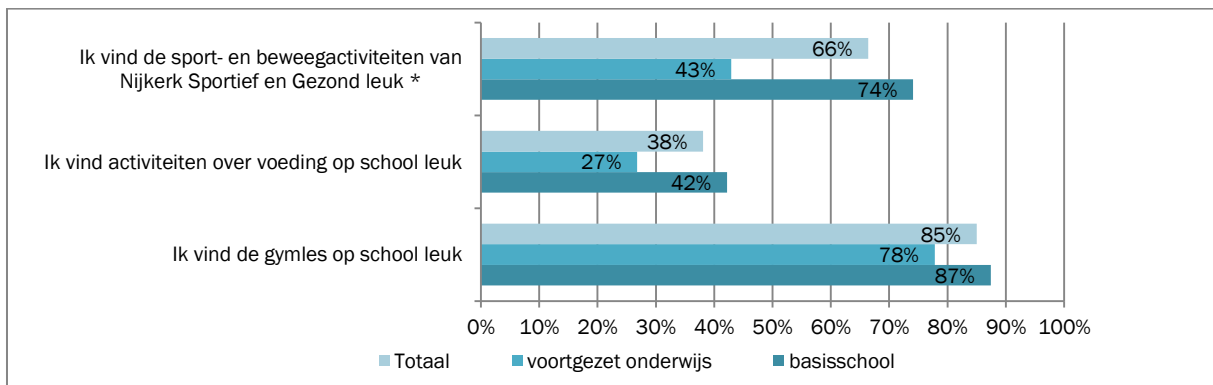
Hoe denken leerlingen over de sport- en beweegactiviteiten van de buurtsportcoaches van NSG? Ruim 60 procent van de 256 leerlingen geeft aan de sport- en beweegactiviteiten leuk te vinden. Er zijn hierbij geen significante verschillen te zien tussen jongens en meisjes (tabel 6). Wel is te zien dat leerlingen op de basisschool de activiteiten als leuker beoordelen dan leerlingen uit klas 1 en 2 van het voortgezet onderwijs: respectievelijk 74% en 43% (tabel 7).

Met betrekking tot de reguliere gymles op school, is ongeveer 85% van de leerlingen het (helemaal) eens met de stelling 'ik vind de gymles op school leuk'. De resultaten laten zien dat ongeveer een derde van de leerlingen voedingsactiviteiten op school zoals gezonde voedingslessen, smaaklessen, schoolmoestuin of een waterdrinkweek leuk vindt. Hier zijn geen significante verschillen tussen jongens en meisjes, of leerlingen van de basisschool of het voortgezet onderwijs te zien.

Tabel 6: mening van leerlingen in Nijkerk over georganiseerde activiteiten, uitgesplitst naar sekse (% (helemaal) mee eens).
*Significantie: $p < 0,05$, $n = 256$.

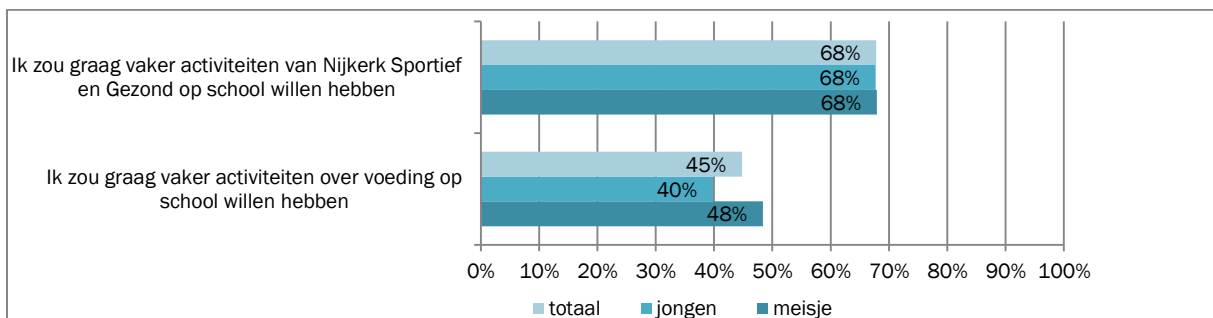


Tabel 7: mening van leerlingen in Nijkerk over georganiseerde activiteiten, uitgesplitst naar basisschool en voortgezet onderwijs (% (helemaal) mee eens). *Significantie: $p < 0,05$, $n=256$.

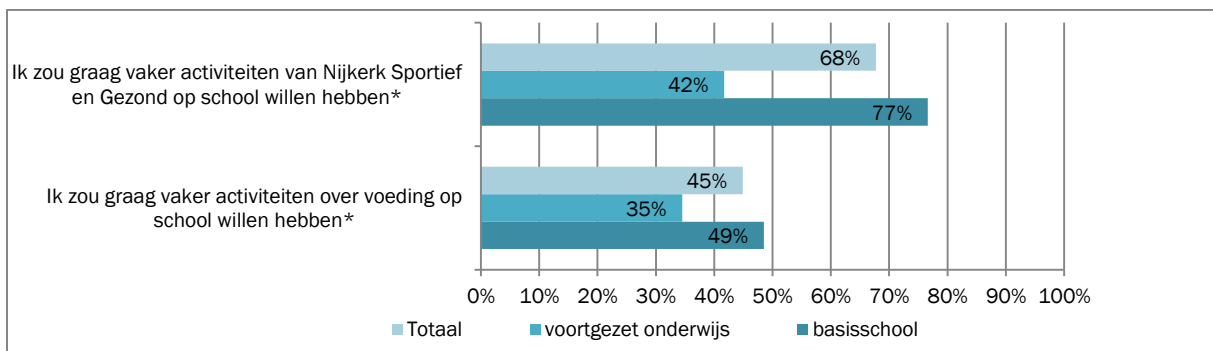


Willen leerlingen vaker sport- en beweegactiviteiten van Nijkerk Sportief en Gezond op school? Bijna 70% van de jongens en meisjes is het met deze stelling (helemaal) eens. Wel is te zien dat leerlingen van het basisonderwijs significant graag vaker activiteiten van NSG zou willen hebben (tabel 8 en 9). Met betrekking tot activiteiten over voeding ligt dit percentage lager: 45% van de 256 leerlingen geeft aan graag vaker activiteiten over voeding op school te willen hebben. Ook hierin is een significant verschil te zien tussen basisschoolleerlingen het leerlingen van het voortgezet onderwijs: respectievelijk 49 en 35 procent.

Tabel 8: mening van leerlingen in Nijkerk over toekomstige activiteiten, uitgesplitst naar sekse (% (helemaal) mee eens). *Significantie: $p < 0,05$, $n=256$.



Tabel 9: mening van leerlingen in Nijkerk over toekomstige activiteiten, uitgesplitst naar basisschool en voortgezet onderwijs (% (helemaal) mee eens). *Significantie: $p < 0,05$, $n=256$.



3.3. Effecten van Fit@School Nijkerk

Deze paragraaf beschrijft eerst de resultaten over bewustwording, een positieve houding en gedrag ten opzichte van een gezonde leefstijl zoals deze wordt beschreven door de verschillende geïnterviewden en respondenten. Vervolgens wordt ingegaan op genoemde effecten van het Fit@School programma.

3.3.1. Bewustwording van een gezonde leefstijl

In hoeverre is er een groeiende bewustwording te zien onder scholen, ouders en kinderen ten opzichte van een gezonde leefstijl? Verschillende geïnterviewden geven aan het lastig te vinden om hier iets over te zeggen. Aspecten die zij hierbij betrekken zijn de complexiteit van het probleem of het thema, de 'lange adem' die verandering in leefstijl in de populatie vergt, het verschil in beleid of woord en de uitvoering in de praktijk, en de diversiteit in mate van bewustwording die geïnterviewden om zich heen zien. Deze verwoording van een jeugdarts pakt een aantal van deze aspecten samen:

“Ik vind het lastig om te zeggen dat het [een gezonde leefstijl] bij iedereen tussen de oren zit. Het verschilt heel erg per ouders hoe ze ermee omgaan en hoe belangrijk ze het vinden. [...] Het is super lastige materie, het hangt met heel veel samen. De aandacht is er wel maar ik zie in de praktijk dat het erg lastig is om hier een omslag in te krijgen want het gaat niet alleen om kinderen, maar om een omslag in de gehele populatie. Hierbij zie je ook de tweedeling tussen laag- en hoogopgeleiden zwart wit gezegd” (N-14).

De volgende alinea's gaan in op wat de betrokkenen om zich heen zien en ervaren met betrekking tot aandacht voor een gezonde leefstijl.

Gezonde leefstijl op school

Verschillende geïnterviewden geven aan diversiteit te ervaren in de mate van bewustwording op scholen, waarbij zij zowel ingaan op het beleid van de school als de interesse van de individuele leerkracht. Een terugkerend aspect op scholen is het gebrek aan tijd of de druk van het onderwijsprogramma, wat het hebben van aandacht voor een gezonde leefstijl op school bemoeilijkt. Respectievelijk een leerkracht en buurtsportcoach zeggen hierover:

“Ik vind het zelf ook nog wel eens lastig want je moet natuurlijk een bepaald programma afwerken. Je moet je taal en rekenles doen en omdat er een bepaalde druk op zit mis je dan die beweegmomenten, leuke gekke momenten tussendoor om te zorgen dat de hersenen weer even fris blijven” (N-16).

“Ik merkte uit de gesprekken met scholen dat er nog weinig aan een gezonde leefstijl gedaan wordt zoals les over voeding. Ze willen graag en ze hebben plannen maar ze hebben weinig tijd om het uit te voeren, de leraren zijn druk. Ik denk dat dat is wat ze tegenhoudt om verder te gaan” (N-13).

Een jeugdverpleegkundige merkt op dat ze wel op steeds meer scholen het beleid van fruitdagen ziet, en dat ze hier ook met leerkrachten in gesprek gaat:

“Tegenwoordig zijn er gelukkig steeds meer scholen waarop fruitdagen wordt ingevoerd, en dat is heel goed. Want op scholen waar dat niet gebeurt nemen kinderen koekjes mee. Dan probeer ik het er toch met scholen over te hebben met voorlichting en een gesprek met de betreffende leerkracht om dat te stimuleren. En wordt het dan geen fruit wordt, haal dan iniedergeval een koekje uit het pakjes waar er meer inzitten” (N-15)

Een basisschoolleerkracht geeft aan dat hij in zijn team verschillen ervaart in de mate waarin leerkrachten aandacht hebben voor gezonde leefstijl in de klas. Bijvoorbeeld of er aandacht is voor gezonde tussendoortjes, ontbijt en lunch, en of er gebruik wordt gemaakt van korte beweegmomentjes. Dit hangt samen met de interesse van de leerkracht, zelf ziet hij zijn rol als ‘karduwer’ in het team als het gaat om aandacht voor het thema:

“Ik ben eigenlijk een karduwer, ik ben ervan overtuigd dat bewegen, gezond eten, water drinken, heel belangrijk is om die voorwaarden voor het leren lezen, rekenen te creëren. [...] We hebben allemaal de boekjes over energizers, het is bij de een nog wat meer aanwezig dan bij de ander, maar dat is een beetje waar de interesse ligt van de leerkracht” (N-16).

Deze leerkracht geeft aan dat ze nog niet zover zijn een gezonde school te worden waarbij wordt gezegd dat ieder kind een stuk fruit mee krijgt. Leefstijl is wel iets waar de leerkracht zelf aandacht aan besteedt in de klas, en wat hij ook aan het team voorlegt, zoals het idee van het organiseren van een ouderavond over omgaan met de voeding van je kind.

Ouders en een gezonde leefstijl

Ook in de mate waarin ouders zich bewust zijn van, en aandacht hebben voor, gezond leven zien geïnterviewden verschillen. Een buurtsportcoach vertelt hierover:

“Ik heb een ouderavond gegeven en dan merk je dat heel veel ouders niet weten hoe slecht het is om cola te drinken, een sportdrinkje of appelsap. Ze weten het gewoon niet, ze zijn er niet mee bezig of hebben het te druk. En je hebt natuurlijk altijd verschillende ouders die wel heel bewust met een gezonde leefstijl bezig zijn” (N-13).

Geïnterviewden benadrukken de invloed van ouders met betrekking tot gezond opgroeien, bijvoorbeeld:

“Het is ook wat je van huis uit meekrijgt. Je kunt al heel veel weten als je thuis groente eet” (N-11).

Een leerkracht geeft aan dat het lastiger te zeggen is hoe er thuis met leefstijl wordt omgegaan. Wel duidt het erop dat gezond opgroeien een thema is waar ook vanuit het consultatiebureau steeds meer aandacht voor is, en ouders bereikt. Een jeugdverpleegkundige die ouders ziet van kinderen met overgewicht vertelt:

“Ik doe dit werk al sinds 2003, ik heb wel het idee dat er steeds meer mensen bewuster mee omgaan. Ook vooral omdat er vanuit het consultatiebureau al steeds meer bewust van wordt gemaakt. Als ik moeders dan vraag wat zij verstaan onder gezonde voeding, dat ze al aangeven: ‘mijn kind drinkt vooral ongezoete drankjes’, en dat ze dat zelf al aangeven en weten. Maar toepassen is ook weer iets anders” (N-15).

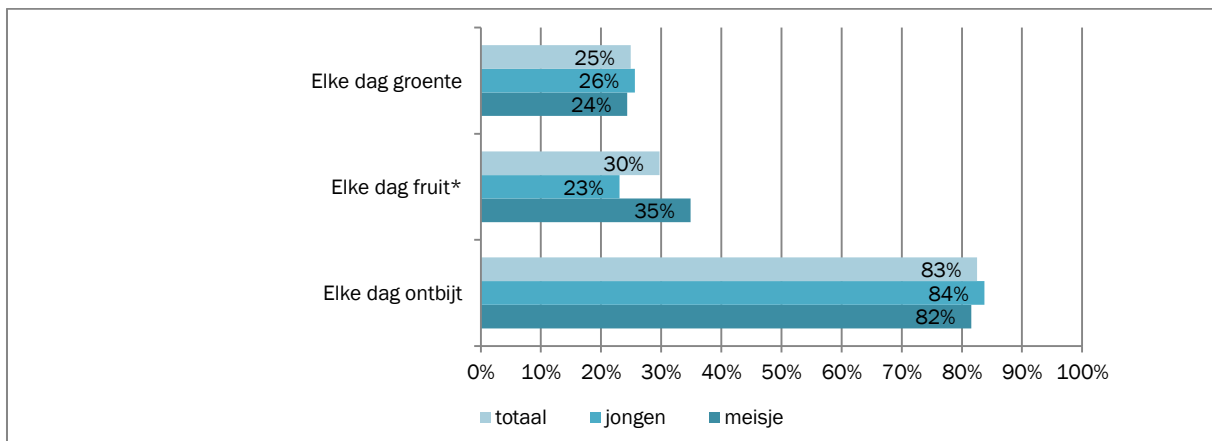
Bovenstaande quote duidt op een ervaren verschil tussen kennis of bewustwording en gedrag, een discrepantie dat ook wordt genoemd met betrekking tot de uitvoering van beleid op scholen:

“Wat we merken op scholen is dat ze het moeilijk vinden om er streng in te zijn. Bijvoorbeeld: het traktatiebeleid is dit, daar houden we ons ook aan. Of maximaal 1 pakje drinken per dag” (N-11).

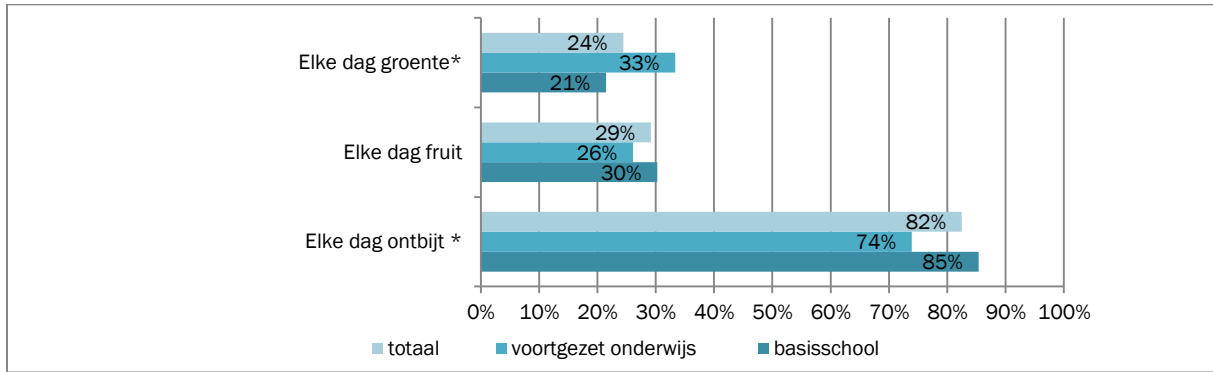
Gezonde leefstijl onder kinderen

In de vragenlijst is leerlingen gevraagd naar hun voedings- en beweeggedrag. Ongeveer een kwart van de 275 leerlingen eet iedere dag groente, leerlingen van het voortgezet onderwijs eten significant vaker iedere dag groenten dan basisschoolleerlingen. Significant minder jongens eten iedere dag fruit: 35 procent van de meisjes eet iedere dag fruit, en voor de jongens is dit 23%. Wanneer er wordt gekeken naar ontbijtgedrag, zien we een significant verschil tussen leerlingen van het voortgezet onderwijs en de basisschool: gemiddeld ontbijt 85% van de basisschoolleerlingen iedere dag, onder leerlingen op het voortgezet onderwijs is dit percentage 74%.

Tabel 10: Voedingsgedrag leerlingen Nijkerk, uitgesplitst naar sekse. *Significantie: $p < 0,05$, $n = 275$

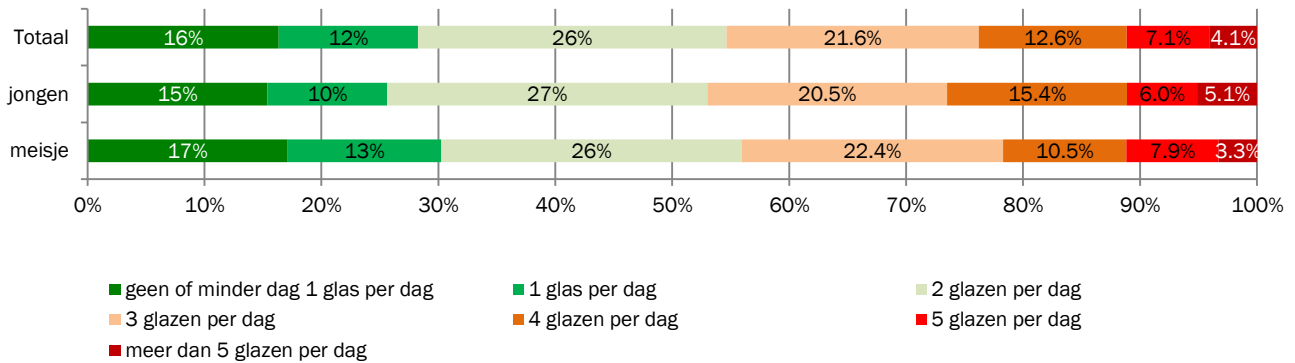


Tabel 11: Voedingsgedrag leerlingen Nijkerk, uitgesplitst naar basisschool en voortgezet onderwijs. *Significantie: p<0,05, n=275.

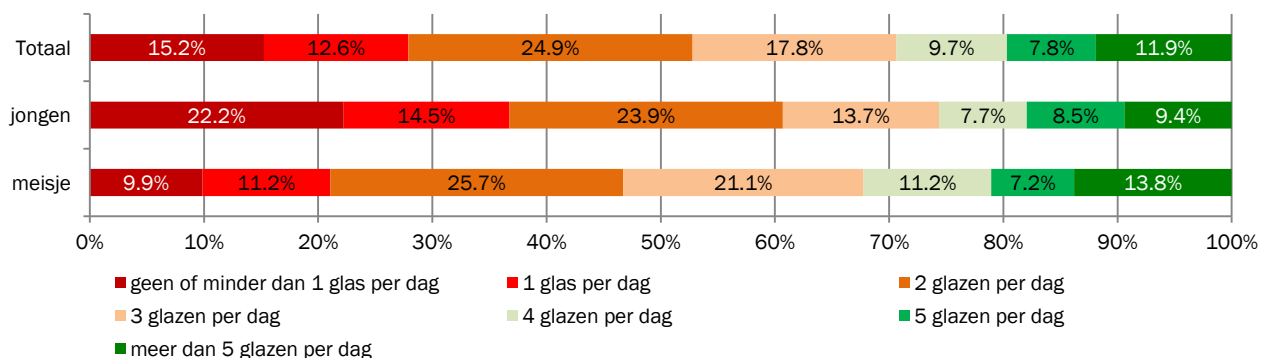


Wanneer wordt gekeken naar het drinken van zoete drankjes en water (tabel 12 en 13), is te zien dat gemiddeld 16% van de leerlingen geen of minder dan één glas zoete drank per dag drinkt. Gemiddeld drinkt 12% van de leerlingen vijf of meer glazen water per dag.

Tabel 12: Nijkerk aantal zoete drankjes per dag, uitgesplitst naar sekse. *Significante: p<0,05, n=275.

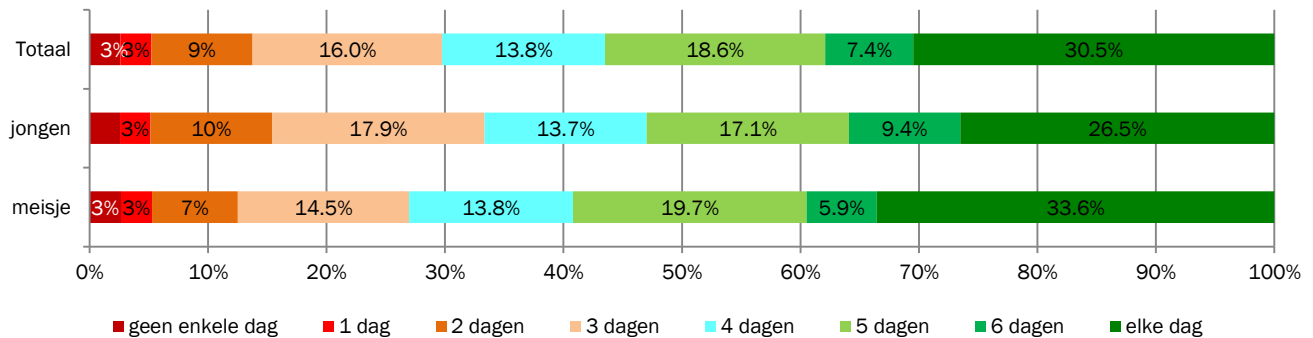


Tabel 13: Nijkerk aantal glazen water per dag, uitgesplitst naar sekse. * Significantie: p<0,05, n=275.



Als het gaat om beweging, geeft gemiddeld 30% van de leerlingen 275 aan de afgelopen week minimaal 60 minuten te hebben bewogen. Het gaat hier om verschillende beweegactiviteiten bij elkaar opgeteld zoals: lopen of fietsen van en naar school, het gymmen op school, sporten bij een sportvereniging, en sporten buiten.

Tabel 14: Nijkerk aantal dagen per week minimaal 60 min bewegen, uitgesplitst naar sekse



3.3.2. Effecten

In de interviews met de projectleider, buurtsportcoaches en de leerkracht zijn de ervaren effecten van Fit@School besproken. Alle geïnterviewden van NSG zien dat voedings- en waterlessen een ‘eyeopener’ zijn voor kinderen, en dat informatie uit de deze lessen ook thuis met ouders wordt gedeeld en kan leiden tot gezondere keuzes:

“Ik denk dat de bewustwording wel beter is geworden door dit project. Ik kan niet precies zeggen in hoeverre maar als ik zie dat kinderen gewoon schrikken van hoeveel suiker erin producten zitten en zeggen: ‘ik ga dit straks tegen papa en mama zeggen’, dat zijn de leuke dingen” (N-I3).

“Met bewustwording komen we al een heel eind, en het grappige is dat je dat ook ziet. Onze buurtsportcoaches die op de scholen komen krijgen dat ook terug van die kinderen: ‘ik vertelde aan mijn moeder dat er zoveel suikerklontjes zitten in appelsap, en nu krijg ik water mee” (N-I1).

Naast kinderen en hun ouders, hebben de Fit@School activiteiten ook effect op de bewustwording van leerkrachten. Zo bieden de sport- en bewegingsactiviteiten van de buurtsportcoaches leerkrachten vernieuwde, actieve speltips en technieken voor tijdens de pauze en de eigen gymles. Naast deze handvatten voor spelen, geeft een leerkracht aan dat activiteiten zoals de les over voeding ook stof geven voor verdere bespreking in de klas, en dat je door de activiteiten als leerkracht meer met gezond leven bezig bent:

“Het is voor de leraren ook wel een stok achter de deur, als je er zo mee bezig bent ga je er ook over nadenken. [...] Ik introduceer de les van Fit@School ook en dan worden ze al nieuwsgierig, dan kijken we al in de klas: wat heb je mee? Of: wat heeft [naam buurtsportcoach] allemaal gezegd? En dan kijken we op de pakjes en zie je: oh daar zit best veel suiker in” (N-I6).

Ook proberen de buurtsportcoaches met de activiteiten en gesprekken met scholen een effect te hebben op het beleid van scholen door met hen in gesprek te gaan over bijvoorbeeld het aangaan van de discussie

binnen de school over bijvoorbeeld het instellen van fruitdagen. Maar hoewel leerkrachten zeggen dat ze het gaan doen, geeft een buurtsportcoach aan *“niet te weten in hoeverre dit ook gebeurt”* (N-13).

3.4. Ervaren succesfactoren en belemmeringen

3.4.1. Ervaren successen

Wat ervaren betrokkenen bij de ontwikkeling en uitvoering van Fit@School als successen in hun project? En wat maakt dit tot een succes? De interviews laten verschillende positieve ervaringen zien die betrekking op de aspecten van het bereik, de inhoud en diversiteit van de activiteiten, en de samenwerking met scholen. Hieronder wordt verder ingegaan op deze drie hoofdaspecten.

Bereik

Een terugkerend succespunt in de interviews is het bereik van het Fit@School project. Na de oriënterende gesprekken op alle scholen in de gemeente Nijkerk is het programma in het schooljaar 2015-2016 uitgevoerd op 15 basisscholen en 3 middelbare scholen. Naast het aantal leerlingen dat is bereikt, ervaren de geïnterviewden van NSG het als positief dat de activiteiten zijn uitgevoerd in diverse groepen: van groep 3 tot en met 8, en sommige activiteiten ook in de kleuterklassen. Een buurtsportcoach vertelt:

“We hebben heel veel kinderen bereikt en vaak hetzelfde verhaal vertelt, al blijft er maar 1 procent hangen dan denk ik toch dat iets goeds hebben neergezet afgelopen schooljaar, wat we nu voort moeten zetten” (N-13).

Naast het bereik in aantal leerlingen, ervaart een van de buurtsportcoaches het ook als een succes dat de activiteiten geschikt waren voor alle leerlingen; *“niet alleen de echte sporters”* (N-12), zijn betrokken en hebben plezier gehad in bewegen.

Inhoud en diversiteit van de activiteiten

Een ander genoemd succespunt heeft betrekking op de inhoud van de georganiseerde activiteiten. Met name het succes van de voedingsactiviteiten wordt aangehaald door NSG: voor veel leerlingen is dit thema nieuw, en de lessen hebben een interactief karakter. Ook de sport- en beweglessen zijn vernieuwend door bijvoorbeeld het gebruik van andere materialen, en geven de lessen handvatten voor eigen activiteiten van de leerkrachten. Daarnaast geven de buurtsportcoaches niet alleen gymlessen, maar creëren zij daarnaast ook zowel binnen als buiten extra beweegmomenten.

Bovendien betrekken de buurtsportcoaches met de inhoud van de activiteiten niet alleen leerlingen, maar ook hun ouders en de leerkracht: iets wat geïnterviewden zien als een succesfactor. Door het betrekken van verschillende groepen proberen ze aandacht te hebben voor continuïteit. De volgende quote van een buurtsportcoach pakt deze aspecten samen:

“Het extra sportmoment vind ik erg goed, dat we extra materialen meenemen zoals het springtouw, de waterdrink- en voedingslessen vind ik ook heel goed en belangrijk. Het is niet zoals de gymles maar we proberen andere dingen te doen. [...] We proberen alles

eromheen te doen, het is niet alleen maar een clinic geven en weer weg gaan. We proberen ook de leerkracht te betrekken, materialen achter te laten en hen voorbeelden en tips te geven” (N-12).

Samenwerking met scholen

De geïnterviewden van NSG benoemen de goede samenwerking met scholen als een succes binnen Fit@School. Ze geven aan dat scholen hen niet alleen graag zien komen omdat ze ‘werk uit handen nemen van de scholen’, maar ook vanwege de kwaliteit van de activiteiten, en het enthousiasme van de buurtsportcoaches:

“Ik vind het een succes dat scholen heel enthousiast zijn en de leerkrachten ook. Ze zien ons graag komen. Ik denk dat het komt omdat we goede lessen geven, ik denk vooral ook met voeding en suiker. Voor volgend jaar komen er ook vragen, en soms vragen ze ook om het uit te breiden of om iets nog een keer te komen vertellen” (N-13)

“Wat maakt dat Fit@School goed gaat is dat we werk uit handen nemen van scholen. We brengen iets dat meerwaarde heeft voor de scholen, waar ze zelf niets voor hoeven te doen. Het kost niks, het is een groot voordeel voor de scholen. [...] Ik ben blij dat we dit voor ze kunnen doen en het geen extra wissel op hen trekt. Ook hebben we een enthousiast team van buurtsportcoaches, de voedingslessen en extra beweegmomenten worden leuk ontvangen. Die combinatie maakt het tot een succes denk ik” (N-11).

Deze laatste quote gaat in op ‘de meerwaarde voor de scholen’, dat raakt aan het gemeenschappelijk belang van gezonde kinderen. Geïnterviewden merken dat scholen dit belang van een gezonde leefstijl ook inzien, en er ook zo in staan net als andere partners als de gemeente en zorg- en welzijnsprofessionals.

3.4.2. Ervaren belemmeringen

In de interviews is betrokkenen ook gevraagd naar ervaren moeilijkheden of belemmeringen in de opzet en uitvoering van Fit@School. Genoemde factoren zijn: het bereiken en betrekken van ouders, het ‘bemoeien met’ een gezonde leefstijl, het aanpassen van activiteiten aan leeftijd, en het betrekken van overige partijen.

Betrekken van ouders

Geïnterviewden ervaren moeilijkheden met het betrekken van de bredere groep ouders. Hoewel ouders bijvoorbeeld op een ouderavond over gezonde voeding komen, is het vaak een selectie van ‘betrokken ouders’ bij de school en een gezonde leefstijl:

“Je hebt dat met een ouderavond ook, het zijn vaak de betrokken ouders die veel willen doen voor school, en die je niet perse nodig hebt op zo’n ouderavond. En het zijn ook de ouders die voor een gezonde leefstijl open staan. Dan vragen ze bijvoorbeeld hoe het zit met cola light en de zoetstoffen, dan merk je dat ze er al mee bezig zijn en verder zijn” (N-13).

Deze geïnterviewde geeft aan ook niet te weten hoe je de ouders breder kunt bereiken, ook al zou hij het wel graag willen; 'het bereiken van ouders is een lastig punt'.

'Het bemoeien met een gezonde leefstijl'

Verschillende geïnterviewden benoemen dat het lastig kan zijn om 'je te bemoeien' met een gezonde leefstijl, of 'hier iets van te zeggen'. Een kinderarts vertelt hierover:

"Je komt heel erg in de privacy van mensen. Er is ook de vraag: in hoeverre kun je je ermee bemoeien? Kinderen is een heel ander verhaal dan volwassenen want die zijn minder weerbaar" (N-14).

Het onderwerp 'bemoeien met een gezonde leefstijl' komt ook terug in relatie tot de rol als leraar. Zo geeft een buurtsportcoach aan dat er niet alleen bij ouders en kinderen maar ook bij leerkrachten 'nog veel valt te halen' als het gaat om een gezonde leefstijl. Een workshop voor alle leerkrachten over het belang van een gezonde leefstijl en handvatten voor hoe je hier als leerkracht op kunt letten, ziet hij als een goed idee. Maar naast dat misschien niet iedere leerkracht hier voor open staat, ervaart de buurtsportcoach het als een lastig punt wat de rol van leerkrachten zou kunnen zijn:

"Sommige leraren staat er wel voor open maar andere ook niet. Ik denk ook wel dat de vraag is dat het voor leerkrachten lastig is om iets met overgewicht en voeding in de klas te doen. Kunnen ze er wel iets van zeggen? En als ouders er niet voor open staan, hoe doen ze het dan?" (N-13)

Aanpassen van activiteiten

Hoewel de geïnterviewden van NSG de inhoud van de activiteiten als een succespunt zien, ervaren zij wel moeilijkheden met het aanpassen van de activiteiten aan de leeftijd van de leerlingen. De lessen over voeding worden door NSG als een belangrijk en succesvol onderdeel van Fit@School gezien, maar voor de kleuterklassen zijn deze lessen lastig:

Groep 1 en 2 is lastig omdat ze zo jong zijn. Ik denk wel dat het goed is om hen te bereiken. Ik ga er heel spelenderwijs mee om maar ze zijn snel afgeleid. Ik heb daar ook een suikerles gegeven, hoe belangrijk het is om water te drinken in plaats van appelsap. Maar dan krijg je de raarste dingen, bijvoorbeeld dat de kinderen zeggen: 'ik heb bier gedronken'. 'ja ik ook'. Dat de juf ook zegt: 'maar dat kan toch helemaal niet' (N-13).

Betrekken van overige partijen

Geïnterviewden van NSG geven aan dat het betrekken van sportverenigingen bij clinics lastig kan zijn, vanwege het eerdergenoemde punt dat zij hierbij afhankelijk zijn van vrijwilligers die vaak onder schooltijd werken. Het punt van het betrekken van overige partijen wordt ook door een zorgprofessional vanuit de GGD genoemd. Deze geïnterviewde zou graag meer over Fit@School willen weten, zodat het in gesprekken met ouders over een gezonde leefstijl kan worden aangehaald:

Als je nu het project van Fit@School hebt, wat er allemaal gebeurt, dan zou ik dat wel meer willen weten en willen dat het meer bekendheid heeft zodat ik daar ook ouders mee bekend kan maken en het kan noemen. Want wij zitten op alle scholen, zien alle kinderen. Dan zou ik het wel prettig vinden om te weten: wat gebeurt er nou eigenlijk? (N-16)

Deze geïnterviewde noemt dit punt van op de hoogte zijn niet enkel in het kader van het Fit@School project, maar ook de bredere activiteiten van NSG en Jongeren op Gezond Gewicht zoals beweegtuurtjes in de wijk.

3.5. Borging

Hoe zien de geïnterviewden het bevorderen van een gezonde leefstijl graag in de toekomst? Wat zijn ideeën en plannen voor specifiek Fit@School? En wat is er daarnaast nodig om het bevorderen van een gezonde leefstijl voort te kunnen zetten en te borgen? Deze paragraaf gaat hierop in.

3.5.1. Toekomst Fit@School

Wanneer geïnterviewden wordt gevraagd naar de toekomst van Fit@School, reageren zij met woorden als te willen 'doorgaan', het project 'voort willen zetten', 'doortrekken', 'volgend jaar meteen weer te willen beginnen' en 'het als school zeker zouden missen' wanneer het wordt stopgezet. Deze paragraaf gaat in op de verschillende plannen en ideeën die uit de interviews en gesprekken naar voren kwamen.

Doorlopende leerlijn

Een terugkerend plan in de interviews is de zogenaamde doorlopende leerlijn binnen de activiteiten van Fit@School. Geïnterviewden van NSG geven aan dat in het schooljaar 2015-2016 de activiteiten wat breder zijn gehouden, waarbij er één soort les zoals de les over gezonde voeding aan alle groepen werd gegeven en aangepast werd aan het niveau van de kinderen. Vanaf het schooljaar 2016-2017 worden de lessen specifiek gemaakt naar leerjaar zodat er meer continuïteit ontstaat. Voor de verschillende onderdelen zoals bewegen, voeding, fun, clinics, en activiteiten met sportverenigingen wordt een leerlijn gemaakt zodat uiteenlopende onderdelen aan bod komen. Op deze manier wordt in iedere groep een andere les gegeven, en kan er in de hogere klassen dieper op onderwerpen als voeding of technieken worden ingegaan. De projectleider geeft aan dat deze vraag naar continuïteit vanuit scholen kwam, een aspect dat ook door de geïnterviewde leerkracht wordt benoemd in het kader van lessen over voeding en water:

“Als je dit ieder jaar blijft doen, kunnen we dat van jongs af aan blijven aanbieden. Bijvoorbeeld suiker en water is meer voor de midden- en bovenbouw, als je kind van groep 4 naar 5 komt dat die het ook meteen krijgt. Continuïteit aanbrengen, een soort curriculum of leerlijn. Dat kun je ook zelf als school doen, dan moeten we erover gaan bomen van: in hoeverre willen we dit gaan integreren in ons hele onderwijssysteem?” (N-16).

Bovenstaande quote laat zien dat de doorlopende leerlijn niet alleen betrekking hoeft te hebben op de Fit@School activiteiten, maar ook op aandacht voor leefstijl en gezondheid in het bredere schoolcurriculum. Op het thema schoolbeleid wordt later verder ingegaan.

Daarnaast benoemen de geïnterviewden samenwerking op verschillende vlakken. Zo geeft een buurtsportcoach aan dat voor de inhoud van bijvoorbeeld de voedingslessen, het handig zou zijn om samen werken met andere gezondheidsprofessionals:

“Ik denk dat als we zo specifiek willen gaan met de lessen is het goed om samen te kijken met de GGD, een diëtist, een kinderverpleegkundige of jeugdarts om te kijken wat wel en niet kan qua les. Om zo tot een goed product te komen en kinderen op een goede wijze alles bij te brengen” (N-13).

Naast samenwerking met andere professionals benoemen geïnterviewden de samenwerking met, en het betrekken van, ouders. Een voorbeeld is een gesprek aangaan met de medezeggenschapsraad van de school om gezonde voeding en het beleid op school te bespreken zodat het bewustzijn op school structureel kan worden bevorderd: *‘Want als het vanuit de ouders zelf komt, dan moet de school wel meedoen’ (N-11)*. Daarnaast wordt door een buurtsportcoach het idee genoemd om een ouderavond te organiseren met niet alleen een presentatie, maar ook een gymles waar ouders meedoen samen met hun kind:

“Dus niet alleen een ouderavond van: komt langs we geven een presentatie over bewegen en voeding, maar ook om ze in beweging te laten zijn. Gewoon in beweging zijn dat ze een idee hebben van wat we doen” (N-12).

Geïnterviewden van NSG benoemen dat er nog onduidelijkheid is over de financiering van hun activiteiten. Ze geven aan nog niet precies te weten hoeveel uren of dagdelen zij voor het komend schooljaar beschikbaar kunnen stellen voor de verschillende activiteiten, en hoe de uren worden verdeeld over de onderdelen.

Ideeën leerlingen

In het groepsgebesprek met leerlingen is besproken welke activiteiten de leerlingen graag zouden willen doen wanneer ‘de juffen en meesters van Nijkerk Sportief en Gezond’ volgend jaar ook weer op school zouden komen. Het gesprek laat uiteenlopende ideeën zien zoals: oxboard leren rijden -al denken de leerlingen dat dit duur zal zijn-, kickboksen of karate om je te leren verdedigen en energie kwijt te kunnen, turnoefeningen, en teamsporten zoals trefbal, slagbal en volleybal. De deskbikes en circuslessen zouden ze ook nog een keer willen doen. Daarnaast komt naar voren dat de leerlingen het met elkaar eens zijn dat ze langer gymles willen:

“Ik wil wel langer gymles [verschillende leerlingen roepen jaaa]. Nu is dat twee uur per week in totaal, twee keer een uurtje. Maar het is maar twee keer drie kwartier, het is ook omkleden” (Nijkerk, leerling 3).

3.5.2. Borgen van het bevorderen van een gezonde leefstijl

Geïnterviewden noemen uiteenlopende randvoorwaarden die van belang zijn in het borgen van het bevorderen van een gezonde leefstijl en gezond opgroeien. Continuïteit duidt op een overkoepelend aspect dat in de verschillende interviews terugkomt.

'Vroeg beginnen'

Geïnterviewden geven aan dat overgewicht en gezond opgroeien complexe thema's zijn waar zo vroeg mogelijk aandacht aan moet worden besteed. In de ogen van sommige geïnterviewden begint de aandacht voor gezond leven aan het begin van de basisschool, voor anderen al bij het consultatiebureau of bij volwassenen voordat zij ouders worden. Een jeugdarts vertelt over het 'vroeg beginnen':

"Als je op de scholen begint ben je al te laat. Bewustzijn over een gezonde leefstijl begint denk ik al eerder, ook al hebben volwassenen geen kinderen. Eigenlijk moeten die ouders zelf al een gezonde leefstijl hebben en dan gaat het vanzelf wel over op het kind" (N-14).

Daarnaast benoemen geïnterviewden het belang van 'dezelfde boodschap' over het belang van een gezonde leefstijl op verschillende plekken zoals: het consultatiebureau, de school, de sportvereniging en de huisarts.

Gezonde leefstijl in het schoolbeleid

Een ander terugkerende randvoorwaarde voor continuïteit in het bevorderen van gezond opgroeien is het verweven van de aandacht voor gezondheid in het schoolbeleid en schoolcurriculum. Geïnterviewden geven het belang aan van gedeelde aandacht, en het inbedden van gezond leven en opgroeien op verschillende plekken in de samenleving waar mensen leven en samenkomen. De school is een van deze belangrijke plekken waar gezonde leefstijl wordt uitgedragen naar leerlingen en hun ouders:

"Jongeren zitten al op school, dat is ook de reden dat scholen voor alles worden ingezet. Gezonde leefstijl is iets dat heel makkelijk in het curriculum te verweven valt, en de manier van lesgeven kan ook makkelijk worden aangepast. Bijvoorbeeld fruitdagen, gezond traktatiebeleid. En waarom moeten kinderen de hele tijd in de stoel achter een tafel zitten?" (N-11)

"Het zou mooi zijn dat als er in de schoolgids ook iets staat over het trakteeerbeleid of wat ze wel of niet mee naar school mogen nemen. En dat bij de aanmelding ouders daar ook al wat over kunnen horen, dat ze het uitdragen, ik weet niet of dat nu al gebeurt" (N-14).

Ook de leerkracht benoemt het belang van een gezonde leerlijn door het gehele schoolbeleid:

"Ik denk dat er wel meer beleid op moet worden gemaakt vanuit onze school, vanuit de vereniging zelfs wel. Hoe willen we dat onze scholen eruitzien en dat we fitte kinderen afleveren? We zijn natuurlijk veel bezig met rekenen en taal, maar gezonde voeding en bewegen hoort er ook bij. Dat zijn basisvoorwaarden om te kunnen presteren, je moet wel fit zijn" (N-16).

Voor de ontwikkeling van gezond schoolbeleid zou ook de input van ouders kunnen worden gevraagd. Belangrijk bij het betrekken van ouders is dat je ouders op verschillende momenten vraagt, niet alleen tijdens ouderavonden maar ook door het organiseren van koffie inloop momenten overdag.

Onderdeel van een 'gezonde leerlijn' zijn voor geïnterviewden ook gediplomeerde vakdocenten gym die goed weten hoe je gymlessen in kunt delen en aandacht hebben voor dat iedereen echt goed beweegt. Ook beweging tijdens de pauzes zien geïnterviewden als belangrijk.

Daarnaast wordt ook het belang van de fysieke omgeving van de school benoemd. Voorbeelden zijn deskbikes, het hebben van een grasveld voor lessen buiten, een ruim genoeg en uitdagend schoolplein, attributen, en een klimwand. De leerkracht geeft aan het gebrek aan ruimte buiten lastig te vinden. Geïnterviewden noemen hierbij 'goede voorbeelden op scholen' uit het binnen- en buitenland zoals ringen aan het plafond, een klimwand en een ren-gang.

Draagvlak

Een gezond schoolbeleid kan echter niet tot stand komen als er niet voldoende draagvlak is onder de directie, het team, de verenging waaronder de school valt, en ouders. Een leerkracht verwoordt:

"Er moet draagvlak zijn, als iedereen zegt: '[naam geïnterviewde] kan wel roepen maar we zijn al veel te druk', dan is het roepen in de woestijn en dat zie ik ook niet zitten. Ik wil wel duwen en trekken als ik iets heel graag wil en ik vind het belangrijk, maar er moet wel draagvlak zijn" (N-16).

Samenwerking

Samenwerking en met elkaar in gesprek gaan benoemen geïnterviewden in relatie tot de borging van een gezonde leefstijl. Hierboven werd de dialoog binnen de school en met ouders al genoemd. Daarnaast wordt samenwerking tussen verschillende gebieden van zorg, welzijn, onderwijs en sport genoemd. Zo geeft een jeugdverpleegkundige aan in de toekomst met scholen te willen nadenken over gezonde leefstijl binnen het schoolbeleid:

"Aan het begin van het schooljaar hebben we een contactmoment met scholen, en dat is ook wel een moment waarop we bijvoorbeeld gezonde leefstijl en beleid zoals fruitdagen kunnen bespreken. Het zou mooi zijn om dat meer te gaan doen. Ik kan eerst vragen: 'hebben jullie oog voor een gezonde leefstijl, zou je het meer kunnen toepassen en hoe? Ik zou daarin mee kunnen denken"

Daarnaast zijn verschillende stakeholders in de gemeente Nijkerk bezig met het ontwikkelen van een 'gezonde campagne' die ook media-aandacht zal krijgen. Betrokkenen naast NSG zijn gezondheidscentra, de gemeente jeugdartsen, verpleegkundigen, fysiotherapeuten, psychologen en diëtisten. Deze campagne zal zich richten op specifieke thema's, zoals het bevorderen van waterdrinken. Een geïnterviewde verwoordt dat dit proces tijd vergt:

"We zijn met veel, het is een groot onderwerp, dus het loopt wel een beetje traag. Maar er gebeurt wel wat" (N-14)

Financiering

Geïnterviewden benoemen dat continuïteit in de aandacht voor gezonde leefstijl niet kan worden geborgd als er geen continuïteit is in financiering. Dit verwoorden geïnterviewden ook als een belangrijk boodschap naar de gemeente en provincie toe:

“Ik vind dat de provincie Gelderland al veel doet aan sporten dus dat vind ik een goed initiatief. Maar er moet wel continuïteit in zitten. Je kunt een eenmalige subsidie geven, maar anders mis je het weer voor het volgende jaar. Ik denk ook dat als je zoiets als Fit@School kunt continueren, je het ook kunt verfijnen” (N-I6)

Naast continuïteit in de financiering van Fit@School, geven geïnterviewden aan dat als er een goed initiatief of idee is op het gebied van gezonde leefstijlbevordering, dat dit gefaciliteerd moet kunnen worden in de vorm van een subsidie.

3.6. Samenvatting resultaten Fit@School project Nijkerk

Achtergrond

De gemeente Nijkerk integreert als JOGG gemeente het JOGG-programma en de regeling buurtsportcoaches tot de aanpak ‘Nijkerk Sportief en Gezond’. In 2014 is de stichting Nijkerk Sportief en Gezond opgericht, deze stichting is verantwoordelijk voor de organisatie en activiteiten van de aanpak. In het Fit@School project streeft Stichting Nijkerk Sportief en Gezond (NSG) samen met basisscholen en middelbare scholen naar een gezonde en actieve leefstijl in Nijkerk. In het schooljaar 2015-2016 hebben de buurtsportcoaches van NSG uiteenlopende activiteiten georganiseerd voor leerlingen van groep 1 tot en met 8, van de eerste en tweede klas van het voortgezet onderwijs, en hun ouders. Binnen Fit@School werken de buurtsportcoaches met een ‘activiteitenmenu’: iedere deelnemende school maakt een keuze uit de activiteiten die worden aangeboden binnen de thema’s voeding, water, sporten, bewegen, fun en rondom de leerling. De buurtsportcoaches en projectleider zien flexibiliteit, aandacht hebben voor de rol van de leerkracht en het geven van handvatten voor leerkrachten, plezier in bewegen, en het creëren van extra beweegmomenten, als belangrijke uitgangspunten in het leefstijlproject op scholen.

Georganiseerde activiteiten

Rondom de thema’s voeding en waterdrinken hebben de buurtsportcoaches 15 keer les gegeven aan leerlingen over gezonde voeding, zes lessen over suiker, en zijn vijf waterdrinkweken georganiseerd. Binnen het thema sport zijn ruim 30 clinics georganiseerd door buurtsportcoaches en soms door vrijwilligers van sportverenigingen. Voorbeelden van clinics zijn: atletiek, basketbal en baltechnieken. Rondom het thema bewegen hebben op 22 scholen leerlingen van groep vijf tot en met acht deelgenomen aan de eurofittest waarmee hun fitheidsniveau werd bepaald. Ook hebben drie scholen deskbikes in de klas gehad, hebben kinderen meegedaan aan een van de zeven georganiseerde frisbeelessen en is er een keer knotshockey georganiseerd. Het thema fun bestond uit 7 georganiseerde GPS-tochten, 12 springtouw clinics, 9 circus en acrobatieklessen, 9 keer bewegingslessen met samenwerkingsspelen, en doorlopende korte beweegmomenten (energizers) in de klas. Voor het thema rondom de leerling hebben buurtsportcoaches tijdens ouderavonden op drie scholen workshops gegeven over voeding en suiker.

Bereik en waardering

Het Fit@School project is in het schooljaar 2015-2016 uitgevoerd op 15 basisscholen en 3 middelbare scholen. Daarnaast is op de overige basisscholen die niet deelnemen aan Fit@School, wel de Eurofittest gegeven in groep 5 tot en met 8. In totaal zijn circa 4500 leerlingen en hun leerkrachten bereikt. Daarnaast zijn ouders betrokken door georganiseerde ouderavonden met voedingslessen, de schoolnieuwsbrief, waterdrinkposters en via de leerlingen. Uit interviews met medewerkers van NSG en leerkrachten komt naar voren dat scholen de activiteiten van de buurtsportcoaches positief ontvangen door de ervaren tijds- en werkdruk, de buurtsportcoach als nieuw gezicht in de klas, en de flexibiliteit van de lessen. In het groeps gesprek benoemen leerlingen dat zij de activiteiten van de buurtsportcoaches positief waarderen vanwege het vernieuwende karakter van de activiteiten zoals de circus en acrobatiek les of het touwspringen, en de verhoogde concentratie tijdens het zitten op de deskbike. Kanttekeningen die in het interview met een leerkracht en het groeps gesprek met leerlingen naar voren komen zijn de miscommunicatie door verschuivingen in het personeel van NSG, te korte springtouwen, en activiteiten die al vaker op school of thuis werden gedaan. In de vragenlijst geeft gemiddeld 68% van de 256 de leerlingen aan vaker activiteiten van NSG op school te willen hebben. Voor toekomstige specifieke activiteiten rondom voeding ligt dit percentage lager, namelijk 45%. Hierin is een significant verschil te zien tussen basisschoolleerlingen en leerlingen van het middelbaar onderwijs: relatief meer basisschoolleerlingen geven aan vaker activiteiten van NSG en voedingsactiviteiten te willen hebben.

Bewustwording en effecten

Als het gaat om een groeiende mate van bewustwording en gedrag rondom een gezonde leefstijl, vinden verschillende geïnterviewden het lastig hier iets over te zeggen. Wel zien geïnterviewden diversiteit onder zowel scholen als ouders. Voor scholen is een terugkerend aspect gebrek aan tijd of de druk vanuit het onderwijsprogramma, wat het hebben van (structurele) aandacht voor een gezonde leefstijl kan bemoeilijken. De mate waarin een leerkracht persoonlijke interesse heeft in gezonde voeding en bewegen speelt hierin ook een rol. Het belang en de invloed van ouders als het gaat om gezond opgroeien wordt door verschillende geïnterviewden benadrukt, maar er is niet altijd zicht op hoe er thuis met een gezonde leefstijl wordt omgegaan. De vragenlijst onder leerlingen laat zien dat ongeveer een kwart van de 275 leerlingen iedere dag groente eet. Leerlingen van het voortgezet onderwijs eten significant vaker iedere dag groenten dan basisschoolleerlingen. Gemiddeld eet 30% van de leerlingen iedere dag fruit, meisjes significant vaker dan jongens. Wanneer er wordt gekeken naar ontbijtgedrag, zien we een significant verschil tussen leerlingen van het voortgezet onderwijs en de basisschool: gemiddeld ontbijt 85% van de basisschoolleerlingen iedere dag, onder leerlingen op het voortgezet onderwijs is dit percentage 74%. Gemiddeld drinkt 16% van de leerlingen geen of minder dan één glas zoete drank per dag, en 12% drinkt vijf of meer glazen water per dag. Als het gaat om beweging, geeft 30% van de leerlingen 275 aan de afgelopen week minimaal 60 minuten te hebben bewogen.

Ervaren effecten van het Fit@School project zijn de groeiende bewustwording van gezonde voeding, suiker en waterdrinken: zo worden lessen over deze onderwerpen als een eyeopener ervaren, en kunnen ze leiden tot gezondere keuzes door kinderen en ouders. Ook hebben de activiteiten effect op de bewustwording en het gedrag van leerkrachten: buurtsportcoaches geven hen kennis en handvatten over vernieuwende, actieve speltips en technieken voor tijdens de pauzes en (gym)lessen. Ook proberen de buurtsportcoaches

door middel van de activiteiten en gesprekken met scholen een effect te hebben op het schoolbeleid zoals het instellen van fruitdagen, maar zij hebben beperkt zicht op in hoeverre dit gebeurt.

Ervaren succesfactoren en belemmeringen

Naast het grote bereik van het scholenproject ervaren geïnterviewden van NSG de vernieuwende inhoud en diversiteit van de activiteiten en gebruikte materialen als een succespunt. Met name de activiteiten rondom voeding en water drinken worden ervaren als vernieuwend. Daarnaast ervaren de buurtsportcoaches het als positief dat zij extra beweegmomenten creëren naast de reguliere gymlessen, en dat zij ook leerkrachten betrekken door het geven van tips en handvatten. Ook benoemen de geïnterviewden de goede samenwerking met scholen als een succespunt, niet alleen vanwege het werk uit handen nemen van scholen, maar ook vanwege de kwaliteit van de activiteiten. Ervaren belemmeringen zijn moeilijkheden in het betrekken van een bredere groep ouders, het bemoeien met of aansturen op een gezonde leefstijl, het aanpassen van voedingslessen aan kleuterklassen, en het betrekken van overige partijen zoals vrijwilligers van sportverenigingen.

Borging van Fit@School

Vanaf het schooljaar 2016-2017 wordt gestart met een doorlopende leerlijn binnen Fit@School. Daarnaast wordt nog meer ingezet op het bereiken van ouders. Geïnterviewden benoemen verschillende factoren die van belang zijn om de aandacht voor gezonde leefstijl en projecten zoals Fit@School te kunnen borgen. Zo wordt gezond opgroeien door geïnterviewden gezien als een complex thema waar zo vroeg mogelijk aandacht aan moet worden besteed, en is continuïteit nodig door het inbedden van gezonde leefstijl in het schoolbeleid. Voor de inbedding van een gezonde leefstijl in het schoolbeleid is niet alleen draagvlak binnen en samenwerking met de school nodig, maar ook een fysieke omgeving waarin genoeg ruimte is om te kunnen bewegen, en de aanwezigheid van vakleerkrachten gym. Ook benoemen geïnterviewden dat de aandacht voor een gezonde leefstijl niet kan worden geborgd zonder continuïteit in financiering.

4. RESULTATEN JOGG SCHOLENAANPAK WAGENINGEN

4.1. Achtergrond aanpak Wageningen

4.1.1. Achtergrond gemeente Wageningen

Uit de regionale Kindermonitor 2013 uitgevoerd door GGD Gelderland-Midden komt naar voren dat 12% van de 5-6 jarigen in de gemeente Wageningen overgewicht heeft. De monitor laat zien dat het percentage kinderen met overgewicht toeneemt met de leeftijd. Voor kinderen in de leeftijd van 10-11 jaar is het percentage overgewicht 15%. Onder de 13-14 jarigen heeft 17% overgewicht. Kinderen met een lage sociaaleconomische status (SES) hebben een hoger risico op een ongezonde leefstijl en psychische problemen. Uit de Kindermonitor 2013 komt naar voren dat het percentage kinderen met een lage SES is in de gemeente Wageningen 12% is, dit ligt lager dan het gemiddelde percentage van 21% in de regio Gelderland-Midden. De Kindermonitor resultaten laten zien dat kinderen met een lagere SES vaker geen lid zijn van een sportclub, en dat zij vaker meer dan twee uur per dag op een scherm spelen zoals gamen of televisie kijken. Kinderen met een hoge SES bewegen relatief vaker minder dan zeven uur per week dan kinderen met een lagere SES.

Start JOGG-Wageningen

In de gemeente Wageningen is de laatste jaren ingezet op bevorderen van een gezonde leefstijl onder de Wageningse populatie, onder andere door het organiseren van beweegactiviteiten in de wijk, de inzet van buurtsportcoaches, en preventieprogramma's overgewicht in het kader van integrale jeugdzorg. Om een extra impuls te geven aan het verminderen en tegengaan van overgewicht onder jongeren in de leeftijd van 0-19 jaar door middel van een integrale aanpak, is Wageningen in de zomer van 2015 toegetreden als JOGG gemeente. Op 22 april 2016 vond tijdens de Koningsspelen op een van de basisscholen de officiële kick-off van JOGG-Wageningen plaats.

Speerpunten

Het plan van aanpak van JOGG-Wageningen dat in maart 2016 is gepresenteerd, beschrijft de belangrijkste uitgangspunten voor de gemeentelijke JOGG-aanpak. Zo is een van de speerpunten om gebruik te maken van wat er al is: bestaande interventies op het gebied van gezondheid, gezonde voeding en bewegen worden nog beter met elkaar verbonden en versterkt. Ook ziet JOGG-Wageningen het van belang om van incidentele activiteiten naar samenhangende interventies toe te werken. Daarnaast wordt aandacht besteedt aan het bereiken van het systeem rondom het kind zoals familie, scholen en sportverenigingen.

Focus en doelstelling

Binnen JOGG-Wageningen is gekozen om de focus te leggen op de jeugd in de leeftijd van 0-12 jaar uit wijken met een lage sociaaleconomische status. De twee wijken de Nude en Midden komen naar voren als wijken waarin kinderen minder vaak een gezond gewicht hebben en minder vaak lid zijn van een sportvereniging. In deze wijken zijn al verschillende maatschappelijke organisaties actief zoals Solidez, wordt er actief gewerkt met buurtsportcoaches van Sportservice Wageningen, en bestaan er huizen van de Wijk. Bij deze bestaande initiatieven kan worden aangesloten. De doelstelling van JOGG-Wageningen is in

het plan van aanpak als volgt geformuleerd: *“Het percentage kinderen in de JOGG-wijken in de leeftijd 0 tot 12 jaar met gezond gewicht is in 2018 toegenomen, en tegelijkertijd is het verschil tussen het gemiddelde gezond gewicht in JOGG-wijken en het Wageningse gemiddelde verkleind”*.

Belangrijk bij deze doelstelling is dat kinderen in de JOGG-wijken gezonder gaan eten en meer gaan bewegen, en dat er bij het stimuleren van een gezonde leefstijl aandacht is voor het systeem rondom het kind. Om de doelstelling te bereiken zijn verschillende korte, middellange en lange termijn doelstellingen geformuleerd op de niveaus van de doelgroep, het systeem rondom het kind, en het JOGG-programma.

Organisatie

Bij de JOGG-beweging in Wageningen zijn uiteenlopende partijen betrokken die een bijdrage leveren. In 2015-2016 is een brede integrale structuur opgezet bestaande uit een stuurgroep, projectgroepen, werkgroep, en JOGG-regisseur vanuit de gemeente als verbindende schakel tussen de verschillende maatschappelijke, zorg, sport, gemeentelijke en private partners. Voorbeelden van werkgroepen zijn ‘voeding en bewegen’, ‘verbinding preventie en zorg’, en ‘monitoring en evaluatie’. In de organisatie wordt zoveel mogelijk aangesloten bij bestaande overlegsituaties in de gemeente Wageningen.

4.1.2. Achtergrond JOGG scholenaanpak Wageningen

In Wageningen wordt het scholenproject niet als ‘Fit@School’ gecommuniceerd. Geïnterviewden geven aan dat op verschillende scholen al programma’s actief zijn zoals ‘Be Fit’ of ‘Lekker Fit’. Daarnaast is de belangrijkste uitvoerende organisatie van de aanpak in Wageningen, Sportservice Wageningen (SSW), al verschillende jaren actief binnen de wijken. Geïnterviewden geven aan met de start van Wageningen als JOGG gemeente graag bestaande initiatieven te willen verbinden en versterken. Mede daarom is gekozen om het project niet als apart project te communiceren naar scholen en overige partners. Omdat het een deelproject op scholen betreft, wordt in het kader van dit monitor onderzoek gesproken over de JOGG scholenaanpak.

Doelgroep en doelstelling

De vier basisscholen binnen de twee ‘JOGG-wijken’ vormen de doelgroep van de Wageningse scholenaanpak. Het belangrijkste doel van de aanpak dat uit de interviews naar voren komt zijn het verkleinen van sociaaleconomische gezondheidsverschillen door structurele aandacht voor leefstijl binnen het beleid van scholen:

“Je wilt natuurlijk dat er een gezond beleid wordt geformuleerd op scholen en dat ze er structureel aandacht aan besteden. Dus gezondheidseducatie in de breedste zin van het woord. Waar we met JOGG ook vooral op inzetten is beweging en voeding. Het zou mooi zijn als ze als kers op de taart het gezonde schoolvignet kregen” (W-I1).

Proces

In de opstartfase van JOGG-Wageningen heeft de JOGG-regisseur met alle scholen in Wageningen een kennismakingsgesprek gevoerd. De insteek was een open, persoonlijk gesprek met de directie waarin de speerpunten van de school werden verkend, en waar met JOGG-Wageningen op kon worden ‘aangehaakt’:

“We willen graag verbinden en versterken. Ik vroeg: ‘wat doen jullie als school al?’ En: ‘Waar is jullie school goed in?’ Niet alleen in het kader van JOGG, maar ook breder. Gewoon heel open het gesprek ingaan. En vooral met de scholen in de JOGG-wijken heb ik gekeken: waar liggen hier nu haakjes of extra dingen waar Sportservice Wageningen op kan inhaken?” (W-I1).

Na deze gesprekken zijn de buurtsportcoaches van Sportservice Wageningen (SSW) naar de vier JOGG-scholen gegaan om met hen verder in te gaan met bovengenoemde ‘haakjes’, en om te kijken waar de behoefte ligt: wat kan er tot het eind van het schooljaar 2015-2016 nog worden gedaan vanuit de JOGG-scholenaanpak, en waar ligt de behoefte van scholen ook voor volgend jaar?

Focus en speerpunten

Uit de interviews met de buurtsportcoaches en de JOGG-regisseur komen verschillende speerpunten van de scholenaanpak naar voren: vraaggerichtheid, faciliteren, beleid, en relatie.

Ten eerste wordt de vraaggerichtheid en het verbindende karakter van de aanpak benadrukt. Geïnterviewden willen dat JOGG en de scholenaanpak niet worden gecommuniceerd als iets nieuw ‘aanbodgerichts’. De nadruk ligt daarentegen op waar de behoefte van de scholen ligt: waar willen zij bijvoorbeeld graag dat Sportservice Wageningen met hen over meedenkt en op kan inspelen, wat voor ‘hulpvragen’ hebben ze, waar zijn ze al mee bezig op het gebied van gezonde voeding en beweging?

Daarnaast geven de buurtsportcoaches aan dat ze willen ‘meedenken’ met scholen en willen ‘faciliteren’. Een voorbeeld is een lentefeest waar scholen ook graag sportaanbieders bij willen hebben, of het organiseren van de koningsspelen. De buurtsportcoaches zien hun rol als organisatie hierin niet zozeer in de uitvoering zoals het geven van clinics, het is daarentegen belangrijk dat scholen en ouders het zelf gaan doen en contacten leggen:

“Wij geven bij de scholen aan: ‘mochten jullie nog ergens hulp of ondersteuning bij nodig hebben dan zijn wij er gerust.’ Maar we zijn geen evenementenkantoor die het wel weer organiseert. We willen meedenken, maar we willen uiteindelijk dat een groepje docenten of ouders het gaat doen” (W-I3).

“We kunnen wel heel gemakkelijk zeggen: we gaan dat doen, maar het is juist de bedoeling dat ze het zoveel mogelijk zelf gaan doen. Als wij contactgegevens geven van de sporten die ze graag willen zien, kunnen ze die mensen zelf wel bellen” (W-I2).

Naast het faciliteren heeft SSW zelf ook een activiteitsaanbod, waar later bij de beschrijving van de activiteiten op wordt ingegaan.

Een volgend speerpunt is het belang van vaste structuren en de inbedding in beleid. Geïnterviewden geven aan dat het belangrijk is dat gezondheid in het systeem van scholen komt, in hun beleid en dat ‘ze stapjes maken’:

“We werken vanuit het systeem, wat inhoudt dat als je bijvoorbeeld met een directeur in gesprek gaat, je kijkt: wat wordt er al gedaan, wat kan er nog gedaan worden? En hoe ze dat dan ook structureel binnen het beleid gaan krijgen. Dus bijvoorbeeld een gezond trakatiebeleid of smaaklessen. En dat we niet bijvoorbeeld een drinkposter ophangen, uitleggen hoe het werkt en weer weggaan.” (W-I2).

Een ander speerpunt is het inzetten op een goede persoonlijke relatie met scholen en overige partners, een punt dat raakt aan het vraaggerichte karakter van de aanpak:

“We zitten heel erg op de relatie, en als die relatie er is dan hoop je dat de praktische en zakelijke kant eruit voortvloeit. Het is belangrijk dat je elkaar begrijpt, en dat je niet van boven iets oplegt van: ‘dit hebben we als aanbod, die er iets mee’ Zo werkt het gewoon niet” (W-I1).

Met betrekking tot de focus van de aanpak geven de buurtsportcoaches aan dat deze voor de start van JOGG-Wageningen vooral lag bij de thema's sporten en bewegen. Met de start van JOGG zijn zij zich de laatste periode ook meer gaan toespitsen op de gebieden voeding en waterdrinken.

Samenwerking

Naast de scholen werkt SSW samen met andere organisaties in de scholenaanpak. Een partner is de welzijnsorganisatie Solidez. Samen organiseren zij al meerdere jaren een aantal activiteiten, en daarnaast heeft de coördinator sportbuurtwerk van Solidez contacten met de huizen van de wijk en bereiken zij de kinderen thuis. De insteek is dat de coördinator van Solidez 'voelsprietten heeft' en de buurtsportcoaches van SSW het aanbod faciliteren. Een buurtsportcoach en de coördinator vertellen hierover:

“Als er een vraag is, dan proberen wij daarop in te spelen. Als er iemand bij [naam coördinator] aanklopt van: ‘ik ben op zoek naar een sport maar ik kan het niet vinden’, dan klopt [naam coördinator] weer bij ons aan. Wij hebben een heel netwerk van sportaanbieders” (W-I2).

“Ik zit echt in de wijk, ik bereik vaak de kinderen ook thuis als het nodig is. Er komen vaak vragen van: ‘ik zou graag willen hockeyen’. Dan kan ik SSW vragen: ‘kun je kijken vanuit jouw contacten of je een hockeyvereniging kunt uitnodigen om een clinic te geven in de wijk?’” (W-I4).

Daarnaast nemen buurtsportcoaches van SSW deel aan de JOGG-Wageningen werkgroep 'Voeding en Bewegen', waarin sinds het voorjaar van 2016 diverse partners onder andere de JOGG-beweegagenda en voedingsagenda voor de gemeente samenstellen en coördineren. Door deze agenda's worden beweeg- en voedingsactiviteiten georganiseerd en initiatieven versterkt, en wordt een gezonde leefstijl actief bevorderd. Dit betekent dat individuen en partijen worden uitgenodigd een concrete bijdrage te leveren, zodat kinderen en jongeren in Wageningen een uur (extra) kunnen bewegen, sporten en/of de gelegenheid

krijgen fruit en groente te eten en water te drinken. Ook richt deze werkgroep zich op het betrekken van ouders bij JOGG-Wageningen en het organiseren van activiteiten speciaal voor deze doelgroep.

Met betrekking tot de samenwerking met de gemeente Nijkerk in de ontwikkeling en uitvoering van het project, geven de geïnterviewden aan dat ze besloten hebben dat iedere gemeente een eigen visie op de aanpak had, en een andere tijdsplanning:

“Eerst zaten we nog van: we willen het heel erg gelijk met Nijkerk doen, dus wat doen zij en wat kunnen wij doen? We kwamen al snel tot de conclusie dat ieder zijn eigen aanpak heeft, wij hebben weer een andere visie erop. We willen allemaal iets met voeding, bewegen en gezondheid maar wel ieder zijn eigen aanpak want zij liepen al veel verder voor qua plan en activiteiten. Wij willen dat het uiteindelijk in het beleid van een school komt of dat zij het zelf gaan dragen” (W-13).

4.2. Activiteiten JOGG scholenaanpak Wageningen

Deze paragraaf geeft een overzicht van de georganiseerde activiteiten, de doelgroep en aantallen die zijn bereikt, en hoe verschillende betrokkenen de activiteiten waarderen.

4.2.1. Georganiseerde activiteiten

Vanaf de start van de financiering van Nijkerk en Wageningen Samen gezond in februari 2015, zijn er in Wageningen uiteenlopende activiteiten op scholen georganiseerd. In het schooljaar 2014-2015 stonden deze activiteiten nog los van JOGG.

Schooljaar 2014-2015

Gelders Goud

In het laatste deel van het schooljaar 2014-2015 heeft voor groep 7/8 van openbare basisschool de Nude het project ‘Gelders Goud’ plaatsgevonden. Het project duurde enkele maanden waarbij sportservice Wageningen samenwerkte met de Gelderse Sportfederatie en TV Gelderland. Het doel van dit project was om in achterstandswijken waar de sportparticipatie van kinderen lager ligt, kinderen te stimuleren om verschillende sporten uit te proberen en uiteindelijk lid te worden van een vereniging. Een buurtsportcoach vertelt:

“De kinderen kregen speciale lessen over bewegen, topsport en alles daaromheen. En wij hebben ervoor gezorgd dat de kinderen uit groepen 7 en 8 tijdens het reguliere onderwijs naar de locaties of verenigingen te gaan om daar verschillende aandachtssporten vanuit de Gelderse Sportfederatie uit te proberen. Afsluitend hebben we een sportdag op Papendal gehad” (W-13).

De bovengenoemde aandachtssporten waren: paardrijden, mountainbiken, tennis, judo, atletiek en volleybal. Binnen het project zijn kinderen ook geïnterviewd over hun thuissituatie en wat sport voor hen betekent. Hierover is uiteindelijk door TV Gelderland een serie gemaakt.

Sportmarkt

Op SBO de Dijk is aan het eind van het schooljaar tijdens de avond met rapportgesprekken een sportmarkt georganiseerd. SSW had als doel om bestaande sportfondsen uit de regio bij ouders bekend te maken, zoals het 'ik doe mee fonds' dat gericht is op ouders met een lager inkomen. Daarnaast waren verschillende sportverenigingen met een speciaal sportaanbod aanwezig voor de kinderen, zodat ouders konden zien hoe het was om hun kind in beweging te zien. Dit leidde tot aanmeldingen voor sportverenigingen:

“Veel ouders zijn ook in gesprek gegaan met die verenigingen en vanuit daar zijn er wel een aantal kinderen naar proeflessen geweest, bijvoorbeeld een aantal naar dansen en naar atletiek” (W-I2).

Schoolsportolympiade

In juni is de schoolsportolympiade georganiseerd: een sportdag voor alle Wageningse basisscholen op grote sportvelden. De leerlingen konden van tevoren vier sporten uitkiezen, en tijdens de sportdag maakten ze in sportrondes kennis met de verschillende sportaanbieders. Aan deze olympiade deden circa 1000 kinderen mee en daarnaast waren 35 sportorganisaties en 200 vrijwilligers aanwezig. Na de Olympiade hebben de kinderen een strippenkaart meegekregen, waarmee ze één keer gratis konden sporten bij de deelnemende aanbieders. Het doel hiervan was om de kinderen lid te laten worden van een lokale sportorganisatie.

Kids Actief Kamp

In de eerste week van de zomervakantie heeft SSW in samenwerking met Sportfondsen zwembad de Bongerd en Solidez, het Kids Actief Kamp georganiseerd. Dit is een driedaags kamp met een overnachting voor kinderen van 7 tot en met 12 uit met name de lage SES wijken. Sportservice Wageningen was onder meer verantwoordelijk voor de inhoud van het programma, de sportieve activiteiten en het contact met sportaanbieders. Aan dit kamp deden in totaal 124 kinderen mee, waarvan 66% woonachtig in Wageningen.

Schooljaar 2015-2016

In het schooljaar 2015-2016, met de opstart van JOGG-Wageningen, heeft SSW verschillende activiteiten voortgezet en zijn nieuwe activiteiten georganiseerd (tabel 15). Deze activiteiten worden hieronder verder beschreven.

Tabel 15: Activiteiten Wageningen eerste helft 2016, per school (bron: SSW)

Activiteiten JOGG scholenaanpak Wageningen eerste helft 2016		
Ireneschool Gezonde ochtend	Aantal kinderen	90
	Aantal sportaanbieders	2
	Workshop voeding	1
Tarthorst Pauzesportkaarten	Aantal kinderen workshop gebruik kaarten	18
	Aantal kinderen demo pauzesport	35
	Keuzecursus	Aantal sportaanbieders
	Aantal kinderen	16
SBO de Dijk Gezonde middag	Aantal kinderen	91
	Aantal sportaanbieders	0

	Aantal workshops voeding	1
OBS de Nude		
<i>Koningsspelen/JOGG Kick-off</i>	Aantal kinderen	130
	Aantal sportaanbieders	3

Pauzesportkaarten

In samenwerking met Sportservice Wageningen zijn op OBS de Tarthorst pauzesportkaarten geïntroduceerd. De insteek van de pauzesportkaarten is om kinderen in korte tijd veel te laten bewegen, zonder dat het veel tijd kost om spelmaterialen klaar te zetten. Een aantal leerlingen van groep 7/8 zetten iedere week de spellen voor de pauze klaar, en geven de overige leerlingen uitleg over de spellen die zij die dag kunnen kiezen. SSW heeft leerlingen van groep 7/8 uitleg gegeven over de pauzesportkaarten en hen handvatten gegeven hoe deze te gebruiken. Daarnaast is SSW bij de aftrap van de pauzesport aanwezig geweest. De pauzesporten zijn divers en worden aangepast aan de leeftijd van de leerlingen. Een leerkracht vertelt over de pauzesporten:

“We hebben een map gekregen met spelletjes die je bijvoorbeeld groep 3 tot en met 5 op deze manier aanbiedt en in groep 6 tot en met 8 net wat moeilijker. We hebben een spin, dat is een bal met zes armen, en daar doen ze werpspellen mee. Maar ook heel simpel zoals handbal, we hebben een basketbalnet, voetbal met verschillende varianten” (W-17).

Keuzecursus

Op OBS de Tarthorst heeft SSW in het kader van keuzecursussen twee sportieve cursussen georganiseerd: kickboksen en basketbal. Lokale sportaanbieders hebben drie weken deze cursussen gegeven:

“Een keer in de zoveel tijd hebben we drie weken dat we in de boven en middenbouw allerlei activiteiten aanbieden op cultureel, sportief en creatief vlak. De laatste twee keren heeft SSW voor een sportieve activiteit gezorgd. SSW verzorgt dan de contacten met de sportvereniging dat aanbiedt” (W-17).

Koningsspelen/JOGG kick-off

Op 22 april 2016 vond de kick-off van JOGG-Wageningen plaats op OBS de Nude. Deze kick-off vormde tevens de start van de koningsspelen op de school. SSW heeft meegeholpen met een sportieve invulling van deze dag. De koningsspelen bestonden uit verschillende sportrondes: kickboksen, tennis, een stormbaan en dans. De sportrondes werden verzorgd door lokale sportaanbieders.

Gezonde ochtend/middag

Op twee basisscholen is een gezonde ochtend of middag georganiseerd. Het doel van deze activiteit was om beweging te stimuleren en de kennis en vaardigheden van kinderen op het gebied van gezonde voeding te vergroten. De activiteit bestond uit negen onderdelen: een workshop voeding, bootcamp, touwtrekken & zaklopen, stormbaan, pannakooi, knotshockey, memory, en een ballonnenspel. SSW heeft met de scholen meegedacht in de activiteiten en verzorgde materialen zoals een pannakooi en stormbaan. Solidez hielp mee in de bemanning van de onderdelen. Twee voedingsdeskundigen van de JOGG-werkgroep verzorgden de workshop gezonde voeding waar kinderen aan de slag gingen met het maken van gezonde wraps en sandwiches.

Doorlopend

Pleintjessport

Om het sporten in de wijk te stimuleren wordt iedere week na schooltijd een sportuurtje of 'pleintjessport' georganiseerd met uiteenlopende sporten. De ene maand vindt het sportuurtje in de wijk de Nude plaats, de andere maand in de wijk Midden. Per week nemen gemiddeld 15-20 kinderen deel. Een leerkracht geeft aan dat ouders ook wel eens deelnemen:

"Iedere week zetten ze spelletjes uit. En dat doen ze de ene maand in deze wijk en de andere maand in de andere wijk. Alles staat klaar, de kinderen komen uit school en dan staat er iemand van SSW bij om te motiveren en mee te doen. Soms doen ook zelfs ouders mee want die komen hun kind ophalen en dan blijven ze even" (W-16).

Clinics

Gedurende het hele schooljaar heeft SSW contacten met sportaanbieders en organiseren zij clinics. Deze clinics worden gegeven door lokale sportaanbieders en vinden meestal plaats onder de reguliere gymlessen van scholen.

"SSW regelt dat en zegt tegen ons: ik heb een aanbieder die wel clinics wil komen geven, staan jullie daar voor open? Ik weet dat groep 3/4 een leuke basketbalclinic heeft gedaan en groep 4/5 een leuke tennisclinic" (W-16).

Sportinstuif

In samenwerking met Solidez zijn in 2015 maandelijkse sportinstuiven georganiseerd. De insteek van de sportinstuif is om het kennismaken met verschillende sporten. Per maand namen gemiddeld 20 kinderen deel. Naast de kinderen die meededen aan de sportinstuiven zijn ook de ouders/verzorgers en de buitenschoolse opvang bereikt. Op deze manier maakten ze kennis met Sportservice Wageningen, elkaar, de gymzaal en de materialen die daar aanwezig zijn.

Sportpas Wageningen

Het sportpas project beoogt om alle kinderen van 6-12 jaar kennis te laten maken met verschillende sporten en de lokale sportaanbieders. Met de sportpas kunnen kinderen vier keer gratis meedoen bij een sportvereniging, de deelnemende verenigingen staan vermeldt in de sportpasgids. Om te stimuleren dat kinderen gebruik gaan maken van het sportpasaanbod, organiseren de aangesloten sportaanbieders tijdens de gymlessen clinics. De sportaanbieders hebben de volgende clinics georganiseerd: korfbal, basketbal, hockey, atletiek, judo, tennis, tafeltennis, atletiek, rugby en volleybal. In totaal hebben in 2015 71 kinderen via de Sportpas een kennismakingstraining gevolgd. Uiteindelijk zijn er minimaal 4 kinderen lid geworden naar aanleiding van de kennismakingstrainingen.

Beweegladder

Sinds februari 2015 brengt SSW iedere maand een beweegladder uit in Wageningen. Dit is een flyer waarop het totale sport- & beweegaanbod voor de jeugd in Wageningen staat vermeldt. Activiteiten van Sportservice Wageningen, Solidez, en sportaanbieders worden op deze manier kenbaar gemaakt. Ook staat er in het kader van JOGG iedere maand een gezonde traktatie op. De beweegladder wordt op 11 van de 13 basisscholen op papier uitgedeeld. Op de overige scholen staat de beweegladder online vermeld in de schoolnieuwsbrief.

Diversen

Naast bovenstaande activiteiten hebben de sportcoaches van sportservice Wageningen net als de buurtsportcoaches van Nijkerk Sportief een Gezond een sportkanjertraining gevolgd van drie middagen. Deze training was gericht op het vergroten van het groepsgevoel en het zelfvertrouwen van kinderen, en om te gaan met conflicten. Daarnaast is SSW het laatste deel van het schooljaar 2015-2016 met de directie en een aantal leerkrachten van scholen in gesprek geweest over mogelijke activiteiten voor komend schooljaar, zoals het introduceren van smaaklessen over gezonde voeding, en het stimuleren van een schoolmoestuin.

4.2.2. Bereik

Bereik van leerlingen

De buurtsportcoaches van SSW geven aan dat zij vooral werken op vier JOGG-basisscholen: OBS de Nude (vanaf september 2016 is de naam veranderd in OBS de Wereld), OBS de Tarthorst, SBO de Dijk, en de Ireneschool. Daarnaast vinden er activiteiten plaats voor alle basisscholen van de gemeente Wageningen, zoals de schoolsportolympiade, en worden de sportpas en de beweegladder op alle basisscholen in Wageningen uitgedeeld.

Betrekken van ouders

Naast leerlingen, worden ook leerkrachten en ouders betrokken bij de activiteiten. Zoals paragraaf 4.2.1. liet zien, hebben ouders ook deelgenomen aan bijvoorbeeld de pleintjessporten, de sportmarkt en sportinstuiven. De gesprekjes met ouders over gezond opgroeien en activiteiten op het gebied van voeding en beweging op school en in de wijk, laten zien dat zij vrijwel allemaal op de hoogte zijn van de pleintjessporten en de beweegladder:

“Qua activiteiten heb je hier op donderdag het sportuurtje op het schoolplein, en we krijgen ook iedere maand de beweegladder. Onze kinderen doen niet vaak mee aan die activiteiten want ze hebben al andere sporten. De zwemles van mijn dochter valt bijvoorbeeld altijd samen met dat sportuurtje. Ook gaan mijn kinderen al naar de BSO” (W-ouder 2).

“Qua activiteiten is er op donderdagmiddag na school pleintjessport georganiseerd door sportservice Wageningen, mijn kinderen doen daar ook aan mee. Ik blijf ook altijd kijken en mijn kinderen in de gaten houden want ze zijn nogal actief. Er zijn ook een paar andere ouders die komen kijken, het zijn vaak ook dezelfde ouders” (W-ouder 4).

Uit bovenstaande quotes komt naar voren dat hoewel de ouders op de hoogte zijn van met name de pleintjessport en de beweegladder, hun kinderen niet altijd meedoen aan de activiteiten van SSW. De genoemde reden hiervoor zijn andere sport- en buitenactiviteiten van hun kinderen, zoals zwemles, ballet, paardrijden, atletiek en scouting. In tegenstelling tot de georganiseerde activiteiten in de wijk, geeft slechts een enkele ouder aan op de hoogte te zijn van Wageningen als JOGG gemeente en de JOGG kick-off die samenviel met de koningsspelen op de school van hun kinderen.

Ook leerkrachten benoemen dat zij ouders betrekken bij het gezonde schoolbeleid, de beweegladder, en sporten in de wijk:

“Wij betrekken ouders natuurlijk al in ons gezonde traktatiebeleid, en tien uurtjes beleid van: ‘we willen dat het gezond is’. Daarnaast proberen wij door de beweegladder aan te bieden, ouders bewust te maken van waaraan kinderen kunnen deelnemen zonder zich voor een dure sportclub in te schrijven” (W-17).

4.2.3. Waardering activiteiten

Hoe worden de activiteiten op scholen ontvangen door de leerlingen, ouders, schooldirectie en leerkrachten? De volgende paragraaf gaat hierop in, waarbij gebruik wordt gemaakt van zowel de interviews met buurtsportcoaches, leerkrachten en de directie, de gesprekjes met ouders, als de kwantitatieve vragenlijst onder leerlingen.

Waardering door leerlingen

Zowel ouders als leerkrachten en de directie geven aan dat leerlingen activiteiten zoals de pleintjessporten en de clinics erg leuk vinden. De buurtsportcoaches geven aan verschil te zien in populariteit van sporten bij de sportinstuif. Vernieuwende sporten of instuiven met een thema worden beter bezocht:

“Het is ons opgevallen dat als je dingen organiseert als klimmen, dat het heel populair is met zo'n 40 kinderen die meedoen. Maar als we gewoon sportinstuif deden in de gymzaal zonder een bepaald thema of een hip iets eraan dan bleef het een beetje uit en had je vijf kinderen” (W-12).

Daarnaast benoemt een leerkracht het vrijblijvende en laagdrempelige karakter van de pleintjessport en het enthousiasme van de buurtsportcoaches als aspecten die positief worden gewaardeerd:

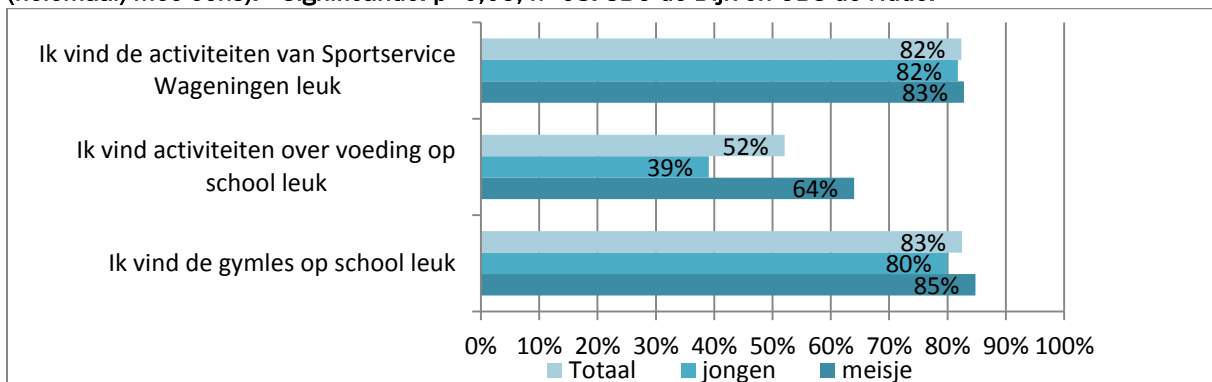
“Ik vind het goed bezocht, het is spontaan niks moet alles mag dus dat ziet er heel leuk uit. Ze zetten wel wat uit, bijvoorbeeld tennisnetjes. Maar als je geen zin hebt dan doe je niet mee. En als je na een kwartiertje weg wil dan ga je weg. Ik denk dat het heel laagdrempelig is en de mensen van SSW doen dat heel vrolijk en vriendelijk en vol enthousiasme en dat werkt” (W-16).

Ook wordt in de interviews het wisselende karakter van de activiteiten benoemd als een positief punt.

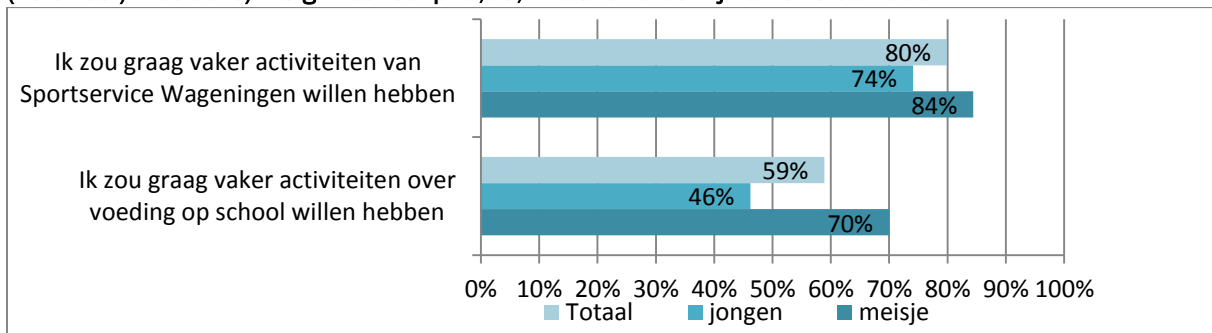
Wat geven leerlingen zelf aan in de vragenlijst over activiteiten op het gebied van bewegen en voeding? 82% van 68 de leerlingen geeft aan de sport- en beweegactiviteiten van Sportservice Wageningen leuk te vinden zoals de schoolsport olympiade, gastgymles door een sportvereniging, pleintjessport en keuzecursus. Voor de reguliere gymles ligt dit percentage vrijwel gelijk. De resultaten laten zien dat ongeveer de helft van de leerlingen activiteiten over voeding op school leuk vindt, zoals lessen over voeding, smaaklessen, de schoolmoestuin of een waterdrinkweek. Hier zijn geen significante verschillen tussen jongens en meisjes gevonden (tabel 16).

Willen leerlingen in de toekomst graag vaker activiteiten van Sportservice Wageningen? Gemiddeld geeft 80% van de leerlingen aan het (helemaal) eens te zijn met deze stelling. Voor activiteiten op het gebied van voeding ligt dit percentage wat lager: rond de 60% (tabel 17).

Tabel 16: mening van leerlingen in Wageningen over georganiseerde activiteiten, uitgesplitst naar sekse (% (helemaal) mee eens). *Significantie: $p < 0,05$, $n=68$: SBO de Dijk en OBS de Nude.



Tabel 17: mening van leerlingen in Wageningen over toekomstige activiteiten, uitgesplitst naar sekse (% (helemaal) mee eens). *Significantie: $p < 0,05$, $n=68$: SBO de Dijk en OBS de Nude.



Waardering door de school

Uit de interviews met de directie en leerkrachten komen verschillende positief gewaardeerde aspecten over de georganiseerde activiteiten naar voren. Ten eerste geven scholen aan het fijn te vinden dat activiteiten zoals de pleintjessport in de wijk plaatsvinden, dichtbij waar de kinderen wonen en hun dagelijks leven zich afspeelt. Op deze manier zijn kinderen in de 'aandachtswijken' toch in beweging, ook zonder lid te zijn van een sportvereniging:

"Ik ben heel blij met SSW, onze kinderen moeten veel bewegen en hebben vaak geen geld om naar een sportvereniging toe te gaan het blijkt dat ze slecht de wijk uit komen. Dan denk ik: kom maar hier naartoe en ga met de kinderen aan de slag" (W-15).

Ook wordt het verbindende of 'samenbrengende' karakter van activiteiten positief ontvangen. Door activiteiten als clinics en de schoolsportolympiade maken leerlingen kennis met uiteenlopende sporten en hun aanbieders:

"SSW kan veel in het bewegen betekenen. Zij organiseren de sportolympiade, dat is hartstikke leuk en zo goed, en dan met alle verenigingen. Dat is heel mooi wat ze doen, ze brengen alle verenigingen samen met de kinderen. Dat mes snijdt aan alle kanten" (W-15).

"De koppeling van hun naar de plaatselijke sport is erg fijn. De korfbalvereniging heeft door contact te leggen met SSW bijvoorbeeld ook de middenbouw lessen gegeven" (W-17)

De leerkrachten en directie geven aan het belangrijk te vinden dat hun leerlingen veel bewegen. Allen geven zij aan de vakleerkracht gym te missen: vakleerkrachten zijn bijvoorbeeld beter in staat aan de gymles een goede opbouw te geven en vernieuwende oefeningen aan te bieden. De activiteiten die gefaciliteerd worden door SSW zoals de clinics, zorgen voor deze afwisseling en deskundigheid.

Naast de activiteiten uit de scholen zich positief over de samenwerking met SSW. Geïnterviewden geven aan het fijn te vinden dat SSW meedenkt over nieuwe activiteiten op school op het gebied van bewegen en voeding. Ook wordt het gewaardeerd dat SSW het voortouw neemt met bijvoorbeeld het kiezen van verschillende sporten met koningsspelen, en een deel van de organisatie uit handen te nemen. Het contact wordt beschreven als 'laagdrempelig', en 'het elkaar makkelijk weten te vinden'. Ook wordt het hebben van een vast contactpersoon beschreven als prettig.

In de interviews met scholen komen ook enkele punten naar voren die zij graag anders of meer zouden willen zien. Zo wordt benoemd dat het belangrijk is om te blijven 'investeren' in de continuïteit van de activiteiten en samenwerking zoals de pleintjessport:

"Het pleintjessporten gaat goed op zich maar is nog te minimaal. Want nu komen ze [SSW] even weer een aantal donderdagen niet, en dan is de loop er weer uit. Dus dan denk ik: je moet investeren. Je moet het samen doen" (W-15).

Ook noemen geïnterviewden van de scholen dat SSW te weinig uur tot haar beschikking heeft: graag zouden ze bijvoorbeeld nog meer clinics en activiteiten in wijk willen. Gezien het karakter van de wijk waarin veel kinderen de wijk niet uitkomen, de minimale uren gym en het missen van een vakdocent gym, zien zij het als belangrijk dat veel activiteiten dichtbij de kinderen plaatsvinden.

Waardering door ouders

In de gesprekken geven verschillende ouders aan het belangrijk te vinden dat hun kind buiten sport. De pleintjessporten bieden hiervoor een goede mogelijkheid. Van de gesproken ouders deden echter weinig kinderen mee aan de activiteiten van SSW buiten schooltijd. Genoemde redenen hiervoor zijn overige sportactiviteiten en verenigingen waar hun kinderen aan meedoen.

Waardering Sportkanjertraining

De buurtsportcoaches geven over de sportkanjertraining die zij hebben gevolgd aan dat het niet duidelijk is hoe de inhoud van de training in het scholenproject kan worden gepast. Veel scholen hebben al hun eigen didactische middelen en methoden. Een buurtsportcoach geeft aan:

“Het was ook meer een didactisch middel voor leerkrachten dan dat wij daar als sportservice iets mee kunnen doen. Het zou iets moois kunnen zijn, maar heel veel hebben al hun eigen methoden. De gewone kanjertraining bestaat ook al, daar werken scholen ook al wel mee” (W-13).

De buurtsportcoaches geven aan dat de training wel bruikbaar was voor hun eigen lesgeven: *“Je kijkt ook wel weer misschien anders naar je leerlingen en je klas in totaal” (W-12).*

4.3. Effecten van de JOGG-Wageningen scholenaanpak

Betrokkenen bij de opzet en uitvoering van de activiteiten geven aan het lastig te vinden om specifieke effecten van het JOGG deelproject op scholen te benoemen. Organisaties als Sportservice Wageningen en Solidez zijn al verschillende jaren actief in de wijken en hebben al jarenlang contacten met scholen. Wel is in de interviews besproken wat betrokkenen om zich heen zien en ervaren als het gaat om bewustzijn en gedrag ten opzichte van een gezonde leefstijl, en of zij hierin veranderingen ervaren.

4.3.1. Bewustwording van een gezonde leefstijl

Gezonde leefstijl op school

De buurtsportcoaches geven aan dat zij verschillen zien in de mate waarin scholen structureel aandacht besteden aan een gezonde leefstijl en hier voor open staan. Zij geven aan dat ‘het niet bij een sportdag moet blijven’, maar dat het ook onderdeel moet gaan worden van het beleid. Sommige scholen zijn aan het nadenken over smaaklessen, en het stimuleren van de schoolmoestuin. De twee geïnterviewde scholen laten verschillende manieren zien waarop aandacht voor gezond opgroeien is ingebed in het beleid. Op het gebied van voeding hebben beide scholen sinds een paar jaar het beleid van een ‘gezond tienuurtje’. Voor de kleuterklassen houdt dit in dat alleen groente of fruit mee mag worden genomen. Voor de klassen daarboven mag dit na het eten van groente of fruit ook een boterham zijn. Omdat het soms lastig kan zijn om te bepalen wat gezond is, mogen koeken niet worden meegenomen:

“Dat is een lastige, want hoe bepaal je wat gezond is? Een liga is al discutabel. Wat voor soort koek ook, het is niet geoorloofd. Een gezonde boterham is ook lastig, pindakaas is wel gezond. Desnoods moet je het daar met kinderen over hebben wat een gezonde boterham is” (W-15).

Daarnaast is een gezond traktatiebeleid ingesteld op beide scholen, welke ook wordt gecommuniceerd naar ouders door middel van de schoolniewsbrief en een gezond traktatieboekje met tips:

“We geven ouders door dat twee weken voordat het kind jarig is, ze met bij de juffen en meesters een gezond traktatieboekje kunnen halen. Die wordt dan gekozen en uitgedeeld. Ongezonde traktaties gaan hoe jammer dan ook, terug naar huis. Dat is het beleid maar soms is het best lastig” (W-15).

Geïnterviewden geven aan dat door de inbedding van gezonde traktaties en het tienuurtje in het schoolbeleid, dit ook makkelijker naar ouders en kinderen kan worden gecommuniceerd bij intakegesprekken, de schoolgids, nieuwsbrief en op school: *“Leerkrachten kunnen het ook heel makkelijk communiceren naar ouders omdat het beleid is” (W-15)*. Ook tijdens de gesprekken met ouders voor dit monitor onderzoek wordt het gezonde schoolbeleid meerdere malen benoemd. Alle ouders staan hier positief tegenover, al geven enkele ouders aan dat het trakteebeleid wat minder streng is geworden, en dat er tijdens het overblijven minder wordt gelet op wat kinderen eten of meenemen.

Met betrekking tot beweging besteden de scholen aandacht aan pauzesporten: iedere week worden kleine mik, tik of springspelletjes uitgezet, en wordt er gebruik gemaakt van de eerdergenoemde pauzesportkaarten die door SSW zijn geïntroduceerd. De leerkrachten geven aan dat er nog meer gebruik kan worden gemaakt van korte beweegmomentjes tijdens de les (energizers), dit moet in de dagelijkse drukte als leerkracht nog ‘gewenning’ worden:

“We hebben het daar ook wel eens over met het team, die hebben hetzelfde als ik die doen de beweegmomentjes ook niet vaak. Dan zeggen we: ‘dit moeten we nog doen, dat, ik denk dat ik dat niet ga halen’. Het is ook een kwestie van gewenning, nu moet je het nog gaan opzoeken en voorbereiden en na een paar keer gooi je hem er gewoon in” (W-16).

Een lastig ervaren punt naast het bepalen wat gezond is en de tijdsdruk, is de grens aan de rol als school in het bevorderen van een gezonde leefstijl. De school is een van de plekken waar kinderen leven en opgroeien:

“Ik vind dat we moeten waken waar onze grens ligt. Is het onderwijs of echt opvoeden in zijn algemeenheid? Ik vind dat het ook bij de ouders hoort maar dat gebeurt niet altijd in deze wijk. Dus je moet het ook wel binnen je school houden, maar je kunt niet alles. Naschoolse activiteiten, het eten van groente en fruit. Er zijn kinderen die iedere dag patat eten. Moet je dan een gezonde maaltijd aanbieden? We hebben 24,5 uur per week maar de week bestaat uit nog veel meer uren” (W-15).

Ouders en een gezonde leefstijl

Geïnterviewde scholen en welzijns- en sportprofessionals geven aan dat hoewel er ouders zijn die aangeven dat hun kind geen groente of fruit lust of dat het thuis een probleem is met eten daarvan, zij een grotere mate van bewustwording zijn gaan zien. Genoemde voorbeelden zijn dat traktaties gezonder zijn geworden, *“de tijd van pennywafels mee naar school voorbij is” (W-15)*, en dat er met schoolfeesten meer

op verantwoord eten wordt gelet. Geïnterviewden verbinden dit aan het gezonde schoolbeleid dat wordt gecommuniceerd, en ook tussen ouders onderling wordt besproken. Zoals een leerkracht verwoordt:

“Ouders praten ook met elkaar over de traktaties en zeggen bijvoorbeeld: ‘ik zou geen zakje chips doen want de school wil graag gezond’. Mensen willen ook niet altijd uit de toon vallen” (W-17)

In de informele gesprekken met ouders is ook ingegaan op wat een gezonde leefstijl voor hun gezin betekent. Alle ouders benoemen het belang van gezonde voeding en voldoende bewegen. Termen die worden aangehaald zijn: ‘gevarieerd eten’, ‘buiten zijn’, ‘sporten’, ‘volkoren producten’, ‘weinig of minder suiker’, ‘geen pakjes drinken’, ‘vers koken’, ‘biologisch voedsel’, ‘schooltuin’, ‘moestuin’ en: ‘niet teveel vlees’. In de gesprekken gaan ouders in op het gezonde schoolbeleid, dat zij als goed en belangrijk zien. Een ouder vertelt:

“De school heeft bakjes uitgedeeld waarin fruit mee kan worden genomen naar school, dat vind ik erg goed en maak ik ook gebruik van. Ook is er aandacht voor gezonde traktaties, een van de kinderen is morgen jarig en wilde graag stokjes uitdelen met meloen, een kaasje. Gezonde traktaties worden vanuit de school gestimuleerd” (W-ouder 3).

Lastige punten die worden benoemd in de interviews met scholen is dat je als school weinig zicht hebt op wat er thuis gebeurt:

“Ik zou het liefst, ook met JOGG, een verandering in de houding van ouders thuis willen merken. Ik heb er weinig zicht op, ik weet niet precies wat er thuis wordt gegeten en hoe ermee om wordt gegaan. Wat wij hier op school zien is dat er vrij gezond wordt gegeten, misschien ook omdat wij er veel aandacht aan besteden. Maar thuis is thuis” (W-16).

Daarnaast wordt het als lastig ervaren om bij ouders iets van leefstijl en keuzes te zeggen, omdat je dan ‘te dichtbij kan komen’. Een geïnterviewde ervaart:

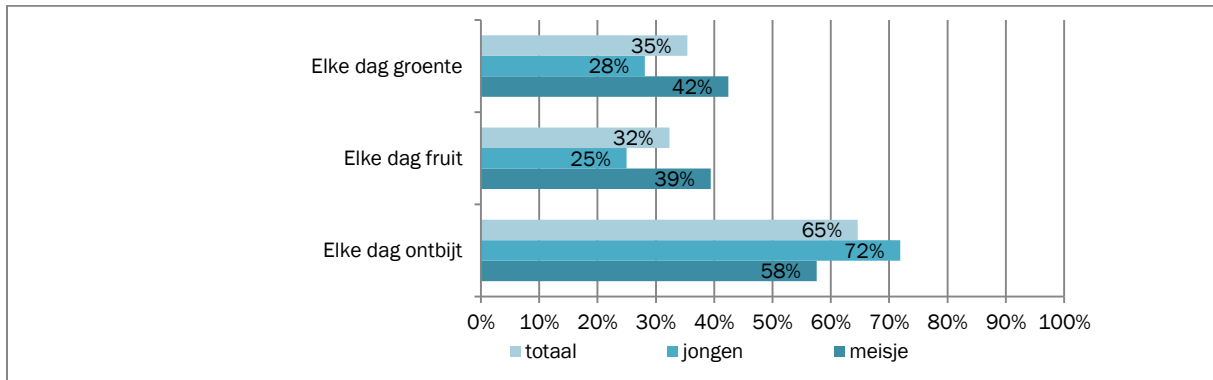
“Ik merk dat veel ouders het lastig vinden als je met hen praat over een gezonde leefstijl en gezond eten. Je komt dan te dichtbij, dichtbij hun eigen manieren en keuzes. Ik probeer hen op een informele manier en positief te benaderen en niet te zeggen wat ze moeten doen. Je moet ze niet de schuld geven maar hen proberen verder te brengen. ” (W-14).

Gezonde leefstijl onder kinderen

Uit verschillende gesprekken met ouders en leerkrachten komt de perceptie naar voren dat de kinderen in hun wijk veel bewegen en buiten spelen, meer dan in andere wijken. Ook geeft een leraar aan dat er op de betreffende school in verhouding weinig kinderen zijn met overgewicht.

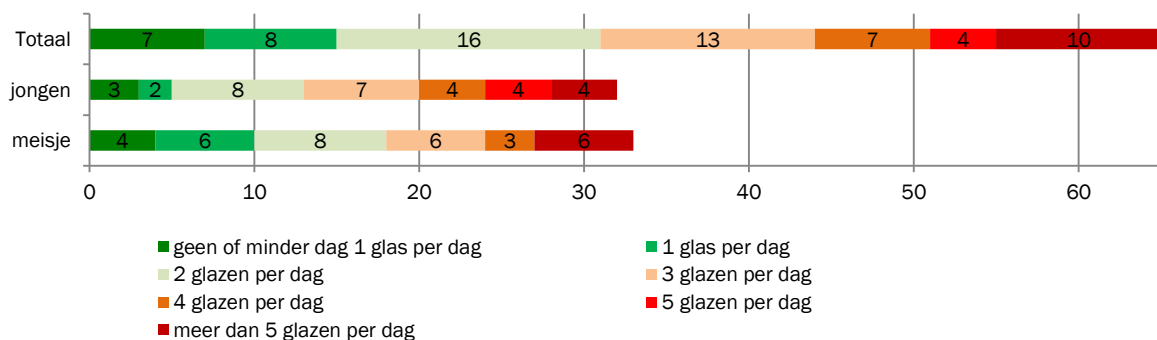
Wat geven kinderen zelf aan over hun voedings- en beweeggedrag? In de vragenlijst onder leerlingen is hierop ingegaan. Gemiddeld eet iets meer dan een derde van de leerlingen iedere dag groente, en iets minder dan een derde iedere dag fruit. 65% van de leerlingen geeft aan iedere dag te ontbijten. De resultaten laten geen significante verschillen tussen jongens en meisjes zien (tabel 18).

Tabel 18: Voedingsgedrag leerlingen Wageningen, uitgesplitst naar sekse. *Significantie: $p < 0,05$, $n=68$, SBO de Dijk en OBS de Nude.

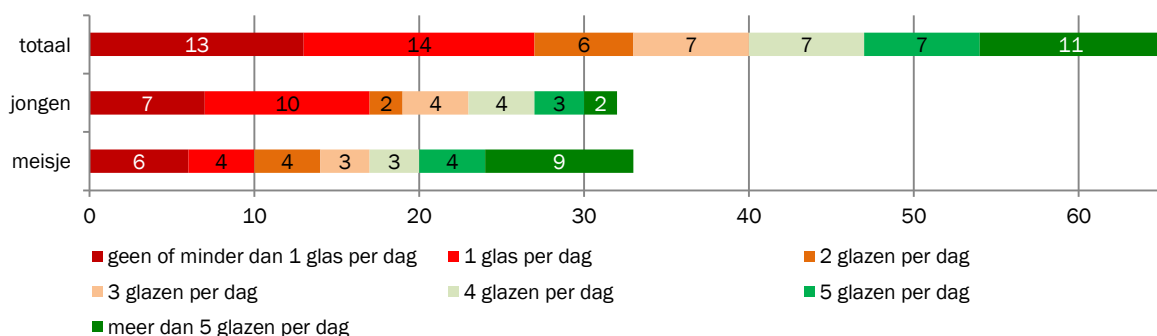


Met betrekking tot zoete drankjes, geeft 7 van de 65 leerlingen aan geen of minder dan 1 glas zoete drank per dag te drinken. Tien leerlingen geven aan 5 of meer glazen zoete drank te drinken (tabel 19). Tabel 20 laat zien dat 13 leerlingen geen of minder dan 1 glas water per dag drinken, en 11 van de 65 leerlingen drinkt 5 of meer glazen water per dag. Wanneer wordt gekeken naar het beweeggedrag van leerlingen, is te zien dat 33 van de 65 leerlingen iedere dag 60 minuten of meer beweegt (tabel 21).

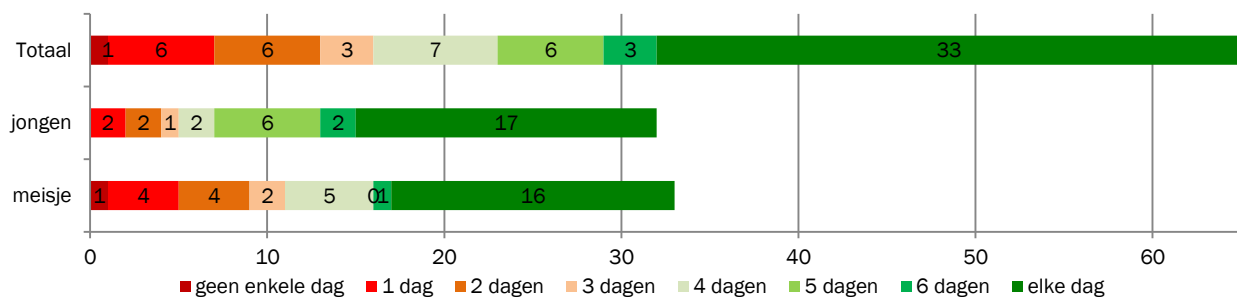
Tabel 19: Leerlingen Wageningen gemiddeld aantal zoete drankjes per dag, $n=68$: SBO de Dijk en OBS de Nude



Tabel 20: Leerlingen Wageningen gemiddeld aantal glazen water per dag, $n=68$: SBO de Dijk en OBS de Nude.



Tabel 21: Leerlingen Wageningen aantal dagen minimaal 60 min bewegen per dag, n=68: SBO de Dijk en OBS de Nude



4.3.2. Diversiteit in bewustwording en gedrag

Een thema dat in verschillende interviews naar voren komt is diversiteit in bewustwording en gedrag dat wordt gelinkt aan het internationale karakter van de wijk en scholen. Verschillende culturen en achtergronden brengen verschillende eetgewoonten en ideeën over wat gezond is met zich mee, die ook tot uiting komen op school en waar aandacht voor is:

“Ik denk dat de vraag: ‘wat is gezond?’ cultuurafhankelijk is. Met bijvoorbeeld het paasontbijt en het kerstontbijt mag iedereen wat meenemen, en dan merk ik wel dat wat kinderen en ouders van andere culturen meenemen, mierzout is. Onze school is een wereldschool, er wordt ook aandacht besteedt aan bijvoorbeeld de Ramadan” (W-ouder 5).

4.4. Ervaren succesfactoren en belemmeringen

4.4.1. Ervaren successen

Wat ervaren betrokkenen bij het JOGG deelproject op scholen als successen in de activiteiten en het project? En wat maakt dit tot een succes? Uit de interviews komen verschillende punten naar voren die betrekking hebben op het karakter van de activiteiten, de samenwerking met scholen en overige partners, duidelijkheid in focus van het project, en budget.

Karakter activiteiten

Geïnterviewden geven aan dat vernieuwende, laagdrempelige activiteiten in de buurt werken. Aan populaire sporten zoals freerunning en klimmen nemen bij een sportinstuif veel kinderen deel. Afwisseling van activiteiten zoals met een sportinstuif is hierin ook belangrijk. Opvallend is dat zowel door de geïnterviewde scholen als ouders de pleintjessporten als eerste activiteit worden genoemd wanneer zij ingaan op sport- en beweegactiviteiten op school en in de wijk. De pleintjessporten worden gewaardeerd vanwege het buiten spelen binnen de wijk, en de laagdrempelige, vrije insteek van de activiteit: *‘wie wil mee wil doen doet mee, niks moet en alles mag’ (W-15).*

Langdurige samenwerking met scholen

Zowel uit de interviews met scholen als de buurtsportcoaches komt de langdurige samenwerking naar voren: Sportservice Wageningen en Solidez zijn al jaren actief in de wijk. De buurtsportcoaches en scholen

geven aan dat ze elkaar weten te vinden en hierdoor samen gemakkelijk (structurele) activiteiten opzetten en uitvoeren. Buurtsportcoaches benoemen dat zij door het langdurige contact met scholen de situatie op school en in de wijk goed kennen, en daardoor ook de 'diepte in kunnen gaan' in het structureel bevorderen van een gezonde leefstijl zoals in het schoolbeleid:

Als je wil dat iets structureel uitgedragen wordt, moet je zorgen dat je echt de situatie kent, vooronderzoek hebt gedaan en al langer met scholen in gesprek gaat in plaats van dat je bijvoorbeeld een aanbod van activiteiten neerlegt. Het voordeel is ook dat we hier al jaren zitten dus de eerste stappen hebben we al gedaan en we kunnen nu meer de diepte ingaan met de scholen (W-12).

Duidelijkheid in focus

Het bovenstaande interviewfragment raakt aan de vraaggerichte insteek van het scholenproject en het JOGG-Wageningen programma in zijn geheel. Dit vraaggerichte karakter waarbij samen met scholen en andere partners wordt gewerkt aan structurele gezonde leefstijlbevordering, zien verschillende geïnterviewden als een belangrijke boodschap aan de provincie of andere gemeenten. In interviews wordt het vraaggerichte karakter gekoppeld aan verbinding en eigenaarschap: geïnterviewden vinden het belangrijk dat alle partijen rondom het systeem van het kind betrokken worden en samenwerken: 'je hebt elkaar nodig':

“Door JOGG krijg je veel meer weet van elkaars organisatie, en dat je elkaar nodig hebt als je van nul tot verder die gezonde opvoeding wil bevorderen. Het begint eigenlijk al in de buik, verloskundigen en het consultatiebureau zijn ook belangrijk. En daarna ga je denken: hoe gaan de scholen verder, en hoe gaan ze ouders daarbij betrekken? Door deze bewustwording wordt het een netwerk waarin je je beweegt en niet meer een schakel op zich” (W-17).

Geïnterviewden geven aan dat er binnen het gehele JOGG-Wageningen programma een duidelijke visie is van verbinding en eigenaarschap, iets wat wordt ervaren als een succes:

“Ik vind dat er echt een visie is van: hoe zien wij JOGG? Eigenaarschap en vraaggericht. We hebben een duidelijke focus, we willen dat op individueel niveau kinderen meer gaan bewegen en gezonder gaan eten. Daarbij vinden we de omgeving van het kind belangrijk, dus van fysiek tot sportvereniging, tot supermarkt tot huisarts in de wijk, ouders” (W-11).

Met betrekking tot de omgeving rondom het kind, zien geïnterviewden het als een succes dat alle partijen samenwerken binnen JOGG in werkgroepen, waarbij 'niet iets nieuws wordt opgetuigd' (W-11) maar de verbinding wordt gelegd tussen partijen en activiteiten.

Slagkracht door budget

De JOGG-Wageningen regisseur ervaart dat er 'slagkracht' is binnen het JOGG programma, want door een klein JOGG werkbudget vanuit het stimuleringsprogramma GIDS (Gezond In De Stad) kunnen de bedachte acties/activiteiten in de JOGG-werkgroepen ook worden uitgevoerd.

4.4.2. Ervaren belemmeringen

Welke moeilijkheden hebben geïnterviewden ervaren in het opzetten en uitvoeren van JOGG- Wageningen, en specifiek het deelproject op scholen? En hoe zijn zij hiermee omgegaan? Deze paragraaf gaat in op de situatie in de wijk, het betrekken van ouders, aansturen op een gezonde leefstijl, en co-creëren.

Situatie in de wijk

Verschillende geïnterviewden geven aan dat kinderen in de JOGG-wijken niet snel de wijk uitkomen: zij missen hierin begeleiding van ouders, en de wijk is omringd door drukke straten:

De kinderen die hier wonen, die komen heel slecht de wijk uit. Die moeten alles ook alleen doen, hebben geen support van de ouders. Ouders zijn ook niet bereid om mee te fietsen, en sommige buitenlandse ouders kunnen niet eens fietsen (W-15).

“Er zijn best een aantal kinderen die op een sport zitten maar er zijn er ook veel die dat niet kunnen want die kunnen er niet naartoe gebracht worden, en op de fiets is het te ver. Ouders werken, hebben geen auto, moeten 's avonds werken. Dat de gymzaal weggaat is een gemis voor de wijk. Ik denk ook echt niet dat kinderen snel naar de nieuwe gymzaal gaan want dan moeten ze een drukke weg over” (W-16).

Ook de buurtsportcoaches merken in hun aanmeldingen voor sportverenigingen met bijvoorbeeld de sportpas dat kinderen vooral binnen de wijk blijven. Zij ervaren dat er een drempel is om de sportpas te gebruiken, of een beroep te doen op een fonds zoals het 'ik doe mee fonds'. Zij willen verder gaan uitzoeken wat deze drempel is.

Daarnaast zijn er weinig sportverenigingen en voorzieningen zoals gymzalen binnen de wijk. Bovenstaand interviewfragment raakt ook aan dit gebrek aan voorzieningen: in een van de wijken wordt binnenkort een gymzaal gesloten, waardoor kinderen en scholen de wijk uit zullen moeten om te gymmen en te sporten.

Betrekken van ouders

Verschillende geïnterviewden benadrukken het belang van het betrekken van en samenwerking met ouders, maar dat dit ook lastig blijkt in de JOGG-wijken. Zowel scholen als buurtsportcoaches ervaren een lage ouderbetrokkenheid: zij zien dit bijvoorbeeld tot uiting komen in de lage ouderopkomst bij tienminutengesprekken, en 'het hangen in de wijk'. De lage ouderbetrokkenheid maakt het lastiger om ouders te betrekken bij het JOGG programma en activiteiten:

“Voor de koningsspelen heb ik ook meerdere malen met [naam leerkracht] gezeten over de vraag: 'hoe kunnen we ouders erbij betrekken?' Dan geeft de leerkracht ook aan: 'ja ouders komen de kinderen niet eens van school ophalen, komen ook niet naar

rapportvergaderingen dus ik zie ze bijna nooit'. En bij het ouder café heb je er wel een paar, maar dat zijn de ouders die al bij de leerkrachten zitten en dat zijn dan niet de ouders die je wil bereiken" (W-13).

Bovenstaand interviewfragment gaat ook in op de selecte groep ouders die wordt bereikt: "de fanatieke ouders".

Aansturen op een gezonde leefstijl

In meerdere interviews komt het aspect naar voren van de moeilijkheid om bij scholen en ouders aan te sturen op een gezonde leefstijl. Hoe ver ga je in het aansturen op gezond opgroeien als gemeente, JOGG-regisseur, buurtsportcoördinator, buurtsportcoach, directie, of als leerkracht? Zoals eerder is aangestipt in dit resultatenhoofdstuk, ervaren geïnterviewden gezonde leefstijl als een thema dat dichtbij de keuzes van mensen en organisaties komt:

"Ik merk dat scholen wel zeggen: 'we doen al heel veel'. Dan loop je ook tegen de 'maaren' op. Dat vind ik wel een spanning: hoe ver ga je als overheid? Je wil natuurlijk dat ze allemaal water drinken. En dat ze een algehele visie hebben omtrent gezond leven en dat dit wordt toegepast. Dat is ook de persoonlijke interesse van de directeur of leerkracht. Je moet ook niet vergeten dat scholen al zoveel moeten in deze tijd. Ik snap wel dat eens school daar eigen prioriteiten in stelt" (W-11).

Co-creëren kost tijd

Binnen JOGG-Wageningen werken uiteenlopende partijen samen. Dit 'co-creëren' kan ook lastig zijn: hoe bouw je een relatie op, hoe ga je hierin om met verschillende partijen en ideeën en hoe kun je dit op elkaar afstemmen? De JOGG-regisseur verwoordt:

"Als JOGG-regie zit ik op een veel breder niveau, een organisatie zit meer op het activiteitsniveau. Ik zit daar met een adelaarsview en iemand anders zit vanuit zijn eigen organisatie, met een ander tijdspad" (W-11).

De geïnterviewde JOGG-regisseur ervaart tegelijkertijd veel ambitie en positieve energie bij organisaties, en hier wordt binnen de werkgroepen van JOGG-Wageningen dan ook veel op ingezet ondanks dat organisaties misschien soms 'sneller stappen willen maken' en al concreter met elkaar aan de slag willen.

4.5. Borging

Hoe zien geïnterviewden het JOGG deelproject op scholen de komende jaren? En wat is er nodig om de aandacht voor gezond opgroeien voort te zetten en een programma als JOGG te borgen? Deze paragraaf gaat hierop in.

4.5.1. Toekomst JOGG scholenaanpak

Met de beweging van Wageningen als JOGG gemeente waarin inmiddels uiteenlopende partijen betrokken zijn en samenwerken in werkgroepen, uiten de buurtsportcoaches van SSW verschillende ideeën voor de komende jaren. Ten eerste geven zij aan dat zij met de start van JOGG nog meer willen samenwerken met partijen die veel kennis en vaardigheden hebben op het gebied van voeding, en de omgang met het kind of met ouders. Deze partijen zijn ook betrokken binnen de werkgroepen. Het aspect van voeding en water drinken willen zij dan ook meer gaan benadrukken in hun activiteiten, zoals watertappunten, het uitdelen van bidons en gezonde tussendoortjes, en het uitbreiden van de sportpas met activiteiten op het gebied van voeding en cultuur.

Daarnaast wil SSW nog meer gaan inzetten op het verweven van aandacht voor gezonde leefstijl in het beleid van scholen, en met hen hierover 'de diepte ingaan'. Voorbeelden zijn meer structureel aandacht voor water drinken en het inbedden van lessen over gezonde voeding in het curriculum, zoals bijvoorbeeld de methode smaaklessen.

4.5.2. Borgen van het bevorderen van een gezonde leefstijl

De interviews laten uiteenlopende randvoorwaarden zien die betrokkenen als belangrijk ervaren voor het borgen van gezond opgroeien en een programma als JOGG. Kader 2 in bijlage 4 laat de steekwoorden voor borging zien die JOGG stakeholders in de focusgroep hebben opgeschreven. Besproken randvoorwaarden in de interviews en focusgroep hebben betrekking op: voorzieningen, integrale samenwerking en eigenaarschap, en overall aandacht hebben voor gezond opgroeien.

Voorzieningen

Meerdere betrokkenen halen het belang aan van voldoende (fysieke) voorzieningen voor sporten en bewegen in de wijk zoals: gymzalen, sportvelden, sportverenigingen, speeltuinen, maar ook de aanwezigheid van vakdocenten gym. Geïnterviewden benoemen dat juist in deze wijken sport- en beweegvoorzieningen belangrijk zijn. Meerdere geïnterviewden uiten het gemis van een vakdocent lichamelijke opvoeding, en verdwijnen van de gymzaal:

“Ik merk dat veel sporthallen worden gesloten, ook in deze wijk. Ik vind het tegenstrijdig dat de overheid lichamelijke opvoeding en beweging wil bevorderen, maar dat tegelijkertijd sporthallen verdwijnen. Eerst was het bij ons normaal om bij ons twee keer in de week drie kwartier gym te hebben, maar nu is dat vaak maar 1 keer omdat het te druk is in de sporthal” (W-15).

Integrale samenwerking en eigenaarschap

In de interviews met betrokkenen van JOGG-Wageningen komt naar voren dat integrale systemen van samenwerking zoals nu wordt beoogd met JOGG van belang is om in stand te houden, ook na het stoppen van het officiële programma en de werkgroepen. Geïnterviewden geven bijvoorbeeld aan dat men elkaar moet blijven opzoeken en 'iedereen niet weer terug moet naar zijn eigen toko', maar op de hoogte moet blijven van wat er in de verschillende organisaties gebeurt, en hierin de samenwerking blijven zoeken. In de

interviews wordt benoemd dat betrokkenen binnen JOGG-Wageningen veel inzetten op het creëren van relaties en eigenaarschap, wat beoogt de borging te bevorderen:

“We kijken hoe we aan eigenaarschap werken en niet aan een aanbodgericht programma. Belangrijk is om te kijken of alle partijen die een link hebben met een gezonde leefstijl op elkaar afstemmen en samenwerken. Omdat we zoveel op eigenaarschap inzetten, hopen we dat de borging automatisch gaat. Want je ziet ook wel eens dat als er een subsidie afloopt, stort het in. Wij steken het in: wat als de subsidie afloopt, wat stop je erin als eigen organisatie?” (W-11).

Zoals de verschillende organisaties nu met elkaar co-creëren, geven geïnterviewden aan dat het ook belangrijk is om nog meer met ouders te gaan co-creëren. Wanneer een organisatie bijvoorbeeld aan de slag wil met gezonde voeding, is ouderparticipatie en het samen meedenken hierin ook belangrijk.

Overal beleidsaandacht voor gezond opgroeien

Ouders, buurtsportcoaches, scholen, en andere betrokkenen bij JOGG-Wageningen benoemen verschillende plekken in het dagelijks leven waar aandacht nodig is voor gezond opgroeien om het ‘een logische keus’ te maken. Voorbeelden zijn de verloskundige praktijk, consultatiebureau, peuterspeelzaal, buitenschoolse opvang, thuis, basisschool en voortgezet onderwijs, supermarkten en sportverenigingen. Naast dat aandacht voor gezonde leefstijl vroeg begint en op veel plekken van belang is, benoemen geïnterviewden dat het een structurele plaats in het beleid van organisaties in moet nemen:

We doen niet eenmalig een activiteit, hoe kunnen we dit structureel maken? Van het incidentele naar het structurele, van het structurele naar beleid. Zo wil je het graag zien” (W-12).

4.6. Samenvatting resultaten scholenaanpak Wageningen

Achtergrond

In Wageningen wordt het scholenproject niet als Fit@School gecommuniceerd zoals het geval is in de gemeente Nijkerk. In Wageningen is de belangrijkste uitvoerder van het scholenproject, Sportservice Wageningen (SSW), al verschillende jaren actief op de scholen en in de wijken. Ook hebben verschillende basisscholen al programma’s rondom gezond leven zoals ‘Be Fit’. Sinds zomer 2015 is Wageningen JOGG-gemeente, en wordt door middel van een integrale aanpak een impuls gegeven aan het bevorderen van een gezonde leefstijl. In Wageningen vormt het verbinden en versterken van bestaande activiteiten en interventies op het gebied van bewegen, gezonde voeding en gezondheid één van de JOGG uitgangspunten. Mede hierom is in Wageningen gekozen om het scholenproject niet als apart project te communiceren naar scholen overige partners. Binnen JOGG-Wageningen wordt gesproken van de JOGG scholenaanpak. SSW is als JOGG partner actief binnen de werkgroep Voeding en Bewegen, waarin uiteenlopende maatschappelijke, zorg, sport, gemeentelijke en private partners samenwerken om onder andere gezonde leefstijl activiteiten te coördineren, organiseren, en te verbinden en versterken.

Het scholenproject in Wageningen richt zich met name op de vier basisscholen in de twee 'JOGG-wijken'. In de opstartfase van JOGG-Wageningen zijn in het schooljaar 2015-2016 door de JOGG-regisseur en buurtsportcoaches van Sportservice Wageningen gesprekken gevoerd met scholen, om te verkennen waar JOGG-Wageningen op zou kunnen inhaken en met de scholen in zou kunnen samenwerken. De geïnterviewde JOGG-regisseur en buurtsportcoaches zien het vraaggerichte karakter, het faciliteren en meedenken met scholen in plaats van het zelf uitvoeren van bijvoorbeeld clinics, inbedding van gezonde leefstijl in het schoolbeleid, en werken aan de relatie met scholen en andere partners als belangrijke uitgangspunten van het scholenproject. De geïnterviewde buurtsportcoaches van SSW geven aan dat voor de start van JOGG-Wageningen hun activiteiten vooral gericht waren op sporten en bewegen, de laatste periode is daarnaast voeding en water drinken een aandachtspunt.

Georganiseerde activiteiten

Sinds de start van de subsidie van het gezamenlijke projectvoorstel 'Nijkerk en Wageningen Samen Gezond', zijn in Wageningen uiteenlopende activiteiten op scholen georganiseerd. In het schooljaar 2014-2015 stonden deze activiteiten nog los van JOGG. Sportservice Wageningen organiseerde in samenwerking met de Gelderse Sportfederatie en tv Gelderland 'Gelders Goud' waarin kinderen van OBS de Nude (nu OBS de Wereld) verschillende sporten als paardrijden, mountainbiken, atletiek en tennis uitprobeerden. Daarnaast is er op SBO de Dijk een sportmarkt georganiseerd waar ouders in contact konden komen met sportverenigingen. Ook vond voor de leerlingen van alle Wageningse basisscholen de schoolsportolympiade plaats in samenwerking met 35 sportorganisaties, en konden kinderen deelnemen aan het Kids Actief kamp dat SSW in samenwerking met onder andere Solidez in de zomer organiseert. In het schooljaar 2015-2016 hebben in het kader van de opstart van Wageningen als JOGG gemeente gesprekken plaatsgevonden met de vier basisscholen in de JOGG-wijken, om te kijken waar SSW kon aanhaken en faciliteren. Na deze gesprekken zijn op OBS de Tarthorst door SSW de pauzesportkaarten geïntroduceerd, en hebben lokale sportaanbieders cursussen gegeven. Daarnaast is op twee basisscholen een gezonde ochtend of middag georganiseerd, en heeft op OBS de Nude tijdens de koningsspelen de officiële JOGG kick-off plaatsgevonden. Over de twee schooljaren heen hebben doorlopend wekelijks de pleintjessporten plaatsgevonden, zijn sportinstuiven georganiseerd, en zijn door lokale sportaanbieders tijdens reguliere gymlessen uiteenlopende clinics gegeven. Ook wordt aan alle kinderen van 6-12 jaar de sportpas uitgedeeld waarmee zij kennis kunnen maken met lokale sportverenigingen, en wordt iedere maand de beweegladder met het sport- en beweegaanbod voor de jeugd in Wageningen verspreid.

Bereik en waardering

Met de activiteiten zijn met name de leerlingen en leerkrachten van vier JOGG-scholen bereikt. Ook ouders zijn betrokken bij en op de hoogte van activiteiten: vrijwel alle gesproken ouders geven aan de pleintjessporten en de beweegladder te kennen. Geïnterviewde ouders, scholen en buurtsportcoaches benoemen de vernieuwende sport- en beweegactiviteiten, het laagdrempelige karakter van de pleintjessport, het buiten in beweging zijn, het enthousiasme van de buurtsportcoaches, en de wisseling in activiteiten als punten van waardering. Daarnaast geven de scholen aan het prettig te vinden dat de activiteiten zoals de pleintjessport dichtbij in de wijk plaatsvinden, en dat activiteiten als een schoolsportolympiade kinderen en sportverenigingen samenbrengen. Ook bieden de activiteiten afwisseling en deskundigheid, aspecten die door scholen worden gemist nu zij geen vakleerkrachten gym binnen de

school hebben. Ten slotte beschrijven scholen het contact met SSW als laagdrempelig, weten zij elkaar te vinden, en benoemen scholen het prettig dat SSW meedenkt in het organiseren van activiteiten, en daarin werk uit handen neemt. Een kanttekening die scholen plaatsen is dat zij graag continuïteit van activiteiten zien, en dat zij graag nog meer clinics en activiteiten in de wijk willen. Met betrekking tot de waardering door leerlingen, geeft 80% van de 68 leerlingen van SBO de Dijk en OBS de Nude aan vaker activiteiten van SSW op school te willen hebben. Voor specifieke activiteiten rondom voeding ligt dit percentage lager, namelijk 60%.

Bewustwording

In de interviews is besproken wat betrokkenen om zich heen ervaren als het gaat om de mate waarin leerlingen, ouders en scholen zich bewust zijn van een gezonde leefstijl. Buurtsportcoaches geven aan verschillen te ervaren in de mate waarin scholen structureel aandacht hebben en open staan voor een gezonde leefstijl. Geïnterviewde leerkrachten en schooldirectie benoemen dat zij in hun beleid aandacht besteden aan gezond opgroeien in de vorm van een gezond trakteeerbeleid en gezond tienuurtje. Daarnaast maken ze gebruik van pauzesportkaarten, en proberen ze korte beweegmomenten te introduceren in de klas. Lastig ervaren punten door de school zijn de tijdsdruk, bepalen wat gezond is, zicht hebben op hoe er thuis met leefstijl wordt omgegaan, en hoe ver de rol gaat van de school in de aandacht voor gezond opgroeien. De gesproken ouders benoemen allen het belang van een gezonde leefstijl en hebben hier op uiteenlopende manieren binnen hun gezin aandacht voor. Ook leerkrachten benoemen dat de traktaties en het tienuurtje gezonder worden. Uit de vragenlijst onder leerlingen komt naar voren dat gemiddeld 35% van de 65 leerlingen iedere dag groente eet, 32% iedere dag fruit eet 65% iedere dag ontbijt. Daarnaast geven 7 van de 65 leerlingen aan geen of minder dan één glas zoete drank per dag te drinken, en 11 van de 65 leerlingen drinkt meer dan vijf glazen water per dag. Een terugkerend aspect is de ervaren diversiteit in bewustwording, eetgedrag en gewoonten, wat geïnterviewden koppelen aan het internationale karakter van de scholen en de wijk.

Ervaren succesfactoren en belemmeringen

Betrokkenen ervaren het vernieuwende, karakter van activiteiten als freerunning en klimmen als een succes. De pleintjessporten worden vooral als succes gezien vanwege het buiten spelen in de wijk, de laagdrempeligheid en vrije insteek. Naast het karakter van de activiteiten wordt de langdurige samenwerking tussen scholen en maatschappelijke organisaties als Sportservice Wageningen als succes ervaren. Daarnaast ervaren de JOGG-regisseur en buurtsportcoaches het als positief dat JOGG-Wageningen het scholenproject en een duidelijke focus en vraaggerichte insteek hebben waarbij ook aandacht is voor de omgeving rondom het kind. Ook ervaren zij het als een succes dat uiteenlopende partijen zijn betrokken bij JOGG-Wageningen, en dat zij niet een nieuw activiteitenaanbod creëren, maar verbinden en versterken van de activiteiten en initiatieven die er al zijn. Naast deze successen ervaren betrokkenen ook verschillende moeilijkheden. Benoemde moeilijkheden hebben betrekking op de situatie en het karakter van de wijk: veel kinderen komen de wijk niet uit, en in de wijk zelf bevinden zich weinig voorzieningen als sportverenigingen en gymzalen. Daarnaast ervaren zowel scholen als buurtsportcoaches het als lastig om een bredere groep ouders te betrekken bij activiteiten en het schoolbeleid. Ook wordt het aansturen op een gezonde leefstijl als een moeilijkheid genoemd: hoe ver ga je hierin als school of JOGG partner? Ten slotte

kost het samenwerken, het co-creëren, tussen uiteenlopende partijen en organisaties binnen JOGG-Wageningen tijd en hebben deze organisaties verschillende tijdspaden.

Borging van aandacht voor een gezonde leefstijl

Met betrekking tot de toekomst van het JOGG scholenproject, geven geïnterviewden aan nog meer te willen samenwerken met partners die kennis hebben op het gebied van voeding en de omgang met het kind en ouders. Daarnaast benoemen de buurtsportcoaches en JOGG regisseur samen met scholen meer aandacht te willen hebben voor de inbedding van een gezonde leefstijl in het schoolbeleid. Genoemde randvoorwaarden voor het borgen van JOGG en de aandacht voor gezond opgroeien zijn ten eerste voorzieningen voor sporten en bewegen in de wijk zoals gymzalen, sportverenigingen en vakleerkrachten gym. Daarnaast wordt blijvende integrale samenwerking zoals opgestart met het JOGG programma gezien als een belangrijke randvoorwaarde voor de borging. Binnen deze integrale samenwerking is ook co-creëren met ouders een belangrijk aandachtspunt. Daarnaast geven geïnterviewden aan dat de aandacht voor gezond opgroeien overal in het dagelijks leven moet plaatsvinden: van de verloskundige praktijk, het consultatiebureau, de peuterspeelzaal, de buitenschoolse opvang, thuis, op scholen, op sportverenigingen en in supermarkten. Belangrijk hierbij is dat deze aandacht is ingebed in het beleid van organisaties.

5. DISCUSSIE

Het scholenproject in Nijkerk en Wageningen, 'Nijkerk en Wageningen Samen Gezond', richt zich op het bevorderen van een actieve en gezonde leefstijl onder kinderen. Dit monitoring en evaluatieonderzoek van het scholenproject in de twee gemeenten had als doel om inzicht te krijgen in:

- A. Het bereik van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen en participatie en waardering van kinderen, ouders en leerkrachten van de verschillende activiteiten.
- B. De effecten van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen voor wat betreft bewustwording, positieve houding en gedrag ten opzichte van het belang van gezonde voeding en voldoende beweging.
- C. De succesfactoren en belemmeringen voor het uitvoeren van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen en de borging ervan.

Om inzicht te krijgen in a) het bereik en de participatie, b) de effecten, en c) de ervaren successen en belemmeringen en randvoorwaarden voor de borging, zijn verschillende onderzoeksmethoden gebruikt: een documentenanalyse, individuele interviews met projectleiders, buurtsportcoaches, scholen ouders en overige gezondheids- en welzijnsprofessionals, groepsgesprekken met leerlingen en stakeholders, en een vragenlijst onder leerlingen.

Dit hoofdstuk begint met het beantwoorden van de drie onderzoeksdoelen en bijbehorende onderzoeksvragen waarbij de twee gemeenten worden vergeleken. Daarna volgt een reflectie op de onderzoeksmethoden.

5.1. Scholenproject in Nijkerk en Wageningen vergeleken

In deze paragraaf worden achtereenvolgens de deelvragen rondom het scholenproject beantwoord, waarbij aandacht wordt besteed aan de overeenkomsten en verschillen tussen de gemeente Nijkerk en Wageningen.

A. Participatie en bereik

A.1: Hoeveel en welke activiteiten zijn georganiseerd in Nijkerk en Wageningen en hoe zijn de activiteiten gewaardeerd?

Achtergrond en organisatie

In de achtergrond en organisatie van het scholenproject zijn zowel verschillen als overeenkomsten te zien tussen de gemeenten. Nijkerk is begin 2013 JOGG-gemeente geworden, waarbij de gemeente de regeling buurtsportcoaches en het JOGG programma integreert tot de aanpak 'Nijkerk Sportief en Gezond'. Voor de uitvoering van deze aanpak is in 2014 de Stichting Nijkerk Sportief en Gezond (NSG) opgericht, waarin buurtsportcoaches actief zijn binnen onder andere scholen, kinderdagverblijven, gezondheidscentra en sportverenigingen. Het scholenproject is een van de projecten van NSG, en binnen de projectuitvoering is

gekozen voor de naam Fit@School. De uitvoering van Fit@School door de buurtsportcoaches van NSG is gestart aan het begin van het schooljaar 2015-2016.

De gemeente Wageningen is meer recentelijk JOGG gemeente geworden, zomer 2015. In Wageningen is geen nieuwe stichting opgezet, maar waren buurtsportcoaches van Sportservice Wageningen (SSW) en andere sport- en welzijnsprofessionals al verschillende jaren actief op scholen en in de wijk. Met de start van JOGG-Wageningen is verder ingezet op een integrale aanpak waarin alle sectoren van de Wageningse samenleving in onder andere werkgroepen zijn betrokken bij het bevorderen van een gezonde leefstijl onder kinderen. In Wageningen liepen al verschillende activiteiten op het gebied van bewegen en gezonde voeding, en een van de uitgangspunten van JOGG-Wageningen is het verbinden en versterken van bestaande activiteiten en initiatieven. Mede hierom is gekozen om de activiteiten in het kader van het scholenproject niet als een apart project naar scholen te communiceren.

Een overeenkomst is dat in beide gemeenten de uitvoering van het scholenproject voornamelijk bij organisaties van buurtsportcoaches ligt namelijk: Nijkerk Sportief en Gezond en Sportservice Wageningen. In Wageningen kan het scholenproject worden gezien als een continuering van de activiteiten die Sportservice Wageningen al uitvoerde, al is vanaf het voorjaar 2016 met de start van de integrale structuur van JOGG-Wageningen wel een verschuiving in focus te zien van sport en bewegen naar ook de aandacht voor voeding.

Uitgangspunten scholenproject

In beide gemeenten hebben aan de start van het JOGG scholenproject gesprekken plaatsgevonden met de directie van scholen. In Nijkerk maken de buurtsportcoaches gebruik van een zogenaamd activiteitenmenu, waarbij iedere school een keuze kon maken uit de aangeboden activiteiten binnen ieder thema van voeding, water, sporten, bewegen, fun en rondom de leerling. In Wageningen is in de gesprekken met scholen geen gebruik gemaakt van een aanbod, maar is vanuit de behoefte van scholen gekeken waarin Sportservice Wageningen en JOGG-Wageningen met scholen kunnen gaan samenwerken voor een gezonde leefstijl en op kunnen inhaken.

In beide gemeenten worden flexibiliteit of vraaggerichtheid als belangrijke uitgangspunten van het scholenproject genoemd. Zo vinden buurtsportcoaches in Nijkerk het belangrijk zich flexibel op te stellen zodat scholen de activiteiten uit het aanbod zelf kunnen kiezen. In Wageningen ligt de nadruk op waar de behoefte van de scholen ligt ten aanzien van de aandacht voor een gezonde leefstijl: waar willen scholen graag dat Sportservice Wageningen met hen over meedenkt, waar zijn ze al mee bezig in hun activiteiten en beleid op het gebied van gezonde voeding en bewegen?

Daarnaast geven beide gemeenten aan aandacht te willen hebben voor structurele bevordering van een gezonde leefstijl op scholen. Zo willen de buurtsportcoaches in Nijkerk naast het geven van een activiteit leraren ook handvatten en tips geven om daarna zelf met een thema of activiteit aan de slag te gaan. In Wageningen ligt de nadruk ook op vaste structuren, meer specifiek op de inbedding van gezond opgroeien in het beleid van scholen zoals een gezond traktatiebeleid en aandacht voor de kennis van gezonde voeding. Hier gaan de buurtsportcoaches en JOGG-regisseur ook met scholen over in gesprek.

Een verschil in de uitvoering is dat de buurtsportcoaches van NSG de activiteiten veelal zelf uitvoeren, zoals bijvoorbeeld clinics en voedingslessen, activiteiten waar hieronder verder op wordt ingegaan. Sportservice Wageningen geeft aan zelf niet teveel in de uitvoering te willen staan, maar daarentegen meer mee te willen denken met scholen en te faciliteren door bijvoorbeeld contactgegevens te geven van sportverenigingen zodat scholen dit verder zelf op kunnen pakken.

Georganiseerde activiteiten

In Nijkerk is in het kader van het Fit@School project in het schooljaar 2015-2016 een groot aantal activiteiten georganiseerd op basisscholen middelbare scholen. Zo hebben de buurtsportcoaches binnen de thema's gezonde voeding en waterdrinken 15 keer les gegeven aan leerlingen over gezonde voeding, zes lessen over suiker, en zijn vijf waterdrinkweken georganiseerd. Binnen het thema sport zijn ruim 30 clinics georganiseerd door buurtsportcoaches en soms door vrijwilligers van sportverenigingen. Rondom het thema bewegen hebben op 22 scholen leerlingen van groep vijf tot en met acht deelgenomen aan de eurofittest. Ook hebben drie scholen deskbikes in de klas gehad, en zijn zeven frisbeelessen gegeven. Het thema fun bestond uit 7 georganiseerde GPS-tochten, 12 springtouw clinics, 9 circus- en acrobatieklessen, 9 bewegingslessen met samenwerkingsspelen, en doorlopende korte beweegmomenten (energizers) in de klas. Daarnaast hebben de buurtsportcoaches ook tijdens ouderavonden op drie scholen workshops gegeven aan ouders over voeding en suiker.

In Wageningen zijn in vergelijking met Nijkerk minder activiteiten georganiseerd. In de tweede helft van het schooljaar 2014-2015 vonden de activiteiten van Sportservice Wageningen nog niet binnen JOGG-Wageningen plaats, en waren de activiteiten nog minder op voeding en water drinken gericht. Voorbeelden van georganiseerde activiteiten zijn een sportmarkt op een school voor speciaal basisonderwijs, op één van de basisscholen het sportprogramma Gelders Goud, en voor alle scholen de schoolsportolympiade en het uitdelen van de sportpas. In het schooljaar 2015-2016 hebben de gesprekken met scholen plaatsgevonden, en zijn vervolgens activiteiten georganiseerd die naast bewegen ook toegespitst waren op voeding. Zo is er op twee scholen een gezonde ochtend of middag georganiseerd. Ook hebben op één van de scholen sport sportieve keuzecursussen plaatsgevonden, zijn pauzesportkaarten geïntroduceerd waar scholen nu zelf gebruik van maken, en heeft de JOGG kick-off tijdens de koningsspelen plaatsgevonden. Over de twee schooljaren heen is er doorlopend pleintjessporten georganiseerd, hebben sportinstuiven en clinics plaatsgevonden en is maandelijks de beweegladder uitgedeeld. In tegenstelling tot Nijkerk, zijn er in Wageningen nog geen voedingsactiviteiten georganiseerd die specifiek gericht zijn op ouders.

Waardering

Hoe zijn de georganiseerde activiteiten gewaardeerd door verschillende betrokkenen? De resultaten laten zien dat de activiteiten om uiteenlopende redenen goed worden ontvangen. In beide gemeenten wordt het vernieuwende karakter van activiteiten gewaardeerd. Voorbeelden zijn de voedingslessen en circus- en acrobatieklessen in Nijkerk, en freerunninglessen en klimmen in Wageningen. Daarnaast wordt in beide gemeenten het flexibele karakter van lessen gewaardeerd: lessen worden aan de leeftijd en achtergronden van leerlingen aangepast waardoor iedere leerling kan meedoen. Bovendien geven in beide gemeenten scholen aan een werk- en tijdsdruk te ervaren, wat het hebben van aandacht voor voeding en beweging kan bemoeilijken. Bovendien hebben niet alle leerkrachten een persoonlijke interesse voor het thema 'een

gezonde leefstijl. Scholen vinden het om deze redenen prettig dat de buurtsportcoaches afwisselende activiteiten met enthousiasme en deskundigheid geven. In Nijkerk wordt daarnaast specifiek de waardering geuit van het hebben van een nieuw gezicht van buitenaf in de klas die een andere invalshoek heeft. In Wageningen wordt specifiek de vrije insteek van activiteiten benadrukt als een punt van positieve waardering. Zo kunnen kinderen bij de pleintjessporten na schooltijd in de wijk komen en gaan wanneer ze willen, waarbij niets moet en alles kan.

In de vragenlijst geeft 68% van de 256 leerlingen in Nijkerk aan vaker activiteiten van Nijkerk Sportief en Gezond op school te willen hebben. Hierin is een significant verschil te zien tussen leerlingen: 77% van de basisschoolleerlingen geven aan vaker activiteiten te willen hebben, en 42% van de leerlingen op het voortgezet onderwijs. In Wageningen geeft 80% van de 65 leerlingen aan vaker activiteiten van Sportservice Wageningen te willen hebben. Opvallend is dat in beide gemeenten minder leerlingen aangeven vaker activiteiten over voeding te willen hebben in vergelijking met sport- en beweegactiviteiten: in Nijkerk is dit percentage 45%, en in Wageningen 60%. De percentages van Nijkerk en Wageningen zijn echter moeilijk te vergelijken gezien het grote verschil in aantal respondenten.

In de interviews worden naast positieve punten van waardering enkele kanttekeningen geplaatst. Een school in Nijkerk heeft miscommunicatie ervaren in activiteiten ervaren door wisseling in medewerkers van NSG, waardoor activiteiten niet konden plaatsvinden. Het hebben van een vast contactpersoon wordt dan ook gewaardeerd. In Wageningen geven scholen aan dat zij graag nog meer clinics op school en beweegactiviteiten in de wijk willen hebben. Daarnaast zien zij graag continuïteit in de activiteiten: wanneer de pleintjessporten een paar keer komen te vervallen, ervaren zij dat de loop eruit is.

Bereik

A.2: Wat is het aantal kinderen, leerkrachten en ouders dat is bereikt en/of heeft deelgenomen aan activiteiten?

De resultaten laten zien dat het scholenproject in Nijkerk een groter bereik heeft in vergelijking met de gemeente Wageningen. In het schooljaar 2015-2016 is het Fit@School project uitgevoerd op 15 basisscholen en in de eerste en tweede klas van 3 middelbare scholen. Op de overige scholen die niet deelnamen aan het project, heeft wel de eurofittest plaatsgevonden. In totaal zijn circa 4500 leerlingen bereikt, en daarnaast zijn ook circa 85 ouders verspreid over drie scholen direct betrokken door deelname aan een workshop over gezonde voeding en suiker. Bovendien geven buurtsportcoaches aan dat veel ouders op de hoogte zijn van Fit@School activiteiten door verslagen van activiteiten in de schoolnieuwsbrief, of het ophangen van waterdrinkposters.

De scholenaanpak in Wageningen richt zich in het verlengde van het JOGG-programma op de twee JOGG-wijken waarin kinderen wonen met een lagere sociaaleconomische status, en de vier scholen in deze wijken. Binnen JOGG Wageningen is gekozen om de focus te leggen op de jeugd van 0-12 jaar. Dit maakt dat de activiteiten van SSW zich met name richten op deze leeftijdsgroep. Hoewel minder kinderen zijn bereikt in vergelijking met de gemeente Nijkerk, geven alle gesproken in dit onderzoek aan op de hoogte te zijn van de activiteiten van SSW, met name de pleintjessporten, en kennen zij de beweegladder met daarop het sport- en beweegaanbod voor de jeugd die iedere maand wordt uitgedeeld. Daarnaast nodigt SSW

leerkrachten uit om mee te denken in het bevorderen van de structurele aandacht voor een gezonde leefstijl binnen de school.

B. Effect

B.1: In hoeverre is er sprake van een groeiend bewustzijn, een positieve houding en gedrag ten opzichte van een gezonde leefstijl onder kinderen, ouders en de school?

Een terugkerend aspect in beide gemeenten is de ervaren diversiteit in de mate van een groeiend bewustzijn, positieve houding en gedrag ten opzichte van een gezonde leefstijl. Betrokken partijen zoals buurtsportcoaches geven aan verschillen te ervaren in de mate waarin scholen en ouders open staan en structureel aandacht hebben voor een gezonde leefstijl. Waar de gesproken leerkracht in Nijkerk aangaf dat zij nog weinig structurele aandacht besteden aan voeding in de vorm van bijvoorbeeld fruitdagen maar dat hij wel een kartrekker hierin is, vertellen scholen in Wageningen over het gezonde traktatiebeleid het gezonde tienuurtje, en actieve pauzesporten die zij hebben ingesteld. Daarnaast geven geïnterviewden aan dat verschillen in invulling van de vraag 'wat is gezond?' door ouders lijken samen te hangen met verschillende culturele achtergronden en gebruiken. Hoewel deze scholen in Wageningen aangeven dat zij de traktaties en de tienuurtjes gezonder zien worden, vinden zij het lastig om aan te geven hoe er thuis met een gezonde leefstijl wordt omgegaan. Structurele aandacht voor meer bewegen in de vorm van bijvoorbeeld actieve pauzesporten, actieve gym en buitensportlessen, en energizers in de klas kan worden belemmerd door de terugkerende aspecten van ervaren tijdsdruk en druk vanuit het onderwijsprogramma, en de persoonlijke interesse en kennis van de leerkracht.

Uit de vragenlijst onder leerlingen komt naar voren dat in beide gemeenten het percentage kinderen dat iedere dag groente of fruit eet, lager is in vergelijking met de Kindermonitor van de GGD. Hier wordt bij de reflectie op de onderzoeksmethoden verder op ingegaan. In Nijkerk geeft 30% van de 256 leerlingen aan iedere dag fruit te eten, meisjes eten significant vaker fruit dan jongens. Het percentage leerlingen dat iedere dag groente eet is in Nijkerk 29%. Leerlingen van het voortgezet onderwijs eten significant vaker iedere dag groente dan basisschoolleerlingen. Daarnaast geeft ongeveer 12% van de leerlingen aan vijf of meer glazen water per dag te drinken.

In Wageningen geeft 32% van de leerlingen aan iedere dag te fruit te eten, en 25% iedere dag groente. De vragenlijstresultaten in Wageningen laten een wat positiever beeld van beweeggedrag zien: meer dan de helft van de leerlingen geeft aan iedere dag minimaal 60 minuten te bewegen. In Nijkerk ligt dit percentage op 30,5%. In Wageningen zijn deze vragen echter slechts ingevuld door 65 leerlingen van twee basisscholen, wat een vergelijking lastig maakt.

Het valt op dat hoewel leerlingen in de vragenlijst aangeven graag vaker sport- en beweegactiviteiten te willen hebben dan voedingsactiviteiten, lijkt er nog wel veel voortgang te kunnen boeken met aandacht voor suiker en voeding wanneer wordt gekeken naar het voedingsgedrag.

In Nijkerk zijn specifiek ervaren effecten van Fit@School besproken. Interviews laten zien dat niet alleen de kennis en bewustwording van kinderen en ouders is toegenomen, maar dat dit ook kan leiden tot

gezondere keuzes doordat kinderen thuis over de voedings- en waterlessen praten. Daarnaast geven de buurtsportcoaches met hun activiteiten leraren handvatten en ideeën om zelf met voedings- en beweegactiviteiten aan de slag te gaan in de (gym)les of tijdens de pauzes.

C. Succes- en faalfactoren en borging

C.1: Welke succesfactoren en belemmeringen ondervinden betrokkenen bij het ontwikkelen en uitvoeren van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen?

Ervaren successen

De interviews laten zien dat in beide gemeenten de goede samenwerking tussen scholen en de buurtsportcoaches als succespunt in het project worden ervaren. De buurtsportcoaches bieden met enthousiasme lessen van goede kwaliteit, en scholen ervaren dat buurtsportcoaches hen werk uit handen nemen door gezonde leefstijl activiteiten te organiseren en met hen mee te denken. In Wageningen wordt specifiek de langdurige relatie met scholen benoemd die voor aanvang van het project al bestond, wat maakt dat buurtsportcoaches ervaren nu met scholen de diepte in te kunnen gaan en zich te richten op het schoolbeleid. Ook worden het vernieuwende karakter van workshops over voeding en suiker in Nijkerk, en freerunning en klimactiviteiten in Wageningen als succes gezien.

In Nijkerk wordt daarnaast het grote bereik als een succes ervaren: niet alleen zijn veel leerlingen bereikt op een groot aantal scholen, maar met de activiteiten hebben de buurtsportcoaches ook leerkrachten bereikt door het geven van tips over aandacht voor een gezonde leefstijl in de les en de pauzes. In Wageningen wordt in het bijzonder de pleintjessport ervaren als een activiteit die werkt door het laagdrempelige karakter en het buiten spelen in de wijk. Daarnaast benoemen de JOGG-regisseur en buurtsportcoaches in Wageningen de vraaggerichtheid van de scholenaanpak als een succes waarin met de opzet van JOGG-Wageningen wordt samengewerkt met uiteenlopende partners en partijen rondom het kind zoals scholen, kinderdagverblijven, buitenschoolse opvang, sportverenigingen en welzijnsorganisaties.

Ervaren moeilijkheden

Opvallend is dat in beide gemeenten twee dezelfde belemmeringen of moeilijkheden worden benoemd. Ten eerste geven verschillende geïnterviewden aan het lastig te vinden zich 'te bemoeien met' gezonde leefstijl, en zij vragen zich af hoe ver je hierin kan gaan als school, leerkracht, buurtsportcoach, JOGG regisseur, of gezondheidsprofessional. Geïnterviewden geven aan dat je dichtbij de keuzes en privacy van mensen komt. In Wageningen wordt aangegeven dat een positieve benadering bij deze moeilijkheid kan helpen door ouders niet de schuld te geven maar hen verder te helpen in de ontwikkeling van hun kind, zoals bijvoorbeeld een sportprestatie of het leren op school.

Een tweede punt dat zowel in Nijkerk als Wageningen als lastig wordt ervaren, is het betrekken van een brede groep ouders in activiteiten en het beleid, en het beperkte inzicht in hoe er thuis met leefstijl wordt omgegaan. Zowel de gesproken ouders, scholen als buurtsportcoaches geven aan dat het vaak dezelfde, betrokken ouders zijn die worden bereikt met ouderavonden en bijvoorbeeld activiteiten over voeding.

Daarnaast wordt in Wageningen benoemd dat het lastig is dat veel kinderen de wijk niet uitkomen om bijvoorbeeld naar een sportvereniging te gaan, en dat er in de weinig sportverenigingen en steeds minder sporthallen zijn. Ook geeft de JOGG-regisseur aan dat het lastig kan zijn om met veel verschillende partners binnen JOGG-Wageningen samen te werken en een relatie op te bouwen. Dit kost tijd, en organisaties hebben verschillende tijdspaden waardoor zij eerder concrete stappen willen maken in bijvoorbeeld het opzetten van activiteiten.

In Nijkerk ervaren buurtsportcoaches het als een uitdaging om lessen over bijvoorbeeld voeding en suiker af te stemmen op kinderen in de kleuterklassen: dit hebben zij ervaren als een lastig onderwerp voor deze leeftijdsgroep.

Borging

C.2.: Welke randvoorwaarden (beleid, organisatie, inzet middelen) zijn cruciaal voor het borgen van het bevorderen van een gezonde leefstijl bij kinderen, zoals het scholenproject in Nijkerk en Wageningen?

In beide gemeenten wordt aangegeven dat om een gezonde leefstijl bij kinderen te kunnen blijven bevorderen, het van belang is dat deze aandacht voor leefstijl en gezond opgroeien in het gehele schoolbeleid wordt ingebed als een 'gezonde leerlijn'. Voorbeelden hiervan zijn een gezond traktatiebeleid, gezonde tienuurtjes, en aandacht voor actieve pauzes, gymlessen, buiten bewegen en korte beweegmomenten in de les (energizers). Benoemde randvoorwaarden voor een gezonde leerlijn in het schoolbeleid zijn: draagvlak onder de directie en leerkrachten, geld voor en de aanwezigheid van (fysieke) voorzieningen zoals gymzalen, grasvelden, en de aanwezigheid van vakleerkrachten gym. Daarnaast wordt ouderparticipatie in het gezonde schoolbeleid gezien als randvoorwaarde: het belang en de invloed van ouders op leefstijl wordt door verschillende geïnterviewden benadrukt.

Daarnaast wordt in beide gemeenten benadrukt dat er op verschillende plekken in de samenleving, en zo vroeg mogelijk, structureel aandacht dient te zijn voor gezond opgroeien. Voorbeelden van deze plekken zijn de verloskundige praktijk, consultatiebureaus, de peuterspeelzaal, het kinderdagverblijf, scholen, buitenschoolse opvang en sportverenigingen. Gekoppeld aan deze structurele aandacht voor leefstijl op uiteenlopende plekken, benadrukken geïnterviewden in Wageningen het belang van integrale samenwerking en co-creatie. Het is voor de borging van een gezonde leefstijl belangrijk om de integrale samenwerkingsstructuur die is opgestart met het JOGG programma en de relaties die hierbinnen zijn opgebouwd, te behouden.

Hoewel beide gemeenten aangeven het belangrijk te vinden om structurele aandacht voor een gezonde leefstijl op scholen te hebben, lijkt deze structurele aandacht door de integrale samenwerkingsstructuur die is ontstaan binnen het JOGG-Wageningen programma, in deze gemeente meer te zijn geborgd en ingebed. En hoewel beide gemeenten flexibiliteit en vraaggerichtheid als belangrijk zien in het scholenproject, lijkt het scholenproject in Wageningen een nog wat vraaggerichter karakter te hebben. De buurtsportcoaches richten zich hierin op de (hulp)vragen vanuit scholen, en de manieren waarop zij met scholen kunnen samenwerken en meedenken om gezonde leefstijl activiteiten structureel aan te bieden en de aandacht voor gezond opgroeien in te bedden in het schoolbeleid. Daarentegen kent het Fit@School project in Nijkerk

een groter scholenbereik, en zijn in deze gemeente in korte tijd veel activiteiten met een grote diversiteit in thema's georganiseerd. Voor beide gemeenten blijft de inbedding van gezonde leefstijlactiviteiten gericht op voeding en beweging in het schoolbeleid, en het betrekken van ouders een aandachtspunt.

5.2. Discussie onderzoeksmethoden

Dit onderzoek kent meerdere sterke punten en verschillende stappen zijn ondernomen om de betrouwbaarheid en validiteit van de studie te vergroten. Daarnaast wordt kritisch gereflecteerd op de methodologische kwaliteit van dit onderzoek.

5.2.1. Relevante nieuwe inzichten

Dit monitor en evaluatieonderzoek heeft relevantie binnen de context van gezonde leefstijlbevordering bij kinderen binnen de setting van de school, alsook binnen andere delen van het systeem rondom het kind zoals het betrekken van ouders. Nieuwe inzichten betreffen de aanpak, activiteiten en het proces van gezonde leefstijlprojecten op scholen, ervaringen met het bevorderen van een gezonde leefstijl bij kinderen (op school), en randvoorwaarden voor de borging van het bevorderen van een gezonde leefstijl.

5.2.2. Mixed methods als geschikte onderzoeks aanpak

Om de betrouwbaarheid en validiteit van het onderzoek te vergroten, is triangulatie toegepast. Triangulatie wil zeggen dat er meer metingen zijn verricht vanuit verschillende invalshoeken ('t Hart et al., 2007). Ten eerste is methodische triangulatie toegepast. Binnen het onderzoek is gelijktijdig gebruik gemaakt van verschillende kwantitatieve en kwalitatieve methoden. Dit maakt het mogelijk om verschillende kanten van een thema of verschijnsel als het bevorderen van een gezonde leefstijl bij kinderen op school te belichten.

Daarnaast is datatriangulatie toegepast. Door gebruik te maken van een doelgerichte steekproef bestaande uit: leerlingen, ouders, leerkrachten, schooldirectie, projectontwikkelaars en -uitvoerders, projectmanagers, en andere gezondheidsprofessionals, is het bevorderen van een gezonde leefstijl bij kinderen vanuit verschillende perspectieven belicht. Dit vergroot de externe validiteit van het onderzoek. Externe validiteit heeft betrekking op de mate van generaliseerbaarheid of verplaatsbaarheid van onderzoeksconclusies naar andere situaties, personen, verschijnselen en tijdstippen dan die van het onderzoek (Van Zwieten en Willems, 2009).

Ook is het onderzoek uitgevoerd in twee verschillende settings of contexten: de gemeente Nijkerk en de gemeente Wageningen. Door oog te hebben voor zowel overeenkomsten als verschillen tussen de twee settings is een zo compleet mogelijk beeld proberen te schetsen van de scholenprojecten. Ten slotte is de methodologische kwaliteit bevordert door letterlijke citaten een belangrijke plaats in te laten nemen in de resultatenhoofdstukken. Op deze manier konden de gegevens op een verhalende en gedetailleerde wijze beschreven worden ('thick description').

5.2.3. Aandacht voor de rol van de onderzoeker

Hoewel de interviews door eenzelfde onderzoeker zijn afgenomen, is gelet op onderzoekersbias door tijdens de verschillende fasen van onderzoek geregeld andere personen in te schakelen, zogenaamde 'peer debriefing' (Hak, 2004). Door met andere personen te praten over de verschillende aspecten en fasen van

het onderzoek, is gereflecteerd op de rol van de onderzoeker. Bovendien zijn de interviewtranscripten opgenomen en volledig getranscribeerd, en zijn deze meerdere malen doorgenomen. Daarnaast zijn de verschillende stappen en gemaakte keuzes inzichtelijk gemaakt, en bevorderden de informatiebrieven en topiclijsten het zo veel mogelijk op dezelfde manier te werk gaan. Deze stappen bevorderen de interne betrouwbaarheid van het onderzoek.

5.2.4. Een kritische reflectie

Naast de hierboven genoemde stappen om de betrouwbaarheid en geldigheid te vergroten, is het ook belangrijk in te gaan op tekortkomingen van dit onderzoek. Hoewel gebruik is gemaakt van een doelgerichte steekproef waarin is beoogd een zo divers mogelijke groep participanten met relevante kenmerken te bereiken, kan er sprake zijn van een selectiebias. Participanten hebben deelgenomen op basis van bereidwilligheid: hierdoor kan het zijn dat deelgenomen ouders, leerkrachten en de schooldirectie zich bijvoorbeeld meer betrokken voelen bij gezonde leefstijlbevordering bij kinderen en hier meer aandacht voor hebben in hun dagelijks leven en werk dan anderen die niet hebben deelgenomen aan dit onderzoek. Een ander punt van reflectie betreft het feit dat in de gemeente Wageningen geen groepsgesprek met leerlingen heeft plaatsgevonden, en in Nijkerk geen gesprekken met ouders. In overleg met de projectmanagers en scholen is besloten om scholen zo min mogelijk te belasten in tijd en energie, en gebruik te maken van bestaande contactmomenten met ouders. Dit maakt dat het niet gelukt is om in beide gemeenten zowel gesprekken met ouders als leerlingen te voeren.

Daarnaast is het belangrijk te reflecteren op de sociaal wenselijkheid van antwoorden. Gezien de 'gevoeligheid' en 'sociaal wenselijkheid' van een thema als gezonde leefstijl, kan het zijn dat de antwoorden van de onderzoeksdeelnemers een vertekend beeld geven. Zo gaven bijvoorbeeld alle gesproken ouders aan dat een gezonde leefstijl belangrijk is in hun dagelijks leven, en dat zij hier aandacht voor hebben in de vorm van voldoende beweging en gezonde voeding. De vragenlijstresultaten met betrekking tot gezond voedings-, drink en eetgedrag onder leerlingen aan de andere kant, laten een negatiever beeld zien in vergelijking met resultaten van de GGD Kindermonitor uit 2013. Zo laat de Kindermonitor 2013 zien dat gemiddeld 70% van de kinderen 6 dagen of meer per week ontbijt. In dit onderzoek geeft slechts 30% van de kinderen in Nijkerk aan iedere dag te ontbijten, en 32% van de leerlingen in Wageningen. Dit verschil komt mogelijk voort uit het gegeven dat leerlingen de vragenlijst zelf hebben ingevuld: in het geval van de Kindermonitor vullen ouders de vragenlijst in. Wellicht overschatten ouders de mate van gezond voedingsgedrag, of vinden kinderen het lastig om hun voedingsgedrag aan te geven. Bovendien hebben in Wageningen slechts 68 leerlingen de vragenlijst ingevuld. Deze leerlingen zijn afkomstig van twee van de vier basisscholen die bereikt zijn met het scholenproject: OBS de Nude (nu OBS de Wereld) en SBO de Dijk. In het geval van Nijkerk ligt het aantal deelgenomen scholen en leerlingen hoger: 292 leerlingen van zes scholen hebben de vragenlijst ingevuld.

6. CONCLUSIE EN AANBEVELINGEN

Binnen het scholenproject in Nijkerk en Wageningen (Nijkerk en Wageningen Samen Gezond) zijn in beide gemeenten op scholen gezonde leefstijlactiviteiten georganiseerd. Het doel van dit monitor en evaluatieonderzoek was om inzicht te krijgen in a) het bereik en de participatie, b) de effecten, en c) de ervaren successen en belemmeringen en randvoorwaarden voor de borging van het scholenproject in Nijkerk en Wageningen. Dit onderzoek laat zien dat de projectaanpakken in de twee gemeenten verschillen in de organisatie, het aantal en de thema's van de georganiseerde activiteiten, en het bereik. In beide gemeenten vervullen buurtsportcoaches een verbindende rol in het organiseren en faciliteren van gezonde leefstijlactiviteiten. De resultaten duiden erop dat de aanpak van het scholenproject niet los kan worden gezien van de bredere JOGG-aanpak in de gemeenten. Zo heeft de gemeente Nijkerk het JOGG programma en de regeling buurtsportcoaches geïntegreerd en zijn de buurtsportcoaches van de stichting Nijkerk Sportief en Gezond grotendeels verantwoordelijk voor de uitvoering van JOGG. In Wageningen is met de start van het JOGG programma ingezet op een brede, integrale organisatiestructuur waarin uiteenlopende maatschappelijke, gemeentelijke en private partijen met elkaar samenwerken: het scholenproject maakt hier deel van uit.

De resultaten duiden op een diversiteit in bewustwording, positieve houding en gedrag ten opzichte van een gezonde leefstijl onder de school, ouders en leerlingen. De (structurele) aandacht voor gezond opgroeien lijkt samen te hangen met de ervaren tijds- en werkdruk van scholen en de persoonlijke interesse van leerkrachten, en met name in Wageningen verschillen in culturele achtergrond en daarmee samenhangende eetgewoonten van gezinnen. Dit onderzoek laat zien dat specifiek op het gebied van gezond voedingsgedrag onder leerlingen en ouders nog stappen kunnen worden gezet. De activiteiten lijken niet alleen invloed te hebben op de bewustwording van leerlingen, maar ook van hun ouders en kunnen leiden tot gezondere keuzes. Daarnaast bieden de activiteiten en de samenwerking met buurtsportcoaches leerkrachten handvatten om zelf aandacht te hebben voor beweeg en voedingsactiviteiten.

Kansrijke elementen binnen het scholenproject in Nijkerk en Wageningen zijn: het laagdrempelige contact en de samenwerking tussen scholen en buurtsportcoaches, het vernieuwende karakter van voedings- en beweegactiviteiten, het bereik, het creëren van extra beweegmomenten, en het vraaggerichte karakter van de activiteiten. De resultaten laten zien dat de activiteiten positief worden ontvangen vanwege het ervaren gebrek aan tijd om de activiteiten als leerkracht zelf te doen, een organisatie van buitenaf met een andere en deskundige invalshoek die enthousiast activiteiten faciliteert of organiseert, en het vernieuwende karakter van bijvoorbeeld lessen over voeding en suiker. Ervaren belemmeringen zijn: de moeilijkheid van het aansturen op een gezonde leefstijl en het 'hiermee bemoeien', het betrekken en bereiken van ouders, het gebrek aan fysieke voorzieningen zoals gymzalen en sportverenigingen in de wijk, en het gebrek aan vakdocenten gym, en de tijdsinvestering om samen te werken.

Voor de borging zijn verschillende aspecten en randvoorwaarden van belang. Ten eerste dient de aandacht voor een gezonde leefstijl te worden ingebed in het schoolbeleid. Randvoorwaarden hiervoor zijn draagvlak, en geld voor en de aanwezigheid van fysieke voorzieningen in de wijk en de beschikbaarheid van

vakleerkrachten gym. Daarnaast is het belangrijk dat ook op andere plekken dan de school aandacht is voor gezond opgroeien, waarbij er ruimte is voor samenwerking en co-creatie tussen verschillende betrokken partijen rondom het kind. Dit onderzoek duidt erop dat de inbedding van een gezonde leefstijl in het schoolbeleid en het betrekken van ouders aandachtspunten zijn voor de borging.

6.1. Aanbevelingen

Op basis van dit onderzoek zijn de volgende aanbevelingen gedaan voor praktijk, beleid en onderzoek voor gezonde leefstijlactiviteiten op scholen, en de borging van de aandacht voor een gezonde leefstijl:

6.1.1. Aanbevelingen voor praktijk

- Dit onderzoek laat zien dat scholen en leerlingen het positief ontvangen wanneer een organisatie van buitenaf zoals een buurtsportcoachteam uiteenlopende gezonde leefstijlactiviteiten aanbiedt op het gebied van voeding, water drinken, sporten, bewegen en fun. Buurtsportcoaches kunnen expertise, enthousiasme en nieuwe invalshoeken de klas binnen brengen op het gebied van aandacht voor een gezonde leefstijl. Zorg ervoor dat wanneer je als buurtsportcoachteam deze activiteiten eerst zelf organiseert, leerkrachten en ouders hierdoor geïnspireerd raken en handvatten krijgen om zelf structureel aandacht te besteden aan een gezonde leefstijl thuis en op school.
- Werk (als buurtsportcoachteam, beleidstrekkers binnen de gemeente en kartrekkers binnen de school) samen met het schoolteam aan de inbedding van een gezonde leefstijl in het schoolbeleid. Voorbeelden zijn het instellen van fruitdagen, gezonde tienuurtjes, een gezond traktatiebeleid, het instellen van korte beweegmomenten (energizers), actieve pauzesporten, en het integreren van methoden als Smaaklessen in het schoolcurriculum. Dit onderzoek laat zien dat ongeveer een kwart van de kinderen iedere dag groente eet, en dat ongeveer een derde iedere dag fruit eet. Deze percentages laten zien dat in het bevorderen van gezond eetgedrag nog slagen kunnen worden gemaakt.
- Stimuleer als school een dialoog binnen het team: wat verstaan de verschillende medewerkers onder een gezonde leefstijl, hoe hebben zij hier aandacht voor thuis en in de klas, wat werkt hun inziens wel of niet, wat zijn hun ervaringen? Besteed ook aandacht aan de manier waarop binnen het curriculum en het schoolbeleid nu al oog is voor een gezonde leefstijl. Op welke manier kan dit verder worden gebracht?
- Houd binnen de klas aandacht voor wat er mee naar school wordt genomen als het gaat om eten en drinken. Ga als leerkracht en leerlingen met elkaar in gesprek in de klas: wat heeft iedereen mee, is dit gezond of niet? Wat verstaan we onder gezond?
- Besteed als school aandacht aan het betrekken en bereiken van ouders, en begin op een klein niveau. Blijf ouders informeren, blijf toetsen wat zij belangrijk vinden en als gezond zien, en laat hen meedenken als het gaat om aandacht voor een gezonde leefstijl op school en thuis. Maak hierbij gebruik van bestaande contact- en samenkomstmomenten zoals: tien minutengesprekken, ouderavonden, koffie inloopmomenten, de ouderraad en medezeggenschapsraad.

- Dit onderzoek laat zien dat het lastig kan worden ervaren om aan te sturen op een gezonde leefstijl. Heb daarom oog voor de toon en manier waarop er aandacht is voor voeding en bewegen naar ouders en leerkrachten toe, en zorg dat dit aanspreekt. Wees niet belerend en vertel hen niet 'wat niet mag'. Ga daarentegen bijvoorbeeld in op dat als je gezond leeft je lekkerder in je vel zit als leerkracht, ouder en kind, en dat kinderen beter leren wanneer ze gezonder eten en actief zijn.
- Dit onderzoek laat zien dat eetgewoonten en percepties op wat gezond is, kunnen verschillen tussen culturele en etnische achtergronden. Besteed als school, gemeente, buurtsportcoachteam en andere professionals aandacht aan de diversiteit in (culturele) percepties op gezondheid en gezond gedrag.
- Nodig als school, sportprofessionals of gezondheidsprofessionals ouders en verzorgers uit voor ouder/verzorger-kind activiteiten op het gebied van gezond leven. Geef deze activiteiten een bewegend en interactief karakter zodat deelnemers niet alleen zitten en luisteren, maar gezond leven zelf aan den lijve ondervinden en geïnspireerd raken.

6.1.2. Aanbevelingen voor beleid

- Uit dit onderzoek komt naar voren dat scholen een tijds- en werkdruk vanuit het curriculum ervaren. Geef als beleidsmakers scholen de ruimte om aandacht voor leefstijl in het curriculum te verweven.
- In dit onderzoek wordt aangegeven dat de vakleerkracht gym wordt gemist door scholen. Dit is dan ook een aandachtspunt voor beleid.
- Verschillende geïnterviewden geven aan dat de financiering van projecten zoals Fit@School onzeker is, en dat deze projecten worden gemist wanneer zij niet kunnen worden gecontinueerd. Zorg voor financieringsmogelijkheden en subsidies die initiatieven op het gebied van een gezonde leefstijl en de borging hiervan faciliteren.

6.1.3. Aanbevelingen voor onderzoek

- Stimuleer binnen het scholenproject en het JOGG programma een leercultuur en reflectief vermogen door evaluatie van, en reflectie op het proces en de georganiseerde activiteiten. Actieonderzoek kan helpen bij het reflecteren op ervaren successen en belemmeringen van de samenwerking en activiteiten. Gebruik instrumenten om dit inzichtelijk te maken, dit verhoogt de betrokkenheid van deelnemers. Een voorbeeld is een kort vragenlijstje of gesprekje onder leerlingen na afloop van een activiteit. Een ander voorbeeld is het activiteitenformulier wat in de gemeente Wageningen al wordt gebruikt om JOGG-activiteiten en de samenwerking hierin te evalueren (zie bijlage 5). Zorg dat in instrumenten niet alleen de mening en visie van ontwikkelaars en uitvoerders, maar ook van kinderen, ouders en leerkrachten wordt meegenomen. Zorg daarnaast dat successen en verbeterpunten worden vastgelegd en worden gedeeld met betrokkenen en collega's, zodat projecten en activiteiten nog meer verfijnd en aangepast kunnen worden aan de wensen van betrokkenen. Zo ligt het percentage kinderen dat in dit onderzoek aangeeft vaker activiteiten over gezonde voeding te willen hebben, aanzienlijk lager in vergelijking met sport- en beweegactiviteiten. Als wordt gekeken naar het lage percentage kinderen dat iedere dag groente en fruit eet, lijkt deze aandacht voor gezonde voeding wel van belang te zijn. Door

middel van het inbedden van monitoring en evaluatie binnen de activiteiten, kunnen de perspectieven van kinderen beter inzichtelijk worden gemaakt en activiteiten zoals voedingslessen betere aan de behoeften en de perspectieven van leerlingen worden aangepast.

- Besteed in volgende onderzoeken naar scholenprojecten en JOGG aandacht aan het benaderen van een brede groep ouders en kinderen. In dit onderzoek hebben 360 kinderen uit de gemeente Nijkerk en Wageningen een vragenlijst ingevuld, waarvan slechts 68 uit Wageningen. In vervolgonderzoek is het belangrijk een vragenlijst over voedings- en beweeggedrag en waardering van activiteiten door nog meer leerlingen in te laten vullen. Daarnaast lijken de ouders die deelgenomen hebben aan dit onderzoek vooral gezondheidsbewuste ouders te zijn. Het is daarom interessant om in vervolgonderzoek ook met ouders in gesprek te gaan die nog minder open staan voor een gezonde leefstijl of hier nog minder mee bezig zijn.
- Besteed aandacht aan de manier waarop vragenlijsten over voedings- en beweeggedrag worden ingevuld. In dit onderzoek vulden leerlingen van groep zes tot en met acht de vragenlijst zelf in. Bij de kindermonitor van de GGD vullen ouders de vragen voor hun kinderen in. Opvallend is dat in dit onderzoek de percentages kinderen dat iedere dag groente of fruit eet, iedere dag ontbijt of minimaal een uur per dag beweegt, aanzienlijk lager liggen in vergelijking met de cijfers uit de GGD kindermonitor.

7. LITERATUUR

- Baarda, B., Bakker, E., Julsing, M., Fischer, T., Peters, V., & Van de Velden, T (2013). Basisboek Kwalitatief onderzoek. Groningen/Houten: Noordhoff Uitgevers.
- Baarda, D. B., de Goede, M. P. M., & Teunissen, J. (2005). Basisboek Kwalitatief Onderzoek: Handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek. Groningen/Houten: Wolters Noordhoff.
- Bowling, A. & Ebrahim, S. (2005). Handbook of Health Research Methods: investigation, measurement and analysis. Berkshire: Open University Press.
- Hak, T. (2004). Waarnemingsmethoden in kwalitatief onderzoek. Huisarts en Wetenschap, 47(11): 502-508.
- Hart, H. 't., Boeije, H., & Hox, J. (2007). Onderzoeksmethoden. Utrecht: Boom Onderwijs.
- JOGG. (2016). Jongeren Op Gezond Gewicht: het doel. Geraadpleegd op 05-06-2016 via <https://jongerenopgezondgewicht.nl/het-doel>.
- Kist-van Holthe, J.E., Bulk-Bunschoten, A.M.W., Renders, C.M., L'Hoir, M., Kuijpers, T., HiraSing, R.A. (2012). Richtlijn 'overgewicht' voor de jeugdgezondheidszorg. Nederlands tijdschrift voor Geneeskunde, (156): A4718.
- Koelen, M. A. & van den Ban, A. W. (2004). Health education and health promotion. Wageningen: Wageningen academic publishers.
- Nijkerk en Wageningen. (2014). Projectvoorstel Nijkerk en Wageningen Samen Gezond. Nijkerk/Wageningen: Nijkerk Sportief en Gezond & Gemeente Wageningen.
- Reijgersberg, N., Pulles, I., Breedveld, K., & de Hollander, E. (2015). Monitor Jongeren Op Gezond Gewicht 2015. Utrecht: Mulier Instituut.
- Schönbeck, Y. Talma, H., van Dommelen, P., Bakker, B., Buitendijk, S. E., HiraSing, R. A., & van Buuren, S. (2011). Increase in prevalence of overweight in Dutch children and adolescents: A comparison of nationwide growth studies in 1980, 1997 and 2009. PLoS ONE, (6):11, 1-8.
- Scriven, A., & Hodgkin, M. (2012). Health Promotion Settings. Principles and Practices. London: Sage Publications.
- Van Koperen, .M., & Seidell, J. (2010). Overgewichtpreventie, een lokale aanpak naar Frans voorbeeld. Praktische Pediatrie, 2: 10-14.
- Van Koperen, T.M., Jebb, A., Summerbell, C.D., Visscher, T.L.S., Romon, M., Borys, J.M., & Seidell, J.C. (2012). Characterizing the EPODE logic model: unravelling the past and informing the future. Obesity Reviews, 14: 163-170.
- Van Zwieten, M. & Willems, D. (2004). Waardering van kwalitatief onderzoek. Huisarts en wetenschap, 47(13): 631-635.
- WHO (1986). Ottawa Charter for Health Promotion. Geneva: WHO.
- WHO (2016). Obesity and Overweight. Geraadpleegd op 04-06-2016 via www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en.

8. BIJLAGEN

Bijlage 1 Topiclijsten interviews

- A. Topiclijst projectmanagers
- B. Topiclijst ontwikkelaars/uitvoerders
- C. Topiclijst leerkrachten/directie

Bijlage 2 Opzet focusgroep leerlingen Nijkerk

Bijlage 3 Vragenlijst voeding en bewegen

Bijlage 4 Steekwoorden borging - focusgroep JOGG Wageningen

Bijlage 5 Activiteitenformulier voor monitoring en evaluatie

Bijlage 1 Topiclijsten interviews

A. Interviewleidraad monitoring scholenproject in Nijkerk en Wageningen

Versie: *projectmanagers*

i. **Opening**

- Introductie en doel gesprek:1) uw visie op het scholenproject [in Nijkerk of Wageningen] 2) wat zijn door u ervaren successen en belemmeringen in het opzetten en uitvoeren van de JOGG scholenaanpak, en 3) wat zijn randvoorwaarden van het borgen van de aanpak in de toekomst?
- Toestemming voor opnemen gesprek

ii. **Dit deel gaat over uw betrokkenheid bij het scholenproject**

- Sinds wanneer bent u betrokken bij het scholenproject?
- Wat ziet u als uw functie binnen het scholenproject?

iii. **Dit deel gaat over de aanpak en meer specifiek de activiteiten**

- Wat is voor u het doel/de doelen van het scholenproject [in Nijkerk of Wageningen]?
- Wat ziet u als de speerpunten van de aanpak?
 - Hoe vertalen jullie deze speerpunten in de activiteiten/interventies?
 - Hoe willen jullie deze speerpunten gaan vertalen naar toekomstige activiteiten/interventies?
 - Wat zou uw kunnen zijn hierin? Welke rollen ziet u voor andere partijen?
- Welke partijen/organisaties/groepen zijn betrokken bij de ontwikkeling en uitvoering van de activiteiten in het kader van het scholenproject (e.g. management en docenten van scholen, ouders, gemeente, zorg- en welzijnsorganisaties, andere sportorganisaties)
 - Zijn er ook belangrijke partijen die nu nog niet betrokken zijn?
 - Hoe is deze samenwerking in uw ogen tot nu toe verlopen?
 - Wat maakt dit?

iv. **Dit deel betreft de houding en bewustzijn van betrokkenen ten opzichte van een gezonde leefstijl**

- In hoeverre is er naar uw idee sprake van een (groeïend) bewustzijn en een positieve houding onder leerlingen, ouders, de school?
 - Waaruit blijkt dit?
 - Wat maakt dit volgens u?
 - Verschillen tussen groepen/partijen?
- Heeft u ideeën over hoe dit bewustzijn en betrokkenheid verder kan worden vergroot?

v. **Dit deel gaat over succesfactoren en belemmeringen**

- Welke successen heeft u ervaren bij het opzetten en uitvoeren van gezonde leefstijl activiteiten op scholen in het kader van het scholenproject? (*ideeën van factoren/aspecten die aan bod kunnen komen of waar naar gevraagd kan worden: inhoud of opbouw activiteiten, samenwerking betrokken partijen, draagvlak, invloed sociale omgeving, middelen*)
 - Wat maakt dat dit een succes was?/ Wat droeg daaraan bij?

- Welke moeilijkheden/belemmeringen heeft u ervaren bij het opzetten en uitvoeren van gezonde leefstijl activiteiten op scholen in het kader van het scholenproject? (*ideeën van factoren/aspecten die aan bod kunnen komen of waar naar gevraagd kan worden: inhoud of opbouw activiteiten en aansluiting bij doelgroep, samenwerking betrokken partijen, draagvlak, invloed sociale omgeving, middelen*)
 - Wat maakt dat dit een belemmering vormde?
 - Hoe bent u hiermee omgegaan?

vi. Dit deel gaat over de borging van gezonde leefstijl projecten zoals JOGG

- Hoe ziet u de blijvende aandacht en projecten voor een gezonde leefstijl op scholen zoals JOGG graag in de toekomst?
 - Welke randvoorwaarden zijn volgens u belangrijk voor deze borging? Aspecten waar hierbij aan gedacht kunnen worden zijn: beleid, organisatie (betrokken partijen, samenwerking, draagvlak, leiderschap), middelen (tijd, geld, locatie)
 - In hoeverre zijn deze randvoorwaarden op dit moment wel of niet aanwezig?

vii. Tot slot....

- Als dit onderzoek een boodschap van u op het gebied van gezonde leefstijl projecten/interventies op scholen mee zou moeten meenemen voor andere gemeenten, welke boodschap zou dit dan zijn?
- Heeft u het idee dat er relevante vragen nog niet gesteld zijn of dat we iets hebben overgeslagen?
- Hartelijk bedankt voor uw tijd!

B. Interviewleidraad Monitoring scholenproject in Nijkerk en Wageningen

Versie: ontwikkelaars/uitvoerders

viii. Opening

- Introductie en doel gesprek: 1) welke activiteiten zijn in het kader van het scholenproject en voor wie, en 2) wat zijn ervaren successen en belemmeringen in het opzetten en uitvoeren van het scholenproject, en wat zijn randvoorwaarden van het borgen van de aanpak in de toekomst?
- Toestemming voor opnemen gesprek

ix. Dit deel gaat over uw betrokkenheid bij het scholenproject

- Sinds wanneer zijn bent u betrokken bij het scholenproject?
- Op welke wijze betrokken/wat ziet u als uw functie binnen het scholenproject?

x. Dit deel gaat over de aanpak en meer specifiek de activiteiten

- Wat is voor u het doel/de doelen van het JOGG deelproject op scholen?
- Wat ziet u als de speerpunten van de aanpak?
 - Hoe vertalen jullie deze speerpunten in de activiteiten/interventies?
- Kunt u meer vertellen over waar u nu staat met betrekking tot het project en de specifieke activiteiten/interventies?
- Welke activiteiten hebben tot nu toe zoal plaatsgevonden?
- Kunt u iets meer vertellen over de doelgroep van de activiteiten en hun achtergrond/kennis/vaardigheden? (ook: alleen leerlingen of ook bij ouders?)
 - Hebben jullie een idee van hoeveel scholen/kinderen/ouders jullie hebben bereikt met de activiteiten?
- Welke partijen/organisaties/groepen zijn betrokken bij de ontwikkeling en uitvoering van het scholenproject? (e.g. management en docenten van scholen, ouders, gemeente, zorg- en welzijnsorganisaties, andere sportorganisaties)
 - Hoe werkt u samen met deze organisaties?
- Hoe zijn volgens jullie verschillende activiteiten verlopen?
 - Heeft u een idee hoe de activiteiten zijn gewaardeerd door de leerlingen, docenten, ouders? (en waar blijkt dit uit?)

xi. Dit deel betreft de houding en bewustzijn van betrokkenen ten opzichte van een gezonde leefstijl

- In hoeverre is er naar uw idee sprake van een (groeierend) bewustzijn en een positieve houding onder leerlingen, ouders, de school?
 - Waaruit blijkt dit?
 - Wat maakt dit volgens u?

xii. Dit deel gaat over succesfactoren en belemmeringen

- Welke successen heeft u ervaren bij het opzetten en uitvoeren van gezonde leefstijl activiteiten op scholen in het kader van het scholenproject? (*ideeën van factoren/aspecten die aan bod*

kunnen komen of waar naar gevraagd kan worden: inhoud of opbouw activiteiten, samenwerking betrokken partijen, draagvlak, invloed sociale omgeving, middelen)

- Wat maakt dat dit een succes was?/ Wat droeg daaraan bij?
- Welke moeilijkheden/belemmeringen heeft u ervaren bij het opzetten en uitvoeren van gezonde leefstijl activiteiten op scholen in het kader van het scholenproject? *(ideeën van factoren/aspecten die aan bod kunnen komen of waar naar gevraagd kan worden: inhoud of opbouw activiteiten en aansluiting bij doelgroep, samenwerking betrokken partijen, draagvlak, invloed sociale omgeving, middelen)*
 - Wat maakt dat dit een belemmering vormde?
 - Hoe bent u hiermee omgegaan?

xiii. Dit deel gaat over de borging van gezonde leefstijl projecten zoals JOGG

- Hoe ziet u de blijvende aandacht en projecten voor een gezonde leefstijl op scholen zoals JOGG graag in de toekomst?
 - Welke randvoorwaarden zijn volgens u belangrijk voor deze borging? Aspecten waar hierbij aan gedacht kunnen worden zijn: beleid, organisatie (betrokken partijen, samenwerking, draagvlak, leiderschap), middelen (tijd, geld, locatie)
 - In hoeverre zijn deze randvoorwaarden op dit moment wel of niet aanwezig?

xiv. Tot slot...

- Als dit onderzoek een boodschap van u op het gebied van gezonde leefstijl projecten/interventies op scholen mee zou moeten meenemen voor andere gemeenten, welke boodschap zou dit dan zijn?
- Heeft u het idee dat er relevante vragen nog niet gesteld zijn of dat we iets hebben overgeslagen?
- Hartelijk bedankt voor uw tijd!

C. Interviewleidraad Monitoring scholenproject in Nijkerk en Wageningen

Versie: Leerkrachten/directie

xv. Opening

- Introductie onderzoek
- Doel gesprek: 1) aandacht voor gezonde leefstijl op uw school en gezonde leefstijl activiteiten op uw school, uw betrokkenheid hierbij en uw ervaringen, en 2) wat zijn randvoorwaarden van het borgen van de aanpak in de toekomst?
- Toestemming voor opnemen gesprek

xvi. Openingsvragen

- Sinds wanneer bent u werkzaam op [naam school?]
- Kunt u wat meer vertellen over uw functie op [naam school]
- Kunt u wat meer vertellen over de speerpunten van uw school, waar staat uw school voor?

xvii. Dit deel gaat over gezonde leefstijl op uw school

- Wat betekent gezonde leefstijl en gezond opgroeien op uw school?
 - Op welke manieren heeft uw school hier aandacht voor?
- Kunt u wat meer vertellen hoe uw school contacten heeft en samenwerkt met organisaties op het gebied van bewegen en gezonde voeding zoals [Nijkerk Sportief en Gezond/Sportservice Wageningen of Solidez?]
- Kunt u een aantal activiteiten noemen die in samenwerking met [Nijkerk Sportief en Gezond/Sportservice Wageningen en/of Solidez] hebben plaatsgevonden?
 - Voor wie waren deze activiteiten?
- Hoe bent u bij deze activiteiten betrokken geweest?
- Hoe zijn naar uw idee de activiteiten verlopen?
 - Wat ging goed, wat ging minder?
 - Hoe zijn de activiteiten door de leerlingen en indien van toepassing ouders) ontvangen, naar uw idee?
 - Heeft u ideeën over hoe de activiteiten kunnen worden verbeterd?
- Hoe ervaart u de samenwerking met organisaties als [Nijkerk Sportief en Gezond/Solidez en Sportservice Wageningen]?
 - Wat ervaart u als successen in de samenwerking?
 - Zijn er ook aspecten in de samenwerking die verbeterd kunnen worden?

xviii. Dit deel betreft de houding en bewustzijn van leerlingen en ouders ten opzichte van een gezonde leefstijl

- In hoeverre is er naar uw idee sprake van een (groeïend) bewustzijn en een positieve houding ten opzichte van een gezonde leefstijl onder leerlingen?
 - Waaruit blijkt dit?
 - Wat maakt dit volgens u?

- In hoeverre ziet u een verschil tussen ouders en leerlingen in houding en bewustzijn ten opzichte van een gezonde leefstijl ?
- In hoeverre zijn ouders betrokken bij de organisatie en uitvoering van gezonde leefstijl op uw school?
 - Hoe pakt u dit aan als docent?
 - Heeft u ideeën over hoe bewustzijn en betrokkenheid van ouders verder kan worden vergroot?

xix. Dit deel gaat over de borging van gezonde leefstijl projecten het scholenproject

- Hoe ziet u de blijvende aandacht en projecten voor een gezonde leefstijl op scholen zoals het scholenproject graag in de toekomst?
 - Welke randvoorwaarden zijn volgens u belangrijk voor deze borging? Aspecten waar hierbij aan gedacht kunnen worden zijn: beleid, organisatie (betrokken partijen, samenwerking, draagvlak, leiderschap), middelen (tijd, geld, locatie)
 - In hoeverre zijn deze randvoorwaarden op dit moment wel of niet aanwezig

xx. Tot slot....

- Als dit onderzoek een boodschap van u op het gebied van aandacht voor gezonde leefstijl op scholen mee zou moeten meenemen voor andere gemeenten, welke boodschap zou dit dan zijn? (en voor de provincie)
- Heeft u het idee dat er relevante vragen nog niet gesteld zijn of dat we iets hebben overgeslagen?
- Hartelijk bedankt voor uw tijd!

Bijlage 2 Opzet groepsgesprek leerlingen Nijkerk over Fit@School

Datum: 16-06-2016

Aantal deelnemers: 8

Starttijd: 11:00

Facilitator: M.B.

Eindtijd: 11:40

Observant/notulen: D.M.

Locatie:

Wat	Hoe lang	Omschrijving/bijzonderheden
Introductie	5 min	<ul style="list-style-type: none"> - Welkom, voorstellen - Uitleg over project: Meesters van Nijkerk Sportief en Gezond zijn bij jullie op school geweest voor verschillende lessen en activiteiten over bewegen en sporten. Van jullie meester hoorden we dat jullie circus en acrobatiek les hebben gehad, springtouwen, en dat jullie een tijdje een bureaufiets/deskbike in de klas hebben gehad. Herinneren jullie je de meesters? En de activiteiten waar jullie aan hebben meegedaan? - We zijn benieuwd naar wat jullie daarvan vonden. Jullie mening is erg belangrijk, want zo kunnen we de activiteiten verbeteren zodat ze nog beter passen bij wat jullie als leerlingen leuk vinden. - Wat gaan we doen in het groepsgesprek, welke vragen en op welke manier, hoe lang zal het duren? (Laat structuur zien op flip-over vel) - Denk bij de vragen aan de activiteiten van Nijkerk Sportief en Gezond waar jullie hier op school aan hebben meegedaan. (Circus en acrobatiek les, springtouwen, bureaufiets/deskbike). Geen goede of foute antwoorden, benieuwd naar jullie ervaringen met de activiteiten en wat je ervan vond. Als je een vraag niet wilt of kunt beantwoorden hoeft dit ook niet. Probeer tijdens het groepsgesprek 1 voor 1 te praten in plaats van door elkaar heen te praten, en elkaar niet te onderbreken. Zo kunnen wij het gesprek makkelijker volgen, en horen we van ieder van jullie zijn of haar meningen en ideeën. - Opnemen gesprek met voice-recorder (laten zien). Jullie blijven anoniem, dat wil zeggen dat niemand weet wat jullie hier antwoorden en vertellen. - Hebben jullie nog vragen?
1.Activiteiten: wat leuk?	10 min.	<ul style="list-style-type: none"> - 1A. Wat vonden jullie leuk aan de activiteiten? - Probeer voor iedere activiteit waar je aan hebt meegedaan (dus de circus en acrobatiekles, de springtouw les, en de bureaufiets in de klas) kort op een plakbriefje te schrijven wat je er leuk aan vond. Voor iedere activiteit kun je een ander briefje gebruiken. Plak het briefje op het grote vel bij de activiteit waar je briefje over gaat. - Als iedereen dit rustig voor zichzelf heeft gedaan, mag iedereen een voor een vertellen wat hij of zij heeft opgeschreven en als je wil, dit verder uitleggen. - 1B. Kunnen jullie voor iedere activiteit vertellen wat jullie op de briefjes hebben geschreven?
2.Activiteiten:	10	<ul style="list-style-type: none"> - 2A. Wat vonden jullie minder leuk of niet leuk aan de activiteiten? - Probeer voor iedere activiteit waar je aan hebt meegedaan (dus de

Wat minder leuk?	min.	<p>circus en acrobatiekles, de springtouw les, en de bureaufiets in de klas) kort op een plakbriefje te schrijven wat je er minder of niet leuk aan vond. Voor iedere activiteit kun je een ander briefje gebruiken. Plak het briefje op het grote vel bij de activiteit waar je briefje over gaat.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Als iedereen dit rustig voor zichzelf heeft gedaan, mag iedereen een voor een vertellen wat hij of zij heeft opgeschreven en als je wil, dit verder uitleggen. - 2B. Kunnen jullie voor iedere activiteit vertellen wat jullie op de briefjes hebben geschreven?
3.Toekomstige activiteiten, wat lijkt je leuk	10 min.	<ul style="list-style-type: none"> - 3A. Stel er komen volgend schooljaar nieuwe sport- en beweeg activiteiten van de meesters van Nijkerk Sportief en Gezond die jullie zelf mogen uitkiezen. Welke activiteiten lijken je dan leuk om te doen? - 3B. Kun je uitleggen wat je zo leuk lijkt aan deze activiteiten? <p>N.B.: Een van de deelnemers kun je laten beginnen. Daarna de deelnemers op elkaar laten reageren: wat denken jullie van deze activiteit(en)? Welke activiteiten lijken jullie zelf nog meer leuk/ of wel leuk? De verschillende genoemde activiteiten kunnen op een flip-over vel als een soort woordweb worden opgeschreven met 'nieuwe activiteiten' in het midden.</p>

Bijlage 3 Vragenlijst voeding en bewegen

Inleiding vragenlijst

Beste leerling,

In deze vragenlijst zijn we benieuwd naar eten, drinken en bewegen in jouw dagelijks leven. Ook willen we graag weten wat jij vindt van activiteiten over bewegen en voeding bij jou op school.

Jouw antwoorden blijven anoniem, dat betekent dat niemand te weten komt wat je hebt ingevuld.

Het invullen van de vragenlijst duurt ongeveer 5 minuten.

Alvast bedankt voor het invullen!

Vraag 1. Ben je een jongen of een meisje?

- Jongen
- Meisje

Vraag 2. Op welke school zit je?

(open vraag).....

Vraag 3. In welke groep zit je?

- Groep 6
- Groep 7
- Groep 8
- Eerste klas voortgezet onderwijs
- Tweede klas voortgezet onderwijs

De volgende vragen gaan over eten, drinken en bewegen in jouw dagelijks leven.

Vraag 4. Hoeveel dagen per week ontbijt je meestal?

- (Bijna) nooit
- 1 dag per week
- 2 dagen per week
- 3 dagen per week
- 4 dagen per week
- 5 dagen per week
- 6 dagen per week
- Elke dag

Vraag 5. Hoeveel dagen per week eet je meestal fruit? (Bijvoorbeeld appels, sinaasappels, mandarijnen, bananen, kiwi, enzovoorts)

- (Bijna) nooit
- 1 dag per week
- 2 dagen per week
- 3 dagen per week
- 4 dagen per week
- 5 dagen per week
- 6 dagen per week
- Elke dag

Vraag 6. Hoeveel dagen per week eet je meestal groente? (Bijvoorbeeld paprika, broccoli, sla, andijvie, bloemkool, sperziebonen, wortel, enzovoorts)

- (Bijna) nooit
- 1 dag per week
- 2 dagen per week
- 3 dagen per week
- 4 dagen per week
- 5 dagen per week
- 6 dagen per week
- Elke dag

Vraag 7. Hoeveel glazen zoete drankjes drink je meestal per dag?

(Denk hierbij aan andere drankjes dan water en thee zonder suiker zoals: frisdrank, limonade, Roosvicee, Wicky, thee met suiker, ice-tea, vruchtensappen, Dubbelfrisss, chocolademelk, yogidrink, Fristi, milkshake, AA drink, enzovoorts)

- Geen of minder dan 1 glas per dag
- 1 glas per dag
- 2 glazen per dag
- 3 glazen per dag
- 4 glazen per dag
- 5 glazen per dag
- Meer dan 5 glazen per dag

Vraag 8. Hoeveel glazen water of thee zonder suiker drink je meestal per dag?

- Geen of minder dan 1 glas per dag
- 1 glas per dag
- 2 glazen per dag
- 3 glazen per dag
- 4 glazen per dag
- 5 glazen per dag
- Meer dan 5 glazen per dag

Vraag 9. Neem de afgelopen week in gedachten. Hoeveel dagen van de week besteed je minimaal één uur (60 minuten) aan verschillende beweegactiviteiten bij elkaar opgeteld? Dit kan zijn: lopen of fietsen van en naar school, het gymmen op school, sporten bij een sportvereniging, en sporten buiten (bijvoorbeeld voetballen op straat).

- Geen enkele dag
- 1 dag
- 2 dagen
- 3 dagen
- 4 dagen
- 5 dagen
- 6 dagen
- 7 dagen

De volgende zinnen gaan over activiteiten bij jou op school die te maken hebben met bewegen en gezonde voeding. Kies het antwoord dat het beste bij je past.

		Helemaal niet mee eens	Niet mee eens	Niet mee eens, niet mee oneens	Mee eens	Helemaal mee eens	Weet ik niet
Vraag 10.	Ik vind de gymles op school leuk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vraag 11.	Ik vind activiteiten op school over voeding leuk (zoals gezonde voedingslessen, smaaklessen, schoolmoestuin, waterdrinkweek)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vraag 12.	Ik vind de sport- en beweegactiviteiten van de meesters en juffen van <i>Nijkerk Sportief en Gezond</i> leuk (zoals atletiek, frisbee, balspelen, circus, springtouw, eurofittest)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	/ Ik vind de sport- en beweegactiviteiten van <i>Sportservice Wageningen</i> op school leuk (zoals de schoolsport olympiade, gastgymles door een sportvereniging, pleintjessport, keuzecursus)						
Vraag 13.	Ik zou graag vaker activiteiten op school over gezonde voeding willen hebben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vraag 14.	Ik zou graag vaker sport- en beweegactiviteiten op school willen hebben van de meesters en juffen van <i>Nijkerk Sportief en Gezond</i> / Ik zou graag vaker sport- en beweegactiviteiten op school willen hebben van <i>Sportservice Wageningen</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bijlage 4 Steekwoorden borging focusgroep met JOGG stakeholders Wageningen

Kader 2: Wat is belangrijk in de borging van gezonde leefstijlbevordering?

Bewust voedingsbeleid scholen/kinderdagopvang/buitenschoolse opvang
Lessenserie op scholen opgenomen in het jaarrooster
Monitoring van gezondheidsstatus van doelgroep
Ik vergeet nooit mijn waterflesje
Voorbeeld personen in gedrag
Inbedden in landelijk beleid (meer preventie)
Procevaluatie
Beleid
Systeemaanpak samenwerkingen
Gezonde voeding is toch logisch
Participatieve interventies (moet vanuit de doelgroep zelf komen, niet 'opgelegde' interventies)
Structureel in plaats van eenmalig
Netwerk/contact momenten structureel
Laagdrempelig, logische keus
Sportclinics, sportcoaches: tijdens gym uren en pauzes
In het beleid opnemen
Regelmatig campagnes
Herhaling: niet 'eenmalig' iets doen/aanbieden
Zichtbaar aanbod van water in openbare ruimtes
Voorbeeldfunctie medewerkers
ouders
Lekkere trek? Ik eet een appel
Als jongere kies ik zelf wat goed is en gezond, want ik ben me bewust van de waarde
Inzichtelijk hebben wat wel en niet werkt
Slogan
Thema 'gezonde leefstijl' gebruiken op scholen/ Workshops op onder andere scholen, kinderdagverblijf gerelateerd aan gezonde leefstijl.
In beleid van organisaties: jaarplan scholen, beleid kinderopvang, etc.
Bewustwording
Gezondere producten (fruit, water etc.) aanbieden op scholen, sportverenigingen etc.

Bijlage 5 Activiteitenformulier voor monitoring en evaluatie

JOGG-Wageningen formulier activiteitenmonitor

Naam:

Organisatie:

Datum:

Kenmerken van de activiteit

<i>Datum activiteit:</i>
<i>Locatie/setting:</i>
<i>Doel:</i>
<i>Doelgroep:</i>
<i>Aantal deelnemers:</i>
<i>Beschrijving activiteit: wat is er gedaan:</i>
<i>Kosten:</i>

Samenwerking:

Indien van toepassing, welke andere organisaties/partijen zijn betrokken geweest bij de ontwikkeling en/of uitvoering van de activiteit?

- 1.
- 2.

3.

Hoe is deze samenwerking verlopen?

Proces/oordeel activiteit:

Wat verliep goed (ben je trots op)?

Wat kan er beter (leerpunten)?

Met welk cijfer tussen de 0 en de 10 beoordeel je de activiteit?

Helemaal ingevuld? Sla het formulier op in de JOGG-Wageningen dropbox met als titel de naam van de activiteit, datum en organisatie. Alvast bedankt!