

Beweeg Wijs

Werkblad beschrijving interventie

Gebruik de HANDLEIDING bij dit werkblad

Datum: december 2019

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstituten:

Nederlands
Jeugd
instituut



Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Beweeg Wijs

E-mail: info@beweegwijs.nl

Telefoon: 0545-296858

Website (van de interventie): www.beweegwijs.nl

Contactpersoon 1

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam : J.R. (Ron) ten Broeke

E-mail : info@beweegwijs.nl

Telefoon : 06-13079384

Contactpersoon 2 (indien van toepassing)

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam :

E-mail :

Telefoon :

Referentie in verband met publicatie

Naam auteur interventiebeschrijving:

Titel interventie: Beweeg Wijs

Databank(en):

Plaats, instituut: Neede

Datum: februari 2019

Het werkblad is een invulformulier voor het maken van een interventiebeschrijving, geordend naar onderwerp (doelgroep, doel, enzovoort). De onderwerpen volgen de criteria voor beoordeling. De interventiebeschrijving is een samenvatting van de beschikbare schriftelijke informatie over de interventie voor de bezoeker van de databanken effectieve interventies en voor de erkenningscommissie interventies. De informatie is van belang voor de beoordeling van de kwaliteit, effectiviteit en randvoorwaarden van de interventie.

Kijk bij het invullen in de handleiding die bij dit werkblad hoort.

Colofon	2
Inhoud	3
Samenvatting	4
<i>Korte samenvatting van de interventie</i>	4
Doelgroep	4
Doel	4
Aanpak	4
Materiaal	4
Onderbouwing	4
Onderzoek	5
1. Uitgebreide beschrijving	6
Beschrijving interventie	6
1.1 Doelgroep	6
1.2 Doel	7
1.3 Aanpak	8
2. Uitvoering	14
3. Onderbouwing	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
4. Onderzoek	27
4.1 Onderzoek naar de uitvoering	27
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten	29
5. Samenvatting Werkzame elementen	30
6. Aangehaalde literatuur	31
7. Praktijkvoorbeeld	33

Samenvatting

Eén A-4tje, max 600 woorden

Korte samenvatting van de interventie – max 150 woorden

Beweeg Wijs gaat aan de slag met bewegen in de school; bewegen passend bij de mogelijkheden van elk individueel kind. Samen proberen we elk kind elke dag (met plezier) minimaal een uur te laten bewegen. De nadruk ligt daarbij op spelen en beleving.

Beweeg Wijs maakt het optimaal gebruik van de schoolomgeving tot een nieuw schoolvak. Dat gaat stap voor stap waarbij het schoolteam in geleidelijk tempo trainingen volgt om zich te ontwikkelen van pleinwacht tot pleincoach. Daardoor komt er meer oog voor motorisch minder vaardige kinderen en voor kinderen die het buiten zijn soms als sociaal onveilig ervaren. Met natuurlijk ook ruimte en aandacht voor de vaardige kinderen.

Onderdeel van de methode zijn de ingedeelde kleurenzones op het schoolplein. Bij elke kleurenzone horen specifieke activiteiten die afgestemd zijn op de sociaal emotionele ontwikkeling van de leerlingen. Dit is een wetenschappelijk bewezen strategie om lichamelijke activiteit te bevorderen. Spelen is tenslotte de belangrijkste beweegactiviteit van kinderen.

Doelgroep – max 50 woorden

De Beweeg Wijs methodiek 4 – 12 jaar richt zich op kinderen van 4 t/m 12 jaar in het reguliere en speciale basisonderwijs en de tussen- en naschoolse opvang.

Doel – max 50 woorden

Het doel van Beweeg Wijs is dat kinderen van 4-12 jaar na twee jaar Beweeg Wijs meer en gevarieerder bewegen tijdens het spelen op het schoolplein in de ochtend- en middagpauze. Hiermee wordt een bijdrage geleverd aan de motorische en sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen. Ook wordt een bijdrage geleverd aan het behalen van de beweegrichtlijnen voor jeugd

Aanpak – max 50 woorden

Bij de implementatie van de Beweeg Wijs methodiek worden een aantal stappen gezet om dit optimaal te laten verlopen. Daarbij is het van belang dat de methodiek goed aansluit bij de onderwijsdoelen van de school.

Aandachtspunten die de eerste twee jaar aan bod komen zijn o.a. teamtrainingen aan het schoolteam, beweegteam overleggen, opleiding juniorcoaches, aanbieden van speelinstructies en het begeleiden van de pauzes, samenstellen van een jaarprogramma, het ontwerpen en uitvoeren van een pleinplan en (her)inrichting van de schoolomgeving.

Materiaal – max 50 woorden

Om de methodiek optimaal te implementeren worden de volgende materialen aangeboden:

- De 4-delige handleiding over Beweeg Wijs en de speelpleinmethode.
- Filmmateriaal ter ondersteuning van de methodiek.
- Pleinprotocol m.b.t. inrichting en gebruik schoolomgeving.
- Ondersteuningsmateriaal bij vier teamtrainingen m.b.t. tweejarige implementatie.
- Nieuw ontwikkelde kleutermethode.
- Nieuw aanbod voor speciaal onderwijs.
- Nieuw ontwikkeld jaarprogramma en speelschema's.
- Nieuw ontwikkeld moduul voor inzet juniorcoaches + bijbehorende training.
- Nieuw ontwikkelde instructiefilmpjes, op maat per school.
- Beweeg Wijs pleinbord, op maat gemaakt per school.

- Input voor ouderavond met advies voor spelen en bewegen in de thuisomgeving.

Onderbouwing – max 150 woorden

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Kinderen van 4-12 jaar gaan meer en beter bewegen en spelen doordat ze leren waar en met wie ze de spelactiviteiten kunnen spelen. Er zijn vooraf speelzones ingericht, speelmaterialen en spelactiviteiten zijn klaargezet (stimuluscontrole) en juniorcoaches zijn voorbereid op hun taak. Kinderen kunnen begeleiding krijgen als het spelen lastig gaat of niet lukt (operante conditionering). De speelbegeleiders en juniorcoaches complimenteren de kinderen, wat valt onder klassieke en operante conditionering. Bewegingsarmoede neemt af, sociaal verkeer verbetert, omgangsvormen veranderen in positieve zin. Kinderen weten vooraf waar ze aan toe zijn, er zijn duidelijke regels en de indeling is voorspelbaar (stimuluscontrole). Dit maakt kinderen krachtig en zelfverzekerd (bekrachtiger voor het herhalen van het beweeggedrag).

Ecologische en leertheoretische modellen zijn het meest van toepassing op Beweeg Wijs. Het indelen van het plein in zones, het bieden van stimulerende supervisie, aanwezigheid van diverse en voldoende vaste én losse materialen, de ruimte om te spelen per kind (gefaseerd pauzeren) zijn belangrijke factoren die van invloed zijn op lichamelijke activiteit van kinderen die spelen op het schoolplein. Beweeg Wijs lijkt een veelbelovende manier om het meeste rendement te halen uit een speelplein en de gezondheid bij kinderen te bevorderen in de tijd die ze op school doorbrengen. Het meten van de eventuele lange termijn effecten is wenselijk evenals nader onderzoek, met twee objectieve metingen, naar de effectiviteit op het gebied van fysieke activiteit.

Onderzoek – max 100 woorden

De volgende onderzoeken zijn gebruikt m.b.t. ter onderbouwing.

Titel: Evaluatie van Beweeg Wijs, de speelpleinmethode

Auteur: L'Hoir MP, Beltman M, Valsblom E

Organisatie: TNO, Child Health

Jaar van uitgave: 2013

Titel: Ervaringen van leerlingen in het basisonderwijs met de methode Beweeg Wijs

Auteur: Arco Sterk

Organisatie: Universiteit Utrecht (Masterthesis)

Jaar van uitgave: 2015

Titel: Observaties op het speelplein van lichamelijke activiteit van de kinderen in de pauze

Auteur: L'Hoir MP, Beltman M, Valsblom E

Organisatie: TNO, Child Health

Jaar van uitgave: 2012

1. Uitgebreide beschrijving

Beschrijving interventie

Het werkblad is ook geschikt voor een samenvattende beschrijving van complexe of samengestelde interventies. Dit zijn interventies die uit twee of meer afzonderlijke onderdelen bestaan. Denk aan interventies met aparte onderdelen voor verschillende doelgroepen, zoals een leefstijlinterventie die zowel gericht is op de community als op de school als op de individuele leerkracht. Of aan interventies met verschillende modules die bij een doelgroep 'op maat' worden toegepast.

Naarmate er meer onderdelen zijn is het aan te bevelen de structuur visueel weer te geven in een schema. Dit geldt met name voor de subdoelen en voor de aanpak van de interventie. Zie ook de aanwijzingen in de handleiding.

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep – max 100 woorden

Wat is de uiteindelijke doelgroep van de interventie?

De Beweeg Wijs methodiek 4 – 12 jaar richt zich op kinderen van 4 t/m 12 jaar in het reguliere en speciale basisonderwijs en de tussen- en naschoolse opvang. De uiteindelijke doelgroep voor deze erkenning is 4 t/m 12 jaar.

Intermediaire doelgroep – max 100 woorden

De intermediaire doelgroep is van groot belang om de interventie succesvol te implementeren en te continueren. De belangrijkste intermediaire doelgroep is het beweegteam. Het beweegteam bestaat uit groepsleerkrachten uit de onder-, midden- en bovenbouw, vakleerkracht, directie of ib'er en evt. ouders en contactpersonen vanuit de TSO en BSO. Van belang is dat het beweegteam een grote motivatie heeft om de Beweeg Wijs methodiek goed te implementeren en te borgen binnen het onderwijsprogramma van de school.

Selectie van doelgroepen – max 250 woorden

Hoe wordt de (intermediaire)doelgroep geselecteerd? Zijn er contra-indicaties? Zo ja, welke?

Selectie is niet van toepassing omdat het universele preventie is. De interventie is voor alle scholen en leerkrachten/leerlingen binnen die scholen.

Betrokkenheid doelgroep – max 150 woorden

Was de doelgroep betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie, en op welke manier?

De primaire doelgroep wordt betrokken bij de doorontwikkeling van de interventie.

Juniorcoaches (leerlingen uit groep 7/8) denken actief mee en geven input aan het beweegteam. Dit gaat o.a. over de inhoud van de spelactiviteiten, begeleiding van de spellen, indeling en aanbod op het schoolplein, naschools aanbod etc.

De secundaire doelgroep wordt in grote mate betrokken bij de doorontwikkeling van de interventie. Vier keer per jaar vindt er een beweegteam overleg plaats. Het beweegteam bespreekt dan de inhoud, proces en ontwikkeling van Beweeg Wijs op hun school. Wat zijn de succespunten en welke evt. knelpunten moeten worden aangepakt? Samen wordt nagedacht over kernzaken als een pleinprotocol (en pleinstructuur), rol en inzet lerarenteam, jaarprogramma, inzet juniorcoaches, communicatie intern en extern en verdieping op thema's of doelgroepen.

Elke school is uniek en vraagt om maatwerk. Ontwikkelingen worden per school anders ingezet. Overkoepelende thema's en vraagstukken worden landelijk aangepakt zodat alle scholen daar gebruik van kunnen maken en naar eigen inzicht kunnen toepassen.

1.2 Doel

Hoofddoel – max 100 woorden

Wat is het hoofddoel van de interventie?

Het doel van Beweeg Wijs is dat kinderen van 4-12 jaar na twee jaar Beweeg Wijs meer en gevarieerder bewegen tijdens het spelen op het schoolplein in de ochtend- en middagpauze. Hiermee wordt een bijdrage geleverd aan de motorische en sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen. Ook wordt een bijdrage geleverd aan het behalen van de beweegrichtlijnen voor jeugd*

**Beweegrichtlijn voor kinderen 4-12 jaar: Bewegen is goed, meer beweging is beter – minimaal één uur matig intensieve inspanning per dag; langer, vaker, intensiever bewegen geeft extra gezondheidsvoordeel – minimaal drie keer per week spier- en botversterkende activiteiten – voorkomt veel stilzitten.
(bron: Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM 2017)*

Subdoelen – max 350 woorden

Wat zijn de subdoelen van de interventie? Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke intermediaire doelgroepen of subdoelgroep(en)?

Einddoelgroep

Na twee jaar Beweeg Wijs:...

1. zijn kinderen zich bewuster van het eigen speel- en beweeggedrag.
2. weten alle kinderen aan de hand van de week-speelprogramma's en de aangebrachte kleurenstructuur wat er waar op het schoolplein te doen is.
3. Is het percentage kinderen dat deelneemt aan sport- en spelactiviteiten op het schoolplein met tenminste 25% toegenomen.
4. besteden kinderen naast traditionele spelen zoals voetbal in grote groepen, gemiddeld tenminste 25% meer tijd besteed aan andere sport- en spelactiviteiten (o.a. individueel en in kleinere groepen).
5. hebben alle kinderen groep 7 en 8 ervaring opgedaan in het begeleiden van één of meerdere spelactiviteit(en) als juniorcoach (tutorrol) tijdens de pauze op het schoolplein, onder begeleiding van de speelbegeleider en/of een leerkracht.

Intermediaire doelgroep

Na twee jaar Beweeg Wijs:...

6. heeft tenminste 80% van de leerkrachten middels de teamscholing geleerd en ervaren om een proactieve rol op het schoolplein tijdens de ochtend- en middagpauze op zich te nemen.
7. heeft tenminste 80% van de leerkrachten tijdens teamscholing geleerd en ervaren om sociaal en motorisch eenvoudige en ingewikkelde spellen aan te passen aan het niveau van ieder individueel kind.
8. is op tenminste 80% van de scholen die Beweeg Wijs hebben geïmplementeerd het beweegteam eigenaar geworden van de methodiek en voelt zich verantwoordelijk om Beweeg Wijs na twee jaar zelfstandig voort te zetten.

Fysieke omgeving

Na twee jaar Beweeg Wijs:...

9. Is de schoolomgeving (op maat) (her)ingericht volgens de Beweeg Wijs methodiek (bijv. kleurenstructuur op het schoolplein en gevarieerd speelmateriaal)

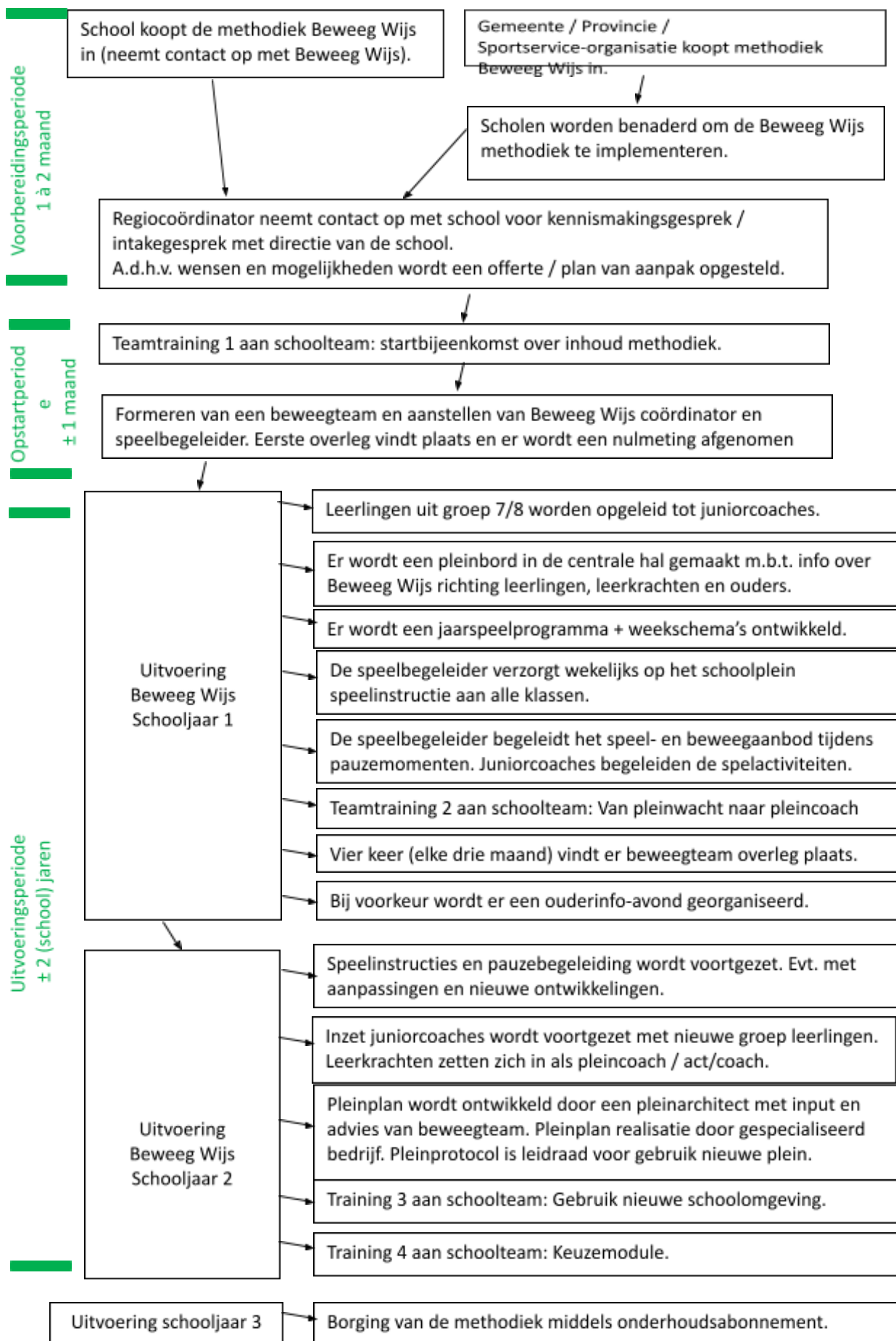
1.3 Aanpak

Opzet van de interventie – max 200 woorden

Hoe is de opzet van de interventie en wat is de omvang (duur, aantal contacten – indien van toepassing)?

Voeg eventueel een schema toe als bijlage.

Beweeg Wijs is een compleet interventieprogramma om bewegen en spelen een kwaliteitsimpuls te geven gedurende de schooldag. De implementatie van de Beweeg Wijs interventie duurt doorgaans twee jaar. In onderstaande overzicht is te zien welke stappen er in deze periode gezet worden, in welke volgorde dat gebeurt en wie daarbij betrokken zijn.



Inhoud van de interventie – max 1200 woorden

Welke concrete activiteiten worden uitgevoerd en -eventueel- in welke volgorde? Geef geen uitputtende beschrijving van activiteiten; het is voldoende als de lezer zich een beeld kan vormen van wat er gedaan wordt en hoe dit gedaan wordt.

Indien van toepassing per onderdeel samenvatten. Vergeet niet aandacht te besteden aan de werving.

Bij interventies op maat: geef aan wat op basis van welke criteria wanneer wordt uitgevoerd. Geef ook aan wat minimaal moet worden uitgevoerd om de gestelde doelen te behalen.

Implementatie vindt plaats op een specifieke manier en in een volgorde die past bij de school. Onderstaand de hoofdlijnen van de uit te voeren stappen in het implementatietraject. Met name de eerste twee jaar is Beweeg Wijs zeer nauw betrokken bij de uitvoering en begeleiding.

Vorbereidingsperiode (1 à 2 maanden)

In deze periode worden de eerste contacten tussen de school en Beweeg Wijs gelegd. Soms is een gemeente, provincie of sportservice-organisatie een tussenliggende partij die zorgdraagt voor een breder draagvlak binnen een gemeente of regio en die mogelijk bijdraagt in de financiering.

In één of enkele gesprekken is duidelijk of samenwerking tussen school en Beweeg Wijs gewenst is, welke doelen er gesteld worden aan het implementatietraject en wordt er een offerte en plan van aanpak geschreven zodat aan de voorkant duidelijk is wat de verwachtingen over en weer zijn.

Opstartperiode (± 1 maand)

Teamtraining 1

Doel van opstartperiode is om het schoolteam te informeren en enthousiasmeren over de methodiek Beweeg Wijs. Tijdens teamtraining 1 wordt het schoolteam geïnformeerd over de mogelijkheden om meer kwaliteit in de schoolomgeving te brengen waardoor er meer en beter gespeeld en bewogen wordt vóór, onder en na schooltijd. Ook raken we met het schoolteam in gesprek over gebruik van de schoolomgeving (de kracht en de knelpunten) en wensen voor de toekomst.

De school gaat met het starten van de interventie een verandertraject in. Heel belangrijk daarbij is dat de methodiek voor spelen en bewegen in de schoolomgeving aansluit bij onderwijsdoelen binnen de school. Met name de eerste twee jaar kan gebruikt worden om te experimenteren met verschillende aspecten zoals pleingebruik, pleinregels, inzet juniorcoaches, pauzetijden, gebruik materiaal etc.

Beweegteam overleg

In deze periode wordt er een beweegteam gevormd en een schoolcoördinator aangesteld. Een beweegteam is cruciaal voor de continuïteit van meer bewegen op de school. Een beweegteam dient alle geledingen te vertegenwoordigen en kan bestaan uit de vakleerkracht bewegingsonderwijs, leerkrachten onderbouw, middenbouw en bovenbouw, speelbegeleider Beweeg Wijs, regiocoördinator Beweeg Wijs en eventueel directie of andere specialisten zoals IB'ers of orthopedagogen.

De ervaring leert dat het werken met een beweegteam en het structureel aanpakken van spelen en bewegen in de school medewerking vraagt van iedereen. Ook van de andere teamleden die niet in het beweegteam zitten wordt verwacht dat zij belangstelling en betrokkenheid tonen en meewerken en -denken bij alle ontwikkelingen rondom Beweeg Wijs.

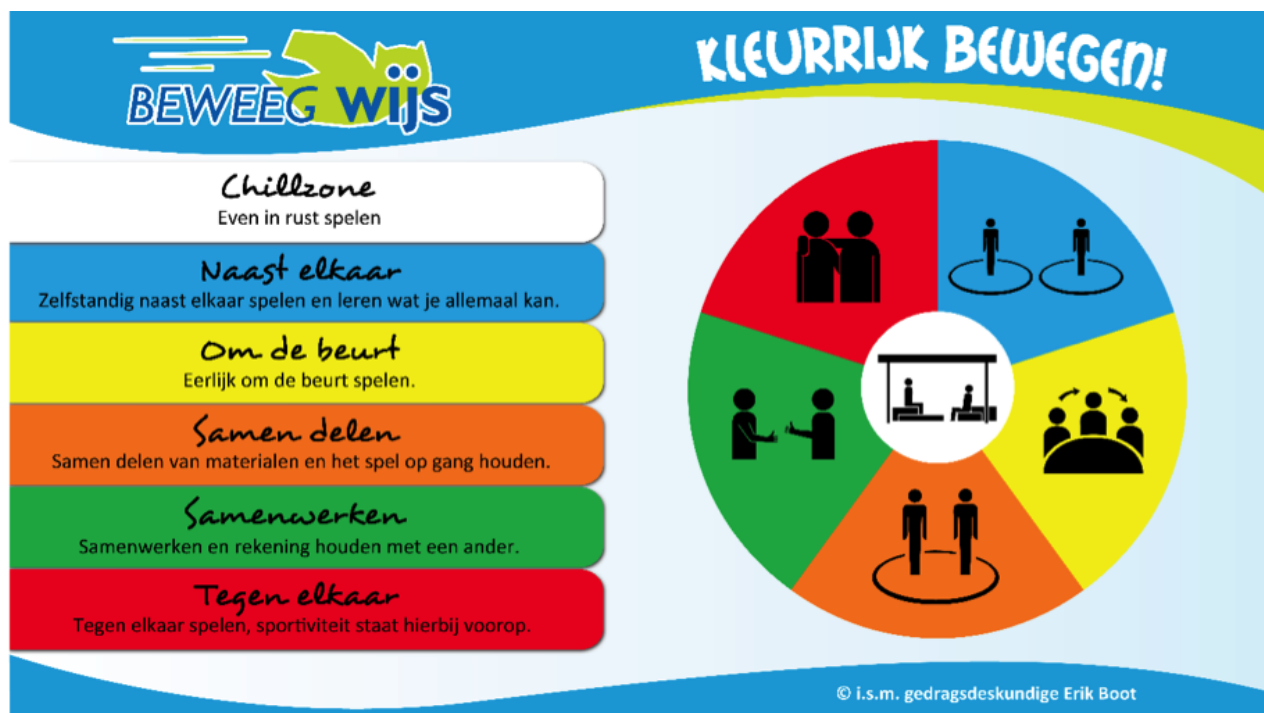
Nulmeting

Tot slot wordt er een nulmeting afgenomen door de speelbegeleider en de schoolcoördinator van het beweegteam.

Hiermee wordt in beeld gebracht wat de visie van school is m.b.t. spelen en bewegen in de schoolomgeving. Ook praktische zaken zoals lesrooster, pauzeprogramma, materialen, pleintekening, pleintaken leerkrachten en leerlingen etc. worden beschreven. Ook wordt er een filmpje gemaakt met de huidige manier van het pleingebruik tijdens de pauzes. De bevindingen worden besproken in het volgende beweegteam overleg.

Uitvoeringsperiode (± 2 (school)jaren)

Onderdeel van de methode zijn de ingedeelde kleurenzones op het schoolplein. Bij elke kleurenzone horen specifieke activiteiten die afgestemd zijn op de sociaal emotionele en motorische ontwikkeling van de leerlingen. De opbouw van de kleurenzones is te zien in onderstaande afbeelding.



De spelactiviteiten op het schoolplein worden in één of meerdere kleurenzones aangeboden.

Voorbeelden van activiteiten in de verschillende kleurenzones:

Wit: een boekje lezen, samen een bordspel doen, muziek maken, boterham eten etc.

Blauw: circusactiviteiten, bal hooghouden, tennis tegen de muur, balansparcours etc.

Geel: hordelopen, balanceren op de pedalo, hinkelbaan, sprinten, duikelrek etc.

Oranje: allerlei variaties van tikspelen en balspelen.

Groen: samenwerkingsactiviteiten zoals de parachute, wandelende A, vinger op de stok, ravijnen etc.

Rood: sportspelen zoals basketbal, hockey, trefbal, voetbal, volleybal etc.

Training en inzet juniorcoaches

De regiocoördinator of speelbegeleider verzorgt vier keer per schooljaar een training voor juniorcoaches (leerlingen uit groep 7 en 8). In deze training leren de juniorcoaches welke taken en verantwoordelijkheden er horen bij de functie van juniorcoach en worden ze geënthousiasmeerd om deze functie zo goed mogelijk op te pakken. Per keer nemen ongeveer 25 leerlingen deel aan de training en elke training bestaat deels uit herhaling en deels uit nieuwe stof en verdieping. Een training bestaat zowel uit theorie als praktijk.

De juniorcoaches begeleiden bij toerbeurt het Beweeg Wijs programma. Voor de pauze helpen zij materialen klaarzetten, in de pauzes helpen ze de om spelactiviteiten uit te leggen en op gang te houden en na de pauze helpen ze de materialen opruimen. De inzet van juniorcoaches is van essentieel belang om Beweeg Wijs goed zelfstandig voort te kunnen zetten.

Bij aanvang van het schooljaar starten de kinderen uit groep 8 als juniorcoach. Richting het einde van het schooljaar (na de voorjaarsvakantie) krijgen ook kinderen uit groep 7 de eerste training en beginnen groep 7 en 8 elkaar af te wisselen. Kinderen uit groep 8 kunnen kinderen uit groep 7 ook helpen bij hun nieuwe taak als juniorcoach. Het volgend schooljaar nemen de kinderen uit het oude groep 7 (nu groep 8) het juniorcoacheschap volledig over totdat leerlingen van het nieuwe groep 7 weer na de voorjaarsvakantie de starttraining hebben gehad. Zo is er jaarlijks een doorgaande lijn.

Pleinbord

Er komt een infobord in de centrale hal te hangen waarop uitleg van de kleurenzones te vinden is. Ook zorgt de speelbegeleider en/of een lid uit het beweegteam wekelijks voor een update van informatie betreft speelprogramma, juniorcoaches en foto's van de mooie beweegmomenten. Deze informatie is bestemd voor leerlingen, leerkrachten en ouders.

Jaarspeelprogramma + weekschema's

Bij de start van het schooljaar wordt er een jaarspeelprogramma ontwikkeld, passend bij de wensen, doelen en thema's van de school. Aanvullend wordt er een weekschema gemaakt met daarin het speelaanbod. Dit schema kan via een beknopte PowerPoint presentatie getoond worden in alle klassen zodat leerlingen vooraf aan de pauze weten wat er op het plein te doen is.

Speelpleinbegeleiding

Inzet van een speelbegeleider is cruciaal om de interventie succesvol te implementeren. De speelbegeleider verzorgt wekelijks het speel- en beweegaanbod op het schoolplein. Dat houdt in dat alle groepen onder schooltijd één keer per week een extra beweegles op het plein krijgen en tijdens de ochtend- en/of middagpauze begeleidt de speelbegeleider samen met de juniorcoaches de spelactiviteiten.

Teamtraining 2

Na ongeveer een half jaar vindt de tweede teamtraining plaats. Ervaringen van de eerste periode worden doorgenomen en is er aandacht voor de veranderende rol van leerkrachten op het schoolplein. Leerkrachten worden geïnformeerd en gemotiveerd om de rol van pleinwacht (zoals die vaak wordt ingevuld) te veranderen in de rol van pleincoach en activiteitencoach. Pauzetijd is onderwijstijd en daarmee is het streven dat leerkrachten een proactieve rol tijdens de pauzes innemen. De pleincoach houdt overzicht, enthousiasmeert kinderen en biedt hulp aan de juniorcoaches. De activiteiten coach organiseert een spel in een vooraf afgesproken speelzone.

Beweegteam overleg

In de eerste twee jaar vindt er vier keer per jaar een beweegteam overleg plaats. Er wordt nagedacht over de Beweeg Wijs ontwikkelingen, (her)inrichting van het schoolplein, onderwijsdoelen vanuit school etc. Uiteindelijk moet het beweegteam als kartrekker binnen school fungeren die telkens de kwaliteit bewaakt en het implementatieproces monitort.

Ouderavond

Indien wenselijk en haalbaar wordt er een ouderavond georganiseerd waarbij ouders worden geïnformeerd over de werkwijze en inhoud van de methodiek Beweeg Wijs. Tijdens een ouderavond zien en ervaren ouders in theorie en praktijk hoe Beweeg Wijs in z'n werk gaat. Een ouderavond is niet verplicht maar wordt wel geadviseerd in het kader van ouderbetrokkenheid.

Pleinplan

In het eerste schooljaar laat de speelbegeleider zien wat er allemaal mogelijk is op het plein v.w.b. inrichting en structuur in de schoolomgeving. Dat gebeurt d.m.v. van kleurenzones met stoepkrijt. Er wordt veel uitgetoetst met kleurenzones op verschillende plekken op het plein. Na verloop van tijd wordt er een concept pleintekening gemaakt.

Een heldere en logische structuur met onderwijsinhoud zijn leidend voor het ontwerp. Maar ook beleving en uitstraling zijn belangrijk. Naast het aanbrengen van structuur middels de zes kleurenzones, kunnen scholen ook kiezen voor aanvullende componenten zoals bewegend rekenen, een buitenklas of theaterplek, natuurlijke balansroutes, eens survivalparcours, moestuin etc.

Teamtraining 3

Zodra de schoolomgeving helemaal naar wens is, wordt er in teamtraining 3 een pleinprotocol ontwikkeld voor de nieuwe schoolomgeving en tijdens de training toegelicht. Dit is de handleiding voor het optimaal gebruik van de schoolomgeving. Daarin opgenomen: de pleinplattegrond, het jaarprogramma, de speelschema's, de indeling van de activiteiten en pleincoaches en juniorcoaches, en de pleinregels.

Teamtraining 4

In teamtraining 4 is er aandacht voor het optimaal gebruik van de speciaal ontworpen educatieve zones op het plein. Hier vindt dan een training rondom bewegend rekenen plaats, of een training voor gebruik van de buitenklas, van de moestuintjes of van de survivalzone. Ook een speciale kleutertraining past hierbinnen.

Borging van de interventie

Na een implementatieperiode van twee jaar kan school een onderhoudsabonnement inkopen waarmee de methodiek optimaal gecontinueerd kan worden en school op de hoogte blijft van de nieuwste ontwikkelingen. In het onderhoudsabonnement staan verschillende nascholingen, begeleidingsuren en speelbegeleidingsuren, waar school uit kan kiezen, passend bij de wensen en mogelijkheden van de school.

Evaluatie

Evaluatie gebeurt aan de hand van de beweegteam overleggen. In de eerste twee jaar zit het beweegteam vier keer per jaar om tafel om de implementatie te evalueren. Na twee jaar wordt dat teruggebracht naar twee of drie keer per jaar. Zodra school besluit de methodiek geheel zelfstandig voort te zetten, dan vindt er een eindevaluatie plaats met het beweegteam. Daarin komt o.a. aan bod wat de leerlingen en leerkrachten gedurende de implementatieperiode hebben geleerd, welke successen behaald zijn, welke aandachtspunten op de agenda blijven staan, welke doelen school de komende jaren wil nastreven etc.

2. Uitvoering

Materialen – max 200 woorden

Welke materialen zijn beschikbaar voor de uitvoering, werving en evaluatie van de interventie?

1. De 4-delige handleiding over Beweeg Wijs en de speelpleinmethode (4 methodemappen). De methode is in 2018 herschreven en aangepast aan de laatste ontwikkelingen waarmee scholen ook hun doelen voor bewegingsonderwijs halen. Zo dekken alle kaarten de leerlijnen zoals geadviseerd vanuit het SLO.
2. Filmmateriaal: Beweeg Wijs methodiek <http://www.leraar24.nl/video/2801>
Bewegend rekenen: <https://vimeo.com/240138947>
Kleutermethodiek: [Het Palet Deventer_Final \(1\).mp4](#)
3. Nieuwe website www.beweegwijs.nl
4. Pleinprotocol m.b.t. inrichting en gebruik schoolomgeving.
5. Ondersteuningsmateriaal bij vier teamtrainingen m.b.t. implementatie in eerste twee jaar.
6. Nieuw aanbod voor groep 1 en 2: nieuw ontwikkelde kleutermethode voor het kleuteronderwijs + bijbehorend materialenpakket.
7. Nieuw aanbod voor speciaal onderwijs met o.a. een kiesbord.
8. Nieuw ontwikkeld jaarprogramma met voor elk jaargetijde geschikte pleinspelen in alle zones.
9. Nieuw ontwikkeld moduul voor inzet juniorcoaches + bijbehorende training incl. EHBO voor juniorcoaches.
10. Nieuw ontwikkelde instructiefilmpjes, dit wordt, indien wenselijk, voor elke school op maat gemaakt.
11. Beweeg Wijs pleinbord, op maat gemaakt voor elke school.
12. Nieuw ontwikkelde ouderavond met advies voor spelen en bewegen in de thuisomgeving.

Alle bovenstaande documenten worden namens Beweeg Wijs beschikbaar gesteld aan scholen die een licentie hebben ingekocht.

Locatie en type organisatie – max 200 woorden

Waar kan de interventie uitgevoerd worden en welk(e) soort(en) organisatie(s) kan/kunnen de interventie uitvoeren?

Beweeg Wijs voor 4–12 jaar wordt ingezet in het regulier en speciaal basisonderwijs en bij de TSO van de betreffende school. Er worden geen specifieke eisen aan de locaties gesteld.

De interventie Beweeg Wijs wordt in de basis altijd uitgevoerd door Beweeg Wijs. In toenemende mate is er een samenwerking met regionale sportbedrijven, wiens Combinatiefunctionarissen kunnen worden opgeleid om de interventie lokaal uit te voeren.

Opleiding en competenties van de uitvoerders – max 200 woorden

Wie zijn de uitvoerders en welke opleiding en competenties hebben zij nodig?

Uitvoerders zijn enerzijds medewerkers van Beweeg Wijs of Combinatiefunctionarissen werkzaam bij een sportservice organisatie en anderzijds de medewerkers van school.

Uitvoerders van Beweeg Wijs/Combinatiefunctionarissen van sportservice organisatie

Implementatieadviseur:

De implementatieadviseur verzorgt scholingen in het onderwijs, begeleidt het schoolteam stap voor stap naar optimaal gebruik van het schoolplein. Advies is gericht op inhoud van de methodiek.

- Relevante HBO opleiding met onderwijsbevoegdheid.
- Belangrijkste vaardigheden: teamcoaching, trainingsvaardigheden, communicatief en sociaal sterk en zeer ervaren in de verschillende fasen van de implementatie.

Regiocoördinator:

De regiocoördinator begeleidt regionale implementatietrajecten, betrokken bij het beweegteam.

Advies is gericht op het proces en op het bieden van lokaal maatwerk.

- HBO opleiding sportmanagement / sportkunde, evt. met onderwijsbevoegdheid.
- Belangrijkste vaardigheden: teamcoaching, organisatievermogen, communicatief en sociaal sterk en ervaren in de verschillende fasen van de implementatie.

Speelbegeleider (namens Beweeg Wijs of namens sportservice organisatie):

De speelbegeleider verzorgt wekelijks het gehele speel- en beweegaanbod op het schoolplein.

- Sport gerelateerde MBO of HBO opleiding (met onderwijsbevoegdheid).
 - Belangrijkste vaardigheden: goede communicatieve en presentatie vaardigheden, proactief, enthousiast, creatief, flexibel en ondernemend.
 - Alle speelbegeleiders volgen een interne opleiding van vier dagdelen; in twee dagdelen wordt de methodiek in theorie uitgelegd en ondersteund door filmpjes, foto's, presentaties, praktijkvoorbeelden etc. De andere twee dagdelen gaat de speelbegeleider meelopen met twee ervaren speelbegeleiders op twee verschillende scholen. In praktijk ziet en ervaart men hoe de methodiek wordt toegepast en hoe er op elke school maatwerk wordt ingezet.
- De interne opleiding wordt verzorgd door een implementatiedeskundige.

Uitvoerders van school

Schoolteam: Voor alle uitvoerders van school (i.e., leerkrachten) geldt dat er vooraf geen specifieke opleiding of competenties worden gevraagd om Beweeg Wijs uit te voeren. Zij worden in de Beweeg Wijs methodiek geschoold middels de vier teamtrainingen gedurende het implementatieproject. Na teamtraining 1 (eerste kennismaking met de methodiek) neemt het schoolteam een go/no go beslissing. Bij een go wordt van het gehele schoolteam verwacht dat zij gedurende het implementatietraject aan alle vier scholingen deelnemen. Deelname is niet verplicht maar de ervaring heeft geleerd dat hoe meer leden van het schoolteam de trainingen volgen, hoe meer betrokkenheid er ontstaat, hoe meer kennis er wordt opgenomen en hoe beter het implementatietraject verloopt. Het is altijd mogelijk dat er weerstand ontstaat. Dit heeft bijna altijd te maken met de hoge werkdruk die leerkrachten al ervaren en dat werkzaamheden voor Beweeg Wijs hier nog bovenop komen. Indien er weerstand vanuit het schoolteam ontstaat over de rol en verwachtingen van leerkrachten, dan kan er ondersteuning van de implementatieadviseur worden gevraagd. Deze gaat met het schoolteam, en specifiek ook met het beweegteam in overleg over hoe het implementatietraject aangepast kan worden zodat het beter aansluit op de mogelijkheden en inzet van het schoolteam. Een aantal zaken die tot op zekere hoogte kunnen worden aangepast zijn o.a. het aantal dagen dat het programma plaatsvindt en hoe uitgebreid het programma plaatsvindt (minder instructiemomenten, minder deelname van groepen etc).

Beweegteam: Van de leden van het beweegteam wordt verwacht dat zij betrokken, proactief en communicatief sterk zijn.

Zij zijn de kartrekkers van Beweeg Wijs en hebben als doel om gedurende het implementatietraject voldoende kennis en ervaring op te doen om Beweeg Wijs na twee jaar (grotendeels) zelfstandig voort te zetten.

Juniorcoaches:

Alle kinderen uit groep 7 en 8 kunnen opgeleid worden tot juniorcoach. Zij hoeven niet over bepaalde competenties of eigenschappen te beschikken. Zij worden geschoold om bepaalde taken uit te kunnen

voeren, zoals klaar leggen van speelmateriaal, uitleggen van activiteiten, tips en feedback geven, leerlingen stimuleren om mee te doen en hulp vragen aan de pleincoach/speelbegeleider (zie bijlage: Portfolio Juniorcoach). Als kinderen hier niet aan kunnen voldoen dan worden de taken daarop aangepast en vereenvoudigd zodat alle kinderen de kans krijgen om zich hierin te ontwikkelen.

Kwaliteitsbewaking – max 200 woorden *Hoe wordt de kwaliteit van de interventie bewaakt?*

De kwaliteit van de interventie wordt op verschillende manieren bewaakt.

Teamtrainingen: het gehele lerarenteam wordt getraind om de methodiek optimaal in te zetten. Ook wordt er tijdens elke training geëvalueerd en worden mogelijke knelpunten aangepakt.

Beweegteam overleggen: het bewaken van de kwaliteit van de uitvoering van de methodiek is één van de hoofddoelen tijdens de beweegteam overleggen. Besproken wordt of de kwaliteit van de verschillende aspecten naar wens verloopt. Als de kwaliteit op één of meerdere aspecten (tijdelijk) niet goed verloopt, bespreekt het beweegteam hoe daar weer een kwaliteitsslag aan gegeven kan worden.

Van elke beweegteam overleg worden notulen geschreven en rondgestuurd naar het beweegteam.

Pleinprotocol: gedurende het implementatietraject wordt een pleinprotocol ontwikkeld, zodra het plein is optimaal is (her)ingericht naar wensen van de school. Afspraken, pleinregels, pleinstructuur in de Beweeg Wijs kleurenzones, taken en verantwoordelijkheden staan beschreven in het pleinprotocol waarmee wordt beoogd het plein optimaal gebruikt wordt.

De implementatieadviseur van Beweeg Wijs neemt regelmatig contact op met de schooldirectie om te horen of het implementatietraject naar wens verloopt en waar evt. extra advies en ondersteuning gewenst is. Daarnaast wordt van elke speelbegeleider verwacht dat zij wekelijks verslag doen aan het beweegteam van de Beweeg Wijs momenten die week. Indien er zaken niet volgens plan verlopen, kan hier snel op worden ingespeeld.

Randvoorwaarden – max 200 woorden

Wat zijn de organisatorische en contextuele randvoorwaarden voor een goede uitvoering van de interventie?

Belangrijke randvoorwaarde is dat het schoolteam de interventie omarmd en in het taakbeleid uren beschikbaar stelt om de noodzakelijke werkzaamheden daadwerkelijk te faciliteren. Dit betreft uren voor de coördinator, de beweegteam overleggen, communicatie binnen het schoolteam en organisatorische werkzaamheden (planning juniorcoaches, beheer materiaal etc.).

Een belangrijke randvoorwaarde is dat het schoolteam in het begin ontzorgd wordt. Er zijn extra handen op het schoolplein en stap voor stap neemt school de werkzaamheden over, waar mogelijk.

Randvoorwaarde is ook dat de taakopvatting van de begeleiding buiten wordt beschouwd als onderwijstijd en dat daarbij een rol aannemen als pleincoach en activiteitencoach mogelijk is.

Er moet een budget beschikbaar zijn om de gewenste stappen daadwerkelijk te kunnen zetten, waaronder het ontwikkelen van een pleinplan en het daadwerkelijk aanpassen van de schoolomgeving.

Tot slot is het van belang dat school de interventie opneemt in het onderwijsprogramma en kansen ziet om het duurzaam te verankeren in het curriculum.

Implementatie – max 200 woorden

Is er een systeem voor implementatie? Geef een samenvatting.

Beweeg Wijs hanteert een stappenplan voor de implementatie van de methodiek in twee jaar. Dit plan van aanpak wordt in grote lijnen op alle scholen op dezelfde manier ingezet en daar waar nodig wordt maatwerk geboden.

- Scholen starten met een starttraining, gevolgd door drie vervoltrainingen aan het gehele schoolteam.
- School ontvangt een methodemap waarin de methodiek (organisatie en inhoud) staat beschreven en waarin alle beweegkaarten zitten.
- Er wordt een beweegteam opgestart, zij overleggen vier keer per jaar over alle ontwikkelingen.
- Leerlingen uit groep 7/8 worden opgeleid tot juniorcoaches. Zij begeleiden de spelactiviteiten op het plein tijdens de pauzemomenten.
- Een speelbegeleider begeleidt wekelijks het speel- en beweegaanbod aan alle groepen.
- Indien gewenst wordt er een ouder infoavond georganiseerd om ouders te informeren over de methodiek.
- Er wordt een pleinplan ontwikkeld voor (her)inrichting van de schoolomgeving. Zodra het plein klaar is wordt de nieuwe pleinstructuur van de kleurenzones, de nieuwe afspraken en pleinregels beschreven in een pleinprotocol.
- Na twee jaar kan school middels een onderhoudsabonnement Beweeg Wijs (grotendeels) zelfstandig voortzetten.

Om ervoor te zorgen dat de ontwikkelingen en de implementatie van de Beweeg Wijs methodiek landelijk dezelfde kwaliteit bieden, zijn er vijf regiocoördinatoren (Nederland zuid, west, noord, oost, midden) die voor de eigen regio de implementatietrajecten begeleiden.

Deze regiocoördinatoren worden vanuit het moederbedrijf voorzien van de meest actuele ontwikkelingen en zijn daardoor allen in staat om optimale kwaliteit te leveren.

Kosten – max 200 woorden

Wat zijn de kosten van de interventie? Benoem daarbij de personele (in aantallen uren) en de materiële kosten.

Bij het inzichtelijk maken van de kosten gaan we uit van een school van 200 leerlingen en een implementatieperiode van twee jaar.

1. Licentiekosten: € 5,- per leerling op teldatum (eenmalig)	€ 1.000,-
2. Methodemappen, 4-delige methode:	€ 275,-
3. Scholing: 4 trainingsbijeenkomsten van 2 uur à € 500,- per training	€ 2.000,-
4. Coördinatie en begeleiding beweegteam: 25 uur à € 66,- p.u.	€ 1.650,-
5. Inzet speelbegeleider vanuit Beweeg Wijs à € 46,- p.u. Uitgaande van 2 jaar, 38 weken per schooljaar, 3 uur per week	€ 10.488,-
6. Inzet speelbegeleider bij beweegteam overleggen; 8 uur in twee jaar	€ 368,-
7. Pleinplan: basisplan structuur en belijning	€ 750,-
8. Aanbrengen gewenste belijning Beweeg Wijs structuur op basis van wensen school. Kostprijs duurzame belijning.	€ 5.000,-

Totaal tweejarige implementatie

€ 21.531,-

Daarbij dient rekening gehouden te worden met de volgende variabelen:

3. Trainingen duren in de basis twee uur. Bij grotere schoolteams wordt een training van 3 uur à € 750,- ingezet. Bij kleinere schoolteams gaan we uit van trainingen van 1,5 uur à € 375,-
Inzet speelbegeleider van Beweeg Wijs kan vervangen worden inzet eigen speelbegeleider.
- 5/6. School kan er ook voor kiezen om een eigen speelbegeleider op te leiden. Daarmee komen de kosten van punt 5 en 6 te vervallen en betaalt school voor een opleiding van vier dagdelen à € 350,- per cursist.
7. Het pleinplan zoals hierboven beschreven is een basisplan. Bij uitgebreidere wensen wordt een meerprijs in rekening gebracht.
8. Belijningsplan zoals hierboven geschreven is een indicatie. Bij uitgebreidere wensen wordt een meerprijs in rekening gebracht.

Tot slot kost het de school de eerste twee jaar de volgende ureninzet van leerkrachten:

10. Vier trainingen à 2 uur per leerkracht (uitgaande van 8 leerkrachten) :	64 uur
11. Acht beweegteam overleggen à 1 uur per leerkracht (uitgaande van 3 leerkrachten) :	24 uur
12. Eén uur per week voor coördinatie, uitvoering, communicatie, overleg etc.:	76 uur
Totaal:	164 uur

Onderhoudsabonnement

Na afloop van de implementatie kan school ervoor kiezen om een onderhoudsabonnement af te nemen. Het onderhoudsabonnement is erop gericht dat school met minder financiële middelen en minder ondersteuning van buitenaf de structuur van de methodiek optimaal vast blijft houden en op de hoogte blijft van de nieuwste ontwikkelingen. Een aantal voorbeelden:

- Voor € 3.499,- is er om de week inzet van een speelbegeleider (i.p.v. elke week). Aandacht gaat uit naar overdracht van het programma voor de week erop dat school zelf organiseert.
- Voor € 1.899,- is er maandelijks inzet van een speelbegeleider (i.p.v. elke week). School organiseert Beweeg Wijs in grote lijnen zelf met een klein beetje ondersteuning om de structuur vast te houden.
- Juniorcoachtraining à € 99,-. School koopt 1 à 2 keer per jaar een juniorcoachtraining in om de juniorcoaches te ondersteunen en verder te helpen in hun ontwikkeling.
- Training Bewegend rekenen à € 499,-. Dit is een scholing van 2 uur waarin het schoolteam kennis maakt met het rekenplein en onderwijsinhoud m.b.t. bewegend rekenen in de schoolomgeving.

3. Onderbouwing

Probleem – max 400 woorden

Voor welk probleem of (mogelijk) risico is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, ernst, spreiding en gevolgen.

Kernprobleem: Kinderen bewegen te weinig

Het percentage 4-12 jarigen dat voldoet aan de beweegrichtlijn is in 2017 slechts 55,5%.

Het aantal kinderen van 4-12 jaar dat wekelijks sport ligt volgens de kernindicator van het RIVM sinds 2015 rond de 65,5% (*Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM 2017*).

Bijna de helft van de vier- tot twaalfjarigen haalt het niet om elke dag minstens een uur aan beweging te doen (*2015, RIVM*).

Kinderen die op jonge leeftijd weinig bewegen ontwikkelen zich motorisch minder goed en hebben een grotere kans op overgewicht. In 2017 heeft 11% van de jongens van 4 t/m 11 jaar overgewicht en 2,9% obesitas. Bij meisjes is dit 8,5% en 3,6% (*RIVM; leefstijlmonitor gezondheidsenquête, 2017*). Ze lopen als gevolg daarvan een verhoogd risico op het ontwikkelen van chronische aandoeningen. Bovendien beleven kinderen die motorisch minder ontwikkeld zijn minder plezier aan sport, komen ze makkelijker aan de zijlijn te staan omdat ze niet goed mee komen bij het spelen of gymmen, en is de kans op stoppen met sport groter (*Nationaal Sportakkoord, 2018*).

Kinderen die minder vaak aan sport deelnemen, minder vaak buiten spelen en kinderen die overgewicht hebben, zijn minder fit dan hun leeftijdsgenoten (*Motorische fitheid van basisschoolkinderen, Mulier Instituut 2014*).

Als we kijken naar het bewegingsonderwijs zien we dat basisschoolleerlingen in 2016 zijn minder vaardig zijn dan in 2006 op vijf van de acht bewegingsvaardigheden. Op de andere onderdelen zijn de prestaties gelijk gebleven (*'Peil.Bewegingsonderwijs 2016-2017'*).

De motorische vaardigheid van kinderen wordt o.a. beïnvloedt door de frequentie van sportdeelname en buiten spelen (positieve invloed) en overgewicht (negatieve invloed) (*Motorische fitheid van basisschool kinderen, Mulier Instituut, 2014*).

De meeste kinderen van 4 tot 11 jaar spelen maar drie tot zeven uur per week buiten (*2014, Motorische fitheid van basisschool kinderen; 10-12 jaar. Mulier instituut Utrecht*).

Het aantal dagen per week en aantal uur per dag dat kinderen buitenspelen is de afgelopen jaren (2006 – 2014) zichtbaar veranderd. Het aantal kinderen dat vijf of meer dagen buiten speelt is gedaald van 75% naar 72%. Het aantal kinderen dat langer dan drie uur per dag buiten speelt is gedaald van 17% naar 10% (*Obin vragenlijst, Mulier Instituut 2017*).

De oorzaken daarvan zijn legio; digitalisering, verstedelijking en niet altijd voldoende toegang tot veilige speelplekken. Maar ook de vaak terughoudende en voorzichtige houding van ouders en verzorgers bij het buitenspelen speelt een rol (*Nationaal Sportakkoord, 2018*). Spelen en bewegen is minder vanzelfsprekend geworden in het dagelijks leven van kinderen.

Kinderen uit niet stedelijk gebied spelen meer buiten dan kinderen uit sterk stedelijk gebied (9,4 tegenover 7,2 uur per week) en ook hun totale lichamelijke activiteit is hoger (20,5 tegenover 18,5 uur per week). (*Obin vragenlijst, Mulier Instituut 2017*)

De gevolgen van bewegingsarmoede zijn merkbaar. Per generatie nemen de motorische vaardigheden af en neemt het overgewicht toe, en daarmee ook de kans op welvaartsziekten zoals diabetes type 2 (*advies onderwijsraad, 2018*).

Sub-probleem: Kinderen bewegen te weinig tijdens de pauzes op school

Onder schooltijd bewegen kinderen tijdens de schoolpauze te weinig. Leerlingen hebben in het primair onderwijs gemiddeld 5,5 uur pauze per week. In de praktijk blijft dat kinderen minder dan de helft van deze 75 minuten per dag actief zijn met sport- en spelactiviteiten.

Pauzemomenten worden niet optimaal benut voor lichamelijke activiteiten, terwijl hier kansen liggen om beweegarmoede te bestrijden. (Dijk, 2015)

Kinderen zijn een derde deel van de pauze motorisch niet actief (stilzitten of staan). Motorische activiteiten die de kinderen laten zien zijn vooral eenvoudige motorische vaardigheden (zoals wandelen en rennen). (Adank A, 2010)

Wat het zitgedrag betreft, blijkt een schooldag veel meer zittend doorgebracht te worden dan een vrije dag, vooral door het relatief grote aantal zittingen op school en tijdens het transport naar/van school (TNO Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2000-2014).

In het huidige onderwijs is het over het algemeen zo dat de meeste vakken zittend worden aangeboden. Slechts in de pauze, tussen de middag en tijdens de lessen bewegingsonderwijs is er ruimte om even te bewegen. Maar zoals hierboven gezegd worden deze pauzemomenten niet optimaal benut (Hendriksen, 2013).

Oorzaken – max 400 woorden

Welke factoren veroorzaken het probleem of (mogelijk) risico?

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

In de literatuur worden verschillende oorzaken genoemd die het bewegen op het schoolplein belemmeren. Op meer dan de helft van Nederlandse schoolpleinen (51,9 procent) is er bijvoorbeeld te weinig gelegenheid voor sport- en spelactiviteiten (Nijha, 2012).

Veel kinderen geven aan ontevreden te zijn over hun schoolplein: 43 procent vindt het schoolplein saai, 51 procent vindt het schoolplein maar een eentonige plek en 60 procent wil meer ruimte voor sport en spel. 42% van de kinderen geeft aan dat ze vaker op het schoolplein zouden spelen als het minder saai zou zijn (Qrius, 2010).

Lichamelijke activiteit van kinderen van 4-12 jaar op het schoolplein wordt beïnvloed door verschillende determinanten, zoals in figuur 1 is weergegeven. Het model is gebaseerd op een literatuurreview over speelpleinen en kleurzones (bijlage 1). Op grond van het literatuuronderzoek is een analyse gemaakt van de factoren die samenhangen (en die te beïnvloeden zijn) met weinig bewegen van kinderen op schoolpleinen in de leeftijd van 6-12 jaar (figuur 1).

Uit de literatuur blijkt dat de volgende individuele factoren van invloed zijn op lichamelijke activiteit op het schoolplein van kinderen 4 – 12 jaar: geslacht, leeftijd, (niet)-Westerse achtergrond, gewoontegedrag, sport/spel ervaring, motivatie, zelfbeeld, gezinsinkomen, bewustzijn van eigen gedrag, kennis over belang bewegen, de sportbeleving en het beschikken over 'sportieve' vaardigheden.

Cognitieve factoren die van invloed zijn op de lichamelijke (in)activiteit op het schoolplein zijn: Steun/stimulans vanuit sociale omgeving, positieve houding, gevoel invloed te hebben en het gevoel hebben mee te kunnen doen.

Daarnaast zijn factoren in de leefomgeving belangrijk voor lichamelijke activiteit op het schoolplein, zoals beweeggewoonten van ouders, de schoolomgeving (inrichting schoolplein en sport- en spelaanbod), voorzieningen in de sport en gemeentelijke politiek.

Onze praktijkervaring op meer dan 100 Nederlandse scholen die met Beweeg Wijs gaan werken, sluiten hierop aan. We zien dat de volgende oorzaken het beweeggedrag belemmeren waardoor kinderen niet optimaal tot bewegen komen:

- Te veel leerlingen die tegelijk op het plein spelen
- Samenstelling van groepen die tegelijk op het schoolplein spelen
- Inrichting van het schoolplein
- Te weinig gevarieerd spelaanbod
- Te weinig begeleiding en aanmoediging van leerkrachten
- Gebrek aan sociale veiligheid op het schoolplein
- Onduidelijke pleinregels
- Weinig of geen structuur op het schoolplein

Aan te pakken factoren – max 200 woorden

Welke factoren pakt de interventie aan en welke onder 1.2 benoemde (sub)doelen horen daarbij?

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

De methodiek Beweeg Wijs richt zich op factoren die van invloed zijn op het beweeggedrag van kinderen op het schoolplein tijdens de ochtend- en middagpauze. Zoals beschreven onder oorzaken kunnen deze factoren ingedeeld worden in individuele factoren, cognitieve factoren en factoren in de leefomgeving. Niet al deze factoren zijn te beïnvloeden. Beweeg Wijs richt zich daarom voornamelijk op de individuele en omgevingsfactoren en in mindere mate op de cognitieve factoren.

Einddoelgroep

Individuele factoren:

- Vergroten van bewustwording over eigen speel- en beweeggedrag (subdoel 1).
- Vergroten van positieve sportbeleving (o.a. door vergroten variatie in sport- en spelaanbod, aanbrengen kleurenstructuur en adequate begeleiding; subdoelen 2, 4, 6, 7 en 9).

Cognitieve factoren:

- Vergroten van gevoel mee te kunnen doen en invloed te hebben op sport- en spelaanbod op schoolplein (subdoel 3 en 5).
- Vergroten van steun/stimulans in de sociale omgeving (denk aan leerkrachten, ouders en andere (oudere) kinderen; subdoel 5 en 6).

Omgevingsfactoren:

- Aanbrengen van kleurenstructuur schoolplein en implementeren bijbehorende methodiek (subdoelen 6, 7, 8 en 9)
- Vergroten variatie in sport- en spelaanbod tijdens pauzes (subdoel 4).

Intermediairs

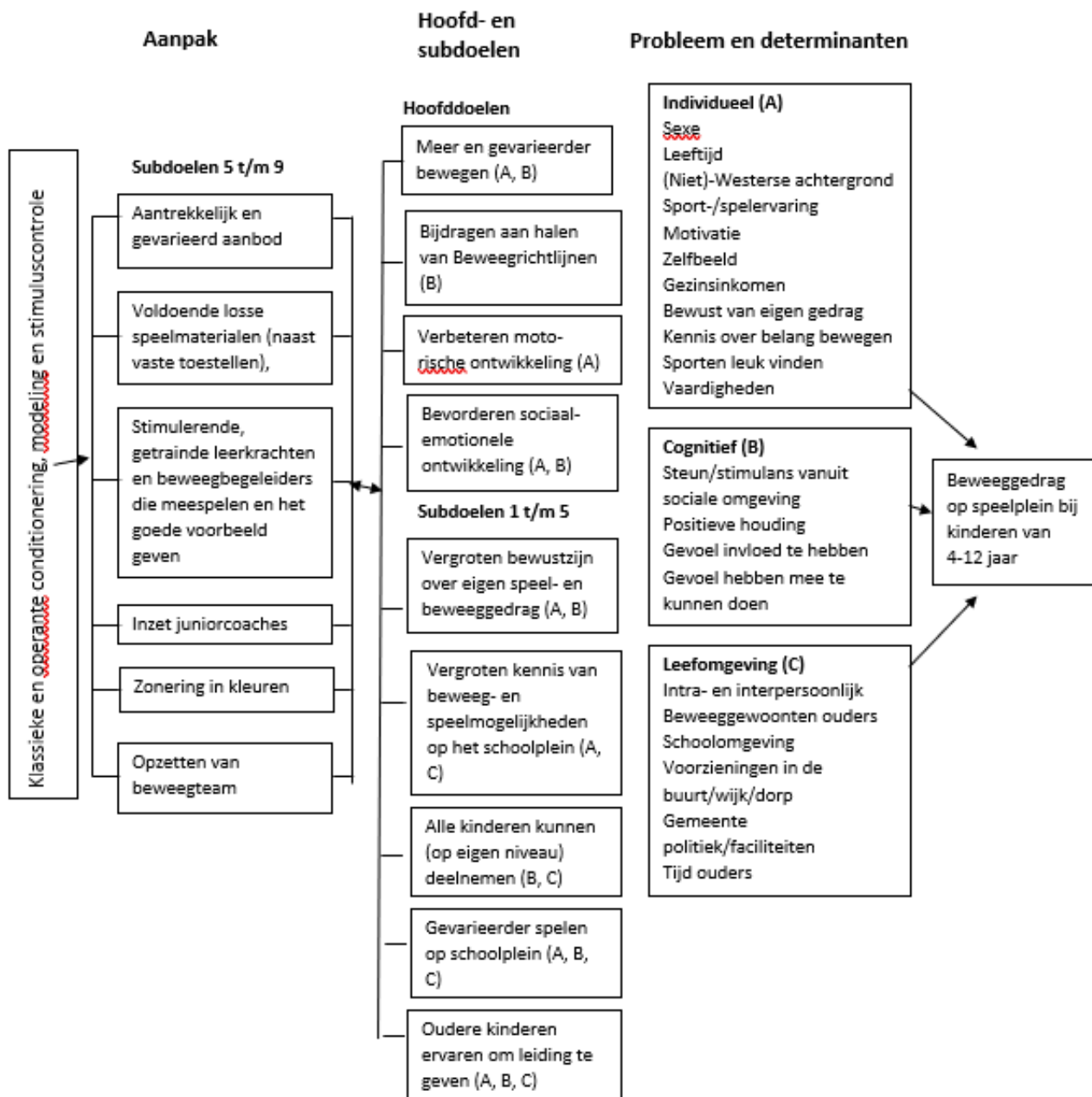
- Vergroten van kennis over de Beweeg Wijs werkwijze en methodiek (subdoel 6 en 7).
- Stimuleren eigenaarschap Beweeg Wijs methodiek (subdoel 8).

Verantwoording – max 1000 woorden

Maak aannemelijk dat met deze aanpak ook daadwerkelijk de doelen bij deze doelgroep bereikt kunnen worden.

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Figuur 1



Theoretische modellen verschaffen een zinvol raamwerk voor de determinanten die van invloed zijn op het beweeggedrag van kinderen. Er zijn verschillende theoretische modellen. Veel daarvan zijn gericht op individuele gedragsverandering, bij andere theorieën is het uitgangspunt meer dat de omgeving het gedrag beïnvloedt (Glanz et al., 2008). Bij het bevorderen van beweeggedrag bij kinderen komen elementen uit beide modellen aan bod.

Daarom biedt een combinatie van het ecologisch model en de leertheorie het beste inzicht in de Beweeg Wijs methodiek (zie Figuur 1):

- Het ecologische model gaat uit van de directe invloed van de omgeving op gedrag zonder dat de cognitie wordt beïnvloed (Sallis, 2010). De omgeving is van belang voor gedragsverandering. Is er bijvoorbeeld pro-actieve begeleiding op het schoolplein, voldoende speelmateriaal en gevarieerd aanbod, dan is de kans groter dat kinderen meer en actiever beweeggedrag gaan vertonen.
- Volgens de sociale leertheorie van Bandura (1977) leren kinderen door (uitkomsten van) gedrag te observeren en te imiteren. Dit leereffect wordt versterkt wanneer gedrag wordt bekrachtigd (Watson, 1925). Bovendien hangt de frequentie van het gedrag samen met de bekrachtiger die erop volgt (Skinner, 1938). Op het schoolplein hebben bijvoorbeeld leerkrachten, speelbegeleiders en peers een voorbeeldfunctie ("model"functie). Zij zijn het voorbeeld voor andere kinderen en daarbij diegenen die de kinderen bekrachtigen bij succeservaringen (bijv. door complimenten te geven), waardoor de kans dat het kind het speel- of beweeggedrag herhaalt, wordt vergroot.

Beweeg Wijs is een practice based interventie; vanuit de praktijk ontwikkeld. De verantwoording van Beweeg Wijs methodiek is voornamelijk gebaseerd op de theorieën van Sallis (2010) en Bandura (1977), aangevuld met inzichten en strategieën vanuit de literatuur en eerder evaluatieonderzoek (TNO, 2012). Uit verschillende studies blijkt dat een combinatie van verschillende strategieën het meest veelbelovend is als het gaat om het verhogen van het activiteitsniveau van kinderen op het schoolplein (Parish et al., 2013). Belangrijke strategieën die binnen de Beweeg Wijs methodiek worden gecombineerd, worden hieronder beschreven.

Vergoten van bewustzijn van beweeg- en speelgedrag (subdoel 1)

Bewustwording is een eerste stap naar gedragsverandering (Weinstein et al., 2008). Pas wanneer kinderen zich realiseren dat ze bijvoorbeeld te weinig bewegen tijdens de pauze of dat er meer sport- en spelmogelijkheden zijn dan dat ze dachten, zullen we overwegen hun beweeg- en speelgedrag aan te passen. Bij Beweeg Wijs worden kinderen bewust gemaakt van hun eigen speel- en beweeggedrag door te werken met kleurenzones, meer variatie aan te brengen in het materiaal en aanbod en het aanbieden van speelinstructielessen. Bovendien kan elk kind op het eigen niveau meedoen.

Plein structureren met kleurzones (subdoel 2 en 9)

Zoals in Figuur 1 te zien zijn kleurenzones binnen de Beweeg Wijs methodiek 'ontlokkende factor' (stimuluscontrole). Het creëren van een veilige, beweegvriendelijke, gezoneerde speelomgeving lijkt een veelbelovende strategie om lichamelijke activiteit te bevorderen (Stratton et al. 2000, Stratton & Mullan, 2005; Ridgers et al. 2007; 2010). Markeringen met kleuren zijn goede stimuli die actief bewegen ontlokken en het activiteitsniveau verhogen (Ridgers et al., 2007, Stratton & Mullan, 2005; Willenberg 2010). Het kleurrijk beschilderen van schoolpleinen lijkt dan ook een goede manier om de dagelijkse hoeveelheid beweging van schoolkinderen te vergroten (Ferreira et al., 2007; Nielsen et al., 2010; Ridgers et al., 2010; Fairclough & Stratton, 2006).

De implementatieadviseur, regiocoördinator en speelbegeleider denken samen met het schoolteam na over de structuur en kleurenindeling op het plein. Er wordt een pleinplan ontwikkeld om tot een optimale indeling te komen waarbij de ruimte optimaal benut wordt en alle kinderen tot meer beweging worden aangezet. Het feit dat het kind mag kiezen in welke zone hij/zij speelt, maakt dat hij/zij niet wordt overvraagd en geleidelijk zijn/haar spelvaardigheden kan opbouwen.

Gevarieerd en aantrekkelijk sport- en spelaanbod (subdoel 3 en 4)

Gevarieerd en leuk sport- en spelaanbod draagt bij aan meer bewegen. Zo bewegen kinderen meer op scholen waar voldoende ruimte is en verschillende sport en –spelfaciliteiten zijn (Haug et al., 2010). Daarnaast dragen voldoende losse speelattributen voor alle kinderen, zoals voet- en tennisballen, bij aan het meer bewegen, naast vaste toestellen (Farley et al., 2008; Ridgers et al., 2007, 2010; Verstraete et al., 2006; Willenberg et al., 2011). Ook beweegideeën of opdrachten kunnen de leerlingen stimuleren om tijdens de pauze meer te bewegen (Collard et al., 2018).

Ook leerlingen zelf bevestigen dat het belangrijk is dat bewegen op school gevarieerd en leuk is. Zo geven zij aan dat het belangrijk is dat er rekening wordt gehouden met de wensen en behoeften van ieder kind (verschillen jongen/meisje, leeftijd, niveau van vaardigheden en actieve/inactieve kinderen; (Collard et al., 2018).

Binnen de Beweeg Wijs methodiek wordt gevarieerder en leuker sport- en spelaanbod gerealiseerd door kleurenstructuur op het schoolplein aan te brengen, voldoende (los) speelmateriaal aan te bieden, stimulerende, getrainde leerkrachten, speelbegeleiders en junior coaches, speelinstructielessen en de focus meer te leggen op individuele activiteiten en activiteiten in kleine groepjes.

Inzet juniorcoaches (subdoel 5)

Bij Beweeg Wijs is de inzet van juniorcoaches een belangrijk onderdeel. De juniorcoaches leren op een speelse manier om hun ervaringen op het schoolplein over te dragen aan de jongere kinderen en verantwoordelijkheid te nemen op het schoolplein. Samen met de speelbegeleider zorgen ze ervoor dat de spellen goed verlopen en dat er een veilige en plezierige sfeer op het plein heerst. Zij hebben een belangrijk "model"functie voor jongere kinderen (Bandura, 1977).

Uit kwalitatief onderzoek van het TNO (2012) blijkt dat de rol van juniorcoach ook positief effect heeft op de eigen ontwikkeling. Genoemd wordt onder andere dat er aanspraak wordt gemaakt op het verantwoordelijkheidsgevoel en kinderen leren om leiding te geven.

Stimulerende, getrainde leerkrachten en speelbegeleiders (subdoel 6 en 7)

Training van supervisors en meer supervisie op het schoolplein wordt in de literatuur ook als mogelijkheid om het beweeggedrag van kinderen te bevorderen (Cardon et al., 2008; Ridgers et al., 2010; Willenberg et al., 2011). Pro-actieve begeleiding op het schoolplein door getrainde leerkrachten en speelbegeleiders is dan ook cruciaal onderdeel van de Beweeg Wijs methode. Zoals hierboven beschreven kunnen zij kinderen stimuleren en motiveren tot meer spelen en bewegen vanuit hun functie als "model". Bovendien bekrachtigen zij succeservaringen waardoor de kans dat het kind het spel zal herhalen, wordt vergroot. Ook zien zij erop toe dat juist de kinderen die een risico lopen om minder te bewegen, deelnemen aan de activiteiten (op hun eigen niveau). Als laatste bieden zij begeleiding en hulp aan de juniorcoaches.

Wanneer een school aan de slag gaat met Beweeg Wijs worden er in totaal vier teamtrainingen (scholingen) aangeboden in twee jaar tijd. In deze trainingen staan onder andere hun pro-actieve rol op het schoolplein ('van pleinwacht naar pleincoach') en het aanpassen van spellen aan het niveau van ieder kind (zowel sociaal-emotioneel als motorisch) centraal.

Opzetten van Beweegteam (subdoel 8)

De Onderwijsraad (2018) adviseert scholen om beweegteams op te richten. Daarbij is van belang dat een beweegteam een trekker of coördinator heeft: bij voorkeur een vakleerkracht of een buurtsportcoach. De vorming van een beweegteam is cruciaal voor de continuïteit van meer bewegen op de school.

Binnen Beweeg Wijs wordt vanaf de start van de implementatie aangestuurd op het formeren van een beweegteam. Een beweegteam dient alle geledingen te vertegenwoordigen en kan bestaan uit de vakleerkracht bewegingsonderwijs, leerkrachten onderbouw, middenbouw en bovenbouw, speelbegeleider Beweeg Wijs, regiocoördinator Beweeg Wijs en eventueel directie of andere specialisten zoals IB'ers of orthopedagogen. Een aantal keer per schooljaar komt het beweegteam bijeen om de belangrijkste ontwikkelingen door te nemen. Het beweegteam dient als kartrekker binnen de school die telkens de kwaliteit bewaakt en het implementatie proces monitort.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering – max 600 woorden

Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de uitvoering van de interventie?

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van ieder genoemd onderzoek mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave (indien gepubliceerd)
- b) Het type onderzoek, de onderzoeksmethode en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot inzicht in de mate waarin activiteiten zijn uitgevoerd volgens plan, het bereik van de interventie, de waardering en ervaring van de uitvoerders en doelgroep, succes- en faalfactoren, en -indien beschikbaar- de uitvoerbaarheid, de randvoorwaarden en de omgevingsvariabelen.

Titel: Evaluatie van Beweeg Wijs, de speelpleinmethode

Auteur: L'Hoir MP, Beltman M, Valsblom E

Organisatie: TNO, Child Health

Jaar van uitgave: 2013

Type onderzoek: Combinatie van kwantitatief en kwalitatief onderzoek

Onderzoeksmethode: Vragenlijsten onder directies van school, leerkrachten, speelbegeleiders, juniorcoaches, ouders en kinderen

Omvang van het onderzoek: Kwalitatief - 12 scholen en kwantitatief – 43 scholen/344 vragenlijsten (45% geretourneerd)

Samenvatting kwalitatief onderzoek:

- Tijdens Beweeg Wijs zijn volgens de meeste respondenten (directies en leerkrachten) 60-79 % van de kinderen actief.
- 67% van de respondenten geeft aan dat de kinderen actiever zijn door Beweeg Wijs, 16 % vindt dat de kinderen even actief zijn, 1 % geeft aan dat de kinderen minder actief zijn en 17 % weet het niet.
- De meerderheid van de respondenten is positief over de Beweeg Wijs methode; zij geven gemiddeld een 8.
- Van de respondenten geeft 90% aan dat de speelpleinmethode op hun school wordt gebruikt tijdens de pauze en 67% ook na schooltijd.
- Meer dan 80% van de respondenten is van mening dat Beweeg Wijs actief spel stimuleert, de coördinatie, evenwicht en beweeglijkheid bevordert en dat er meer samen wordt gespeeld.
- Volgens 65% van de respondenten hebben alle groepen voordeel van Beweeg Wijs.

Samenvatting kwantitatief onderzoek:

- Van de respondenten geeft 81% aan dat de speelpleinmethode op hun school wordt gebruikt tijdens de pauze en 31% ook na schooltijd.
- Meer dan de helft van de respondenten is van mening dat 60-100% van de kinderen actief is tijdens Beweeg Wijs.
- 67% van de respondenten geeft aan dat de kinderen door Beweeg Wijs actiever zijn op het speelplein.

Succesfactoren en verbeterpunten:

Beweeg Wijs is over het algemeen een succes. Succesfactoren van Beweeg Wijs zijn: het samenwerken/samen spelen, het meer bewegen van de kinderen, de eenvoud van de methode en het feit dat de oudere kinderen de jongere kinderen helpen als juniorcoaches en het verminderde aantal ruzies. Een verbeterpunt is dat de materialen van betere kwaliteit moeten zijn en meer afgewisseld kunnen worden. Van de respondenten geeft 61% aan dat de spelbegeleider standaard deel zou moeten uitmaken

van het schoolsysteem. Meer dan de helft van de respondenten vindt dat de leraren blijvend instructie moeten krijgen en driekwart vindt dat ouders geïnformeerd moeten blijven over Beweeg Wijs.

Titel: Ervaringen van leerlingen in het basisonderwijs met de methode Beweeg Wijs

Auteur: Arco Sterk

Organisatie: Universiteit Utrecht (Masterthesis)

Jaar van uitgave: 2015

Type onderzoek: Kwantitatief onderzoek

Onderzoeksmethode: Digitale vragenlijsten bij groep 4 t/m 8

Omvang van het onderzoek: 72 scholen zijn benaderd, 27 scholen hebben deelgenomen, 2042 leerlingen hebben vragenlijst juist ingevuld.

Samenvatting:

Dit onderzoek is gericht op de leerlingen van het basisonderwijs. Het doel van dit onderzoek was het in kaart brengen van de ervaringen met Beweeg Wijs van de leerlingen in het basisonderwijs, hetgeen nog niet eerder is gedaan. Gekeken is naar de verschillende zones die gebruikt worden en de begeleiding daarbij van juniorcoaches (leerlingen van de bovenbouw). Naast de ervaringen lag de focus ook op de verschillen in ervaringen tussen jongens en meisjes en tussen de verschillende groepen. Door middel van een vragenlijst zijn de resultaten verkregen. Uit de resultaten blijkt dat Beweeg Wijs met een 7,93 wordt beoordeeld. Meisjes zijn positiever over de verschillende zones (behalve de rode zone) en de begeleiding van juniorcoaches dan jongens en de kinderen van de groepen 8 geven gemiddeld de laagste beoordelingen.

In deze masterthesis zijn de volgende onderzoeksvragen aan bod gekomen:

1. Hoe beoordelen de leerlingen van de groepen 4 t/m 8 de zes verschillende zones van de methodiek Beweeg Wijs?
2. Hoe ervaren de leerlingen van de groepen 4 t/m 8 het spelen door middel van de methodiek Beweeg Wijs?
3. Hoe beoordelen de leerlingen van de groepen 4 t/m 8 de juniorcoaches?

De hypothesen bij dit onderzoek waren:

1. Jongens vinden de zones waarin veel wordt bewogen leuker dan meisjes.
2. Kinderen van de groep 4 t/m 6 vinden Beweeg Wijs leuker dan de kinderen van de groepen 7 en 8.
3. Kinderen van de groepen 4 t/m 7 leren meer van de juniorcoaches dan de kinderen van groep 8.

Samengevat waren dit de bevindingen met conclusies om de methodiek te verbeteren:

- Leerlingen van 27 basisscholen waarderen de methodiek goed. Het totaalcijfer verschilt niet significant tussen jongens en meisjes. Dat geeft een breed draagvlak van alle kinderen aan.
- De rode zone is bij beide groepen het meest populair. De blauwe en de witte zone het minst.
- De andere vier zones worden allemaal door de meisjes hoger gewaardeerd dan door de jongens.
- Leerlingen uit groep 8 geven de methodiek de laagste score. Opvallend is dat leerlingen uit groep 7 de hoogste score geeft. Het is niet duidelijk hoe dat komt. We schatten in dat de prepuberteit en het afscheid nemen van de basisschool hier een rol in speelt.
- De rol van juniorcoach wordt zeer gewaardeerd en meisjes vinden dit leuker dan jongens.
- De kinderen van groep 4 t/m 7 leren meer van de juniorcoaches dan de leerlingen uit groep 8.

Titel: Observaties op het speelplein van lichamelijke activiteit van de kinderen in de pauze

Auteur: L'Hoir MP, Beltman M, Valsblom E

Organisatie: TNO

Jaar van uitgave: 2012

Type onderzoek: Pilotstudie

Onderzoeksmethode: Observaties

Omvang van het onderzoek: deelname van twee scholen, groep 4 t/m 8

Samenvatting:

In deze pilotstudie is aan de hand van observaties op het schoolplein met een aangepaste versie van het "System for Observing children's Activity and Relationships during Play" (SOCARP) is het bewegen in kaart gebracht van kinderen uit groep 4 tot en met 8 op het schoolplein van een basisschool en een school voor het speciaal basisonderwijs. Jongens van de onderzochte basisschool bewegen meer dan de meisjes, vooral in de categorie intensief bewegen (61.5% meer dan meisjes). Ze laten 53% minder sedentair gedrag zien. Dezelfde verdeling is te zien bij de jongens en meisjes op het speciaal onderwijs. Jongens op het speciaal basisonderwijs zijn tijdens de pauze actiever dan jongens op het "gewone" basisonderwijs. Er is een lichte trend dat jongens op de dagen dat er geen Beweeg Wijs is en er dus geen juniorcoaches en speelbegeleiders op het plein zijn, inactiever zijn. Dit komt overeen met de resultaten uit de focusgroepen. Bij meisjes lijkt dit niet te verschillen. Meer onderzoek, met objectieve metingen over een langere periode met meer observaties, is nodig om definitieve conclusies te trekken over het effect van Beweeg Wijs op de mate van bewegen van kinderen op het schoolplein.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten – max 600 woorden

Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de behaalde effecten met de interventie?

Let op: dit onderdeel (4.2) hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op de niveaus 'Goed beschreven' en 'Goed onderbouwd'.

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van iedere genoemde studie mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave
- b) Het type onderzoek, de meetinstrumenten en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot het bereik van de interventie, de gevonden effecten en -indien beschikbaar- de door de doelgroep ervaren effectiviteit en de mate waarin de veronderstelde werkzame elementen daadwerkelijk zijn uitgevoerd.

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

5. Samenvatting Werkzame elementen

Wat zijn de werkzame elementen van deze interventie waardoor de gestelde doelen bij de doelgroep gerealiseerd worden? Geef een puntsgewijs overzicht van de belangrijkste werkzame elementen van de interventie. Denk daarbij aan inhoudelijke en praktische elementen.

Max 250 woorden

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Onderstaande werkzame elementen behoren tot de kern Beweeg Wijs. Deze werkzame elementen worden onderbouwd door de literatuur en zijn essentieel om te realiseren dat kinderen meer en gevarieerder gaan bewegen tijdens het spelen op het schoolplein in de ochtend- en middagpauze.

- 1) De Beweeg Wijs aanpak bestaat uit een combinatie van strategieën om beweeggedrag te verbeteren.
- 2) Beweeg Wijs wordt uitgevoerd door getrainde, gemotiveerde leerkrachten en beweegleiders die als "model" fungeren en succeservaringen bekrachtigen
- 3) Er worden juniorcoaches ingezet, die ook als "model" fungeren
- 4) Het schoolplein wordt gestructureerd met kleurenzones
- 5) Er is een gevarieerd en aantrekkelijk sport- en spelaanbod, onder ander door voldoende los speelmateriaal
- 6) Er wordt een beweegteam geformeerd waardoor de methodiek na 2 jaar kan worden geborgd.

6. Aangehaalde literatuur

Maak een alfabetische lijst van alle in deze beschrijving aangehaalde literatuur en gebruik hiervoor de APA-normen (variant met kleine letters, zie aanwijzingen in de handleiding).

Websites:

- Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM 2017;
<https://www.rivm.nl/leefstijlmonitor/cijfers/bewegen>
- “Kinderen bewegen ook in schoolpauze te weinig”; 2015, Dorien Dijk, Kenniscentrum Sport;
www.allesoversport.nl/artikel/kinderen-bewegen-ook-in-schoolpauze-te-weinig/

Methode:

- Beweeg Wijs methodiek voor het basisonderwijs, herziene versie 2018, Ron ten Broeke

Nederlandse rapportages en artikelen:

- “Belang van vroege ontwikkeling van motorische vaardigheden”; 2015, Loprinzi/Davis/Fu
- Factsheet “Ontwikkeling buitenspelen bij kinderen in Nederland”; april 2018, Mulier Instituut
- Inspectierapport “Peil.Bewegingsonderwijs”; april 2018, Ministerie van VWS
- “Meer bewegen op school: waarom en hoe? Bevindingen van SMART MOVES! Voor beleid en praktijk”; 2018, Collard D/Slot-Heijs J/van den Berg V/Mol P/Singh A
- “Motorische fitheid van basisschoolleerlingen (10-12 jaar)”; mei 2014, Mulier Instituut
- “Nationaal Sportakkoord; Sport verenigt Nederland”; 2018, Ministerie van VWS/VSG/VNG/NOC*NSF
- “Online kwantitatief onderzoek - Spelen op schoolpleinen”; 2010, Qrius
- “Spelen op het schoolplein, een inventarisatie naar de stand van zaken op het Nederlandse schoolplein”; 2011, Jantje Beton/De Onderzoekerij;
- Trendrapport “Bewegen en Gezondheid 2000/2014”; 2014, TNO/Mulier Instituut/VeiligheidNL
- “Plezier in bewegen: een oproep tot dagelijks twee keer een half uur sporten en bewegen in het onderwijs.” 2018: Onderwijsraad/Nederlandse Sportraad/Raad voor Volksgezondheid en Samenleving.
- “Ervaring van leerlingen in het basisonderwijs met de methode Beweeg Wijs”; 2015, Arco Sterk
- “Evaluatie van Beweeg Wijs, de speelpleinmethode”; 2013, TNO, L’Hoir MP/Beltman M/Valsblom E
- “Het schoolplein...spelenderwijs bewegen”; 2010, Adank A, Jans L. - Lichamelijke Opvoeding
- “Observaties op het speelplein van lichamelijke activiteit van de kinderen in de pauze”; 2012, TNO, L’Hoir MP/Beltman M/Vlasblom E
- “Sporten, spelen en bewegen op het schoolplein - Praktijkgericht onderzoek naar de beweegproblematiek op Nederlandse schoolpleinen”; 2012, Nijha Experticeentrum

Internationale literatuur:

Bandura, A. (1977) *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs : Prentice-Hall

Cardon G, Van CE, Labarque V, Haerens L, De B, I. The contribution of preschool playground factors in explaining children's physical activity during recess. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2008;5:11Farley TA, Meriwether RA, Baker ET, Rice JC, Webber LS. Where do the children play? The influence of playground equipment on physical activity of children in free play. *J Phys Act Health* 2008;5(2):319-31.

Glanz, K., Rimer, B., Viswanath, K. *Health behavior and health education. Theory, research and practice*. Jossey Bass, San Fransisco, CA, 2008

Fairclough, S. J., & Stratton, G. (2006). A review of physical activity levels during elementary school physical education. *Journal of teaching in physical education*, 25(2), 240-258.

- Ferreira, I., Van Der Horst, K., Wendel-Vos, W., Kremers, S., Van Lenthe, F. J., & Brug, J. (2007). Environmental correlates of physical activity in youth—a review and update. *Obesity reviews*, 8(2), 129-154.
- Haug, E., Torsheim, T., Sallis, J. F., & Samdal, O. (2008). The characteristics of the outdoor school environment associated with physical activity. *Health education research*, 25(2), 248-256.
- L'Hoir MP, Schmelt D, Hoffmann D, Dreiskaemper D, Naul R. *GKGK – the Dutch-German Euregio project (2008-2012): physical and motor development of children and the social parental lifestyle context*. (Abstract). HEPA congress, Amsterdam, October 2010.
- Nielsen G, Taylor R, Williams S, Mann J. Permanent play facilities in school playgrounds as a determinant of children's activity. *J Phys Act Health* 2010;7(4):490-6.
- Parrish, A. M., Okely, A. D., Stanley, R. M., & Ridgers, N. D. (2013). The effect of school recess interventions on physical activity. *Sports medicine*, 43(4), 287-299.
- Ridgers ND, Stratton G, Fairclough SJ, Twisk JW. Children's physical activity levels during school recess: a quasi-experimental intervention study. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2007;4:19
- Ridgers ND, Stratton G, Fairclough SJ, Twisk JW. Long-term effects of a playground markings and physical structures on children's recess physical activity levels. *Prev Med* 2007;44(5):393-7.
- Ridgers, N. D., Fairclough, S. J., & Stratton, G. (2010). Variables associated with children's physical activity levels during recess: the A-CLASS project. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(1), 74.
- Sallis, J.F. (2010). *Effects of the built environment on physical activity level*. Pp. 93-96. In C. Bouchard, and P.T. Katzmarzyk, (Eds.), *Physical Activity and Obesity*, 2nd edition. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sallis, J.F., and Heath, G.W. (2010). *Creation of or enhanced access to places for physical activity combined with informational outreach activities*. Pp 93-102. In D.R. Brown, G.W. Heath, and S.L. Martin, (Eds.). *Promoting Physical Activity: A Guide to Community Action*, 2nd ed. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Stratton G, Mullan E. The effect of multicolor playground markings on children's physical activity level during recess. *Prev Med* 2005;41(5-6):828-33.
- Stratton G, Ridgers ND, Fairclough SJ, Richardson DJ. Physical activity levels of normal-weight and overweight girls and boys during primary school recess. *Obesity (Silver Spring)* 2007;15(6):1513-9.
- Van Kann, D. H., Jansen, M. W. J., De Vries, S. I., De Vries, N. K., & Kremers, S. P. J. (2015). Active living: development and quasi-experimental evaluation of a school-centered physical activity intervention for primary school children. *BMC public health*, 15(1), 1315.
- Verstraete SJ, Cardon GM, De Clercq DL, De B, I. Increasing children's physical activity levels during recess periods in elementary schools: the effects of providing game equipment. *Eur J Public Health* 2006;16(4):415-9.
- Weinstein, N. D., Sandman, P. M., & Blalock, S. J. (2008). Health behavior and health education.
- Willenberg LJ, Ashbolt R, Holland D, Gibbs L, MacDougall C, Garrard J, Green JB, Waters E. Increasing school playground physical activity: a mixed methods study combining environmental measures and children's perspectives. *J Sci Med Sport* 2010;13(2):210-6.

Literatuurreview:

- Bijlage 1: Theoretische onderbouwing van de speelpleinmethode. Inclusief literatuur review “Lichamelijke activiteit en speelpleinen op basisscholen”

7. Praktijkvoorbeeld

Beschrijf, indien beschikbaar, in max. 600 woorden een praktijkvoorbeeld van de uitvoering van de interventie: hoe was de situatie voor, tijdens en na de interventie?

Bijlage:

“Hoe leerlingen op Daltonschole tot buitenspel te brengen zijn” DaltonVisie, jaargang3 – nummer 2, december 2014