

**jongeren op
gezond gewicht**

Venlo



Succesfactoren en belemmeringen
nijntje Beweegdiploma in JOGG-wijk
gemeente Venlo

Praktijkonderzoek Fontys Sporthogeschool Eindhoven
Sportkunde

Onderzoeker: Sharon Rijk
Studentennummer: 2202537
Inleverdatum: 08-01-2018
Docent: Karen van Hoya



Nijntje Beweegdiploma

Beweeginterventie in JOGG-wijk gemeente Venlo

Nijntje movement diploma

Movement intervention in JOGG district municipality of Venlo

Algemeen

HBO afstudeeronderzoek Fontys Sporthogeschool
Inleverdatum 08-01-2018

Fontys Sporthogeschool

Studie: Sportkunde
Adres: Theo Koomenlaan 3, 5644 HZ | Postbus 347, 5600 AH Eindhoven
Begeleidend docent: Karen van Hoyer
E-mailadres: k.vanhoyer@fontys.nl

Gemeente Venlo

Afdeling: Samen leven en werken
Team: Sportontwikkeling
Adres: Hanzeplaats 1 Venlo | Postbus 3388, 5902 RJ Venlo
Werkplekbegeleider: Marc Denessen
E-mailadres: m.denessen@venlo.nl
Telefoonnummer: +31681884458
Website: www.venlo.nl

Studente

Sharon Rijk
Studentnummer: 2202537
PCN-nummer: 274547
Stageperiode: 29-08-2016 tot en met 14-07-2017
E-mailadres opleiding: s.rijk@student.fontys.nl
E-mailadres werkplek: s.rijk@venlo.nl

Samenvatting

Overgewicht en obesitas zijn twee actuele onderwerpen in de Nederlandse samenleving. Het is dan ook een sterk groeiend gezondheidsprobleem, vanwege de toenemende prevalentie onder kinderen en volwassenen en de risico's die daarmee gepaard gaan (van den Hurk et al., 2016). De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) hanteert de volgende definitie voor overgewicht en obesitas: overgewicht en obesitas zijn abnormale of buitensporige opeenhopingen van vet die de gezondheid kunnen beïnvloeden (World Health Organization, 2016).

Volgens het Centraal Bureau voor Statistiek (2016) blijkt dat overgewicht steeds vaker bij kinderen voorkomt, waarvan de ouders ook overgewicht hebben. Daarnaast blijkt dat kinderen die opgroeien in een gezin met lage inkomens duidelijk vaker kampen met overgewicht en obesitas, dan kinderen uit gezinnen met hoge inkomens. Gemeente Venlo wil met de landelijke aanpak JOGG (Jongeren Op Gezond Gewicht) de fysieke activiteit van de kinderen in de leeftijd 4 t/m 6 jaar bevorderen. Via de interventie “Het nijntje Beweegdiploma” worden de kinderen op de JOGG-scholen in gemeente Venlo gestimuleerd om binnen het onderwijs meer te gaan bewegen.

Om te onderzoeken wat het nijntje Beweegdiploma heeft opgeleverd, is er onderzoek gedaan naar de succesfactoren en belemmeringen van deze interventie. Het onderzoek is een combinatie tussen kwantitatief (vragenlijsten bij leerlingen) en kwalitatief (interviews bij leerkrachten) onderzoek. De uitkomsten worden door zowel de literatuurstudie als door de resultaten uit de vragenlijsten en interviews onderbouwd. De totale onderzoekspopulatie was 91 personen, waarvan 81 leerlingen en 10 leerkrachten. De onderzoeksvraag hiervoor luidt als volgt: *“Wat zijn de succesfactoren en de belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma bij kinderen van 4 t/m 6 jaar op de JOGG-scholen in de JOGG-wijk Blerick-Noord?”*

Uit het onderzoek kan men concluderen dat het nijntje Beweegdiploma zeer goed bevalen is bij de leerlingen. Alle zeven oefeningen werden allemaal wel eens als aller-leukste activiteit gekozen. Daarnaast willen 73 leerlingen graag nog eens deelnemen aan deze interventie. De leerkrachten waren over het algemeen ook zeer tevreden over deze interventie. De succesfactoren die sterk naar voren kwamen waren het variërend beweegaanbod, de circuitvorm, de nieuwe inzichten voor de leerkrachten zelf, het beweegfeest en de uitdagingen door de niveauverschillen in de les. Enkele belemmeringen waren de kosten die de interventie met zich meebrengt, de ouderparticipatie en dat de spelelementen niet terug kwamen in de beweeglessen.

Aan de hand van deze resultaten worden er twee aanbevelingen gedaan, namelijk het maken van een focusgroep en een kwantitatief vervolgonderzoek. De focusgroep moet aanpassingen en oplossingen gaan zoeken, omtrent de volgende belemmeringen:

- Invulling van de beweeglessen, met name extra toevoeging van spelelementen.
- Financiering.
- Ouderparticipatie.

Het kwantitatieve vervolgonderzoek dient via een 0-en- 1-meting de motorische ontwikkeling en eventuele effecten op afvallen, na het volgen van het nijntje Beweegdiploma, van de leerlingen in kaart te brengen.

Voorwoord

Voor u ligt het onderzoeksverslag waarin de succesfactoren en belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma onderzocht zijn. Dit praktijkonderzoek is geschreven in het kader van mijn afstuderen aan de opleiding Sportkunde, aan de Fontys Sporthogeschool te Eindhoven. Het onderzoek is uitgevoerd tussen april 2017 januari 2018.

Gemeente Venlo is sinds september 2015 een JOGG – gemeente. JOGG staat voor Jongeren Op Gezond Gewicht. Vanwege mijn interesse in de doelgroep, kinderen met overgewicht of obesitas, sprak het mij erg aan om binnen deze landelijke beweging mijn afstudeeronderzoek uit te voeren.

In gemeente Venlo zijn veel kinderen met overgewicht. Echter worden ze nog niet op een optimale manier ondersteund of geholpen. De gemeente Venlo is op zoek naar handvaten om het niveau van bestaande interventies te verhogen of om vernieuwende interventies te implementeren. Het afgelopen schooljaar heeft JOGG-Venlo vooral de focus gehad op de bestaande interventie: het nijntje Beweegdiploma. Gezien mijn eigen ervaringen met deze doelgroep, leek het mij een passend onderzoek om de succesfactoren en belemmeringen van deze interventie in kaart te brengen. Door middel van mijn onderzoek wil ik het nijntje Beweegdiploma naar een hoger niveau krikken en hoop ik een bijdrage te kunnen leveren om de problemen van deze doelgroep te onderdrukken, wat luidt naar mijn eigen motto: “Jong geleerd is oud gedaan”!

Ik wil mijn dank uitspreken naar de 91 respondenten die deel hebben genomen aan zowel het kwantitatieve als kwalitatieve aspect van mijn onderzoek. Deze input is essentieel geweest in het beantwoorden van de onderzoeksvraag.

Tot slot wil ik in het bijzonder mijn werkplekbegeleider Marc Denessen van harte bedanken voor zijn ondersteuning en begeleiding. Tijdens het praktijkonderzoek, maar ook tijdens werkplekleren stond Marc altijd voor mij klaar en heb ik ontzettend veel mogelijkheden gekregen om mij als persoon, maar ook als professional te mogen ontwikkelen. Daarnaast wil ik Karen van Hoyer ook bedanken voor alle begeleiding en hulp m.b.t. het onderzoek. Beide hebben ze mijn vragen steeds beantwoord en mijn onderzoek keer op keer van feedback voorzien, waardoor dit uiteindelijk het eindresultaat is geworden.

Ik wens u graag veel leesplezier met dit onderzoeksverslag. Hopelijk heeft u na het lezen een beeld gekregen van de succesfactoren en belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma, waarbij onderscheid gemaakt wordt tussen verschillende categorieën.

Sharon Rijk

Inhoudsopgave

Samenvatting	3
Voorwoord	4
Inhoudsopgave	5
Inleiding	8
1. Literatuuronderzoek	10
1.1 Overgewicht en obesitas bij jeugd	10
1.1.1 Oorzaken	10
1.1.2 Gevolgen	11
1.1.3 Methoden	12
1.2 Obesitas in Nederland, Venlo en Blerick- Noord	12
1.2.1 Overgewicht en obesitas in Nederland	12
1.2.2 Overgewicht en obesitas in Venlo en JOGG-wijk	13
1.3 Doelgroep 4- en 5 jarigen	14
1.3.1 Cognitieve ontwikkeling	14
1.3.2 Emotionele en sociale ontwikkeling	15
1.3.3 Motorische ontwikkeling	15
1.4 Gedragsbeïnvloedingmodel	17
1.5 Nijntje Beweegdiploma	18
1.6 Jongeren Op Gezond Gewicht	19
1.6.1 JOGG	19
1.6.2 JOGG-Venlo	19
1.6.3 JOGG- activiteiten Venlo	20
2. Onderzoeksmethodologie	21
2.1 Type onderzoek	21
2.2 Onderzoekspopulatie	22
2.3 Plaats en tijdsplanning	23
2.4 Gegevensverwerking	24
2.5 Betrouwbaarheid	24
2.5.1 Subject error	25
2.5.2 Researcher error	25
2.5.3 Subject bias	25
2.6 Validiteit	25
2.6.1 Face validiteit	26
2.6.2 Content validiteit	26
2.7 Ethische verantwoording	26

3.	Resultaten.....	27
3.1	Populatie.....	27
3.2	Vragenlijsten.....	28
3.2.1	<i>Leukste activiteit</i>	28
3.2.2	<i>Beweegfeest</i>	29
3.2.3	<i>Traktatie</i>	30
3.2.4	<i>Lekkerste fruit of groente</i>	31
3.2.5	<i>Deelname nijntje Beweegdiploma</i>	32
3.3	Interviews.....	33
3.3.1	<i>Nijntje Beweegdiploma</i>	33
3.3.2	<i>Beweegfeest</i>	34
3.3.3	<i>Attitude</i>	34
3.3.4	<i>Subjectieve norm</i>	35
3.3.5	<i>Eigen effectiviteit</i>	35
4.	Discussie.....	36
4.1	Kritische weergave resultaten.....	36
4.1.1	<i>Vragenlijsten</i>	36
4.1.2	<i>Interviews</i>	38
4.2	Sterkte-zwakteanalyse.....	39
5.	Conclusie.....	41
6.	Aanbevelingen.....	42
6.1	Focusgroep.....	42
6.1.1	<i>Invulling beweeglessen</i>	42
6.1.2	<i>Financiering</i>	43
6.1.3	<i>Ouderparticipatie</i>	44
6.2	Vervolgonderzoek.....	45
7.	Bronnenlijst.....	46
8.	Bijlagen.....	50
8.1	BMI afkapwaardes kinderen.....	50
8.2	BMI afkapwaardes obesitas kinderen.....	51
8.3	Overzicht aantallen en percentages overgewicht en obesitas 2016.....	52
8.4	Overzicht activiteiten in activiteitenplan 2015.....	53
8.5	Begeleidende brief + toestemmingsformulier school en ouders.....	56
8.6	Begeleidende brief + toestemmingsformulier leerkrachten.....	58
8.7	Vragenlijst leerlingen JOGG-school.....	60
8.8	Handleiding semigestructureerd interview.....	64
8.9	Operationalisatieschema vragenlijst leerlingen JOGG-school.....	67

8.10	Operationalisatieschema semigestructureerd interview leerkrachten	69
8.11	Overzicht aantallen deelnemers onderzoek	73
8.12	Overzicht chi-square en p-waardes SPSS	74

Inleiding

Aanleiding

Dit onderzoek is uitgevoerd voor de gemeente Venlo, dat sinds september 2015 een JOGG-gemeente is. JOGG staat voor Jongeren Op Gezond Gewicht en is een landelijke aanpak, waar in Nederland al meer dan 119 gemeenten gebruik van maken. Al deze gemeenten focussen zich, binnen deze aanpak, op een wijk waar problemen m.b.t. voeding, leefstijl en bewegen het grootst zijn (JOGG Nederland, z.j.). Gemeente Venlo richt zich op de wijk Blerick-Noord. Uit onderzoek van de GGD blijkt dat overgewicht en obesitas in deze wijk het meest voorkomt onder de jeugd in de leeftijd van 2 tot 6 jaar. Daarnaast blijkt ook uit dit onderzoek dat hier de meeste gezondheidswinst te behalen valt (GGD Noord-Limburg, z.j.). Gemeente Venlo is als JOGG-gemeente een belangrijke partner van de vier JOGG-scholen, omdat ze diverse (sport- en beweeg)activiteiten ondersteunt, organiseert en faciliteert.

Dit onderzoek richt zich op de interventie nijntje Beweegdiploma, waarbij er zowel kwalitatieve als kwantitatieve gegevens verzameld worden. Deze interventie hebben de leerlingen van groep 2 van de JOGG-scholen uitgevoerd in schooljaar 2016-2017. De interventie 'het nijntje Beweegdiploma' is een beweegprogramma voor kinderen tussen de 2 en 6 jaar. De kinderen leren de basis van bewegen door middel van gevarieerde oefeningen en spelletjes (KNGU, 2016).

Probleemstelling

JOGG-Venlo heeft een activiteitenplan (Denessen, De Man, & Lecluse, 2015) opgesteld, waarin allerlei verschillende programma's staan weergegeven, waaraan de JOGG-scholen kunnen deelnemen. Vanwege de aanwezige expertise die JOGG-Venlo al heeft, is het van belang dat er regelmatig nieuwe programma's/interventies ontwikkeld worden, die aansluiten op zowel het beleid van de gemeente als van de JOGG-scholen. Daarnaast zijn de wensen en behoeften van kind, leerkracht en eventueel de ouders ook belangrijk.

Het risico op gezondheidsproblemen bij kinderen, wordt steeds groter naarmate het gewicht alsmaar toeneemt en langer aanhoudt (Kist- Van Holte et al., 2012). Voor de kinderen in deze JOGG-wijk is het dan ook noodzakelijk dat zij tot een gezonde, maar vooral actieve leefstijl worden gestimuleerd. Een combinatie tussen een bewegings-, voedings- en gedragsinterventie is het meest effectief om een gezonde leefstijl te creëren bij deze kinderen (Van Binsbergen et al., 2010). Echter wordt binnen dit onderzoek enkel gericht op bewegen en klein stukje voeding.

Er zijn veel verschillende interventies binnen JOGG-Venlo. In schooljaar 2015-2016 is gemeente Venlo aan de slag gegaan met het implementeren, op vier verschillende JOGG-scholen, van de interventie: het nijntje Beweegdiploma. Echter heeft Gemeente Venlo zelf niet kunnen nagaan wat deze interventie heeft opgeleverd. Daarom werd er de vraag gesteld om na te gaan of het nijntje Beweegdiploma daadwerkelijk succes heeft behaald, als het gaat om het beweeggedrag van de leerlingen. Het is dan ook van belang om meer inzicht te krijgen in de succesfactoren en belemmeringen die deze interventie met zich meebrengt. Daarnaast vindt JOGG-Venlo het vooral interessant om het verschil in de ervaringen tussen verschillende categorieën te achterhalen. Deze categorieën worden verder toegelicht in hoofdstuk drie.

Doel van dit onderzoek

Uit dit onderzoek komt een aanbeveling, waarin de succesfactoren en belemmeringen van het Beweegdiploma in kaart worden gebracht. Wanneer deze gegevens bekend zijn, kan er een advies gegeven worden aan gemeente Venlo over het meest optimale gebruik van het nijntje Beweegdiploma, als tool ten behoeve van de beweegstimulering van de leerlingen. Met dit advies kan gemeente Venlo aan de slag om het nijntje Beweegdiploma (NBD) te optimaliseren en als standaard verplichte interventie binnen de JOGG-scholen in te gaan zetten.

Onderzoeksvraag

De onderzoeksvraag hiervoor luidt als volgt:

“Wat zijn de succesfactoren en de belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma bij kinderen van 4 t/m 6 jaar op de JOGG-scholen in de JOGG-wijk Blerick-Noord?”

Deze vraag zal worden beantwoord aan de hand van een literatuurstudie en een onderzoek dat wordt afgenomen middels vragenlijsten bij de leerlingen en interviews bij de leerkrachten.

Leeswijzer

Dit praktijkonderzoek bestaat uit 8 hoofdstukken. In het eerste hoofdstuk wordt de literatuurstudie beschreven, waarbij wordt ingegaan op de relevante en betrouwbare kennis betreffende de onderzoeksvraag. In hoofdstuk twee wordt beschreven volgens welke methode dit onderzoek is uitgevoerd. Hierin wordt de populatie, steekproef, procedure, plaats en tijd, betrouwbaarheid, validiteit en ethische verantwoording beschreven. Vervolgens worden in hoofdstuk drie de resultaten weergegeven en geanalyseerd, waarna deze in hoofdstuk vier nader worden toegelicht en geïnterpreteerd bij de discussie. In hoofdstuk vijf wordt dan een conclusie getrokken op basis van voorafgaande hoofdstukken, waarbij in hoofdstuk zes de aanbevelingen worden gedaan aan gemeente Venlo. Hoofdstuk zeven is de bronnenlijst en hoofdstuk 8 de bijlagen.

1.Literatuuronderzoek

1.1 Overgewicht en obesitas bij jeugd

De termen overgewicht en obesitas worden vaak door elkaar gebruikt. Bij zowel overgewicht als bij obesitas is er te veel overtollig vet in het lichaam opgeslagen. Overgewicht en obesitas ontstaan als de hoeveelheid energie die iemand binnenkrijgt, via eten en drinken, voor een langere tijd hoger is dan het lichaam verbruikt (Voedingscentrum, z.j.). De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) hanteert de volgende definitie voor overgewicht en obesitas: overgewicht en obesitas zijn abnormale of buitensporige opeenhopingen van vet die de gezondheid kunnen beïnvloeden (World Health Organization, 2016).

1.1.1 Oorzaken

Overgewicht en obesitas kennen een tal van oorzaken, die vaak met elkaar samenhangen. Zo kan een biologische factor samenhangen met de sociale omgeving (Nederlandse Stichting Over Gewicht, z.j.). De energie-inname wordt beïnvloed door de energiedichtheid van voeding, de maaltijdfrequentie en de portiegrootte. Het energieverbruik daarentegen wordt sterk beïnvloed door fysieke activiteit, maar ook door het voeding gerelateerd energieverbruik en het basaalmetabolisme (Gezondheidsraad, 2003). Onder fysieke activiteit wordt lichaamsinspanning verstaan. Voorbeelden van risicofactoren voor kinderen zijn onder andere te weinig of zelfs niet bewegen, teveel tv kijken of achter de pc zitten en reclame over ongezonde voeding. Daarnaast is een buurt waarin nauwelijks plaats is om buiten te spelen en ouders met een ongezond voedingspatroon, die het verkeerde voorbeeldgedrag geven, ook een groot risico. Kinderen met weinig fysieke activiteit hebben meer kans om overgewicht of obesitas te ontwikkelen (Van Mil & Struik, 2015).

Er zijn heel veel factoren die een belangrijke rol spelen in het feit of men overgewicht of obesitas krijgt of niet. In de literatuur spreekt men meestal over een opdeling in erfelijke factoren en omgevingsfactoren, waarbij omgevingsfactoren de belangrijkste oorzaken zijn. Omgevingsfactoren zijn alle niet-erfelijke factoren, zoals opvoeding, eetgewoontes en smaak. De omgeving en het sociaal-demografische domein waarin iemand zich bevindt, zoals een ongezonde leefstijl en lager inkomen van de ouders, heeft enorm veel invloed op het ontstaan van obesitas bij het kind (Rütten, 2009). Daarnaast kan het slaappatroon, een supermarkt om de hoek en de sociale druk binnen onderwijs ook een rol spelen bij het ontwikkelen van overgewicht of obesitas (Nederlandse Stichting Over Gewicht, z.j.).

Naast de omgevingsfactoren hebben ook erfelijke factoren invloed op het al dan niet krijgen van overgewicht of obesitas. Obesitas komt vaak in de familie voor, wat betekent dat het erfelijk kan zijn. Daarnaast bepalen erfelijke factoren bovendien de eetlust, het aantal vetcellen en de stofwisseling. Verder geldt dat wanneer ouders obesitas hebben, de kinderen vaak een groot risico hebben om ook obesitas te krijgen (Nederlands Huisartsen Genootschap, 2010). Ook zijn er verschillende aanwijzingen dat het hebben van overgewicht, in de kinderleeftijd en met name tijdens de adolescentie, als een voorspeller gezien kan worden van het krijgen van overgewicht op volwassen leeftijd (Gezondheidsraad, 2003). Volgens het Nederlands Jeugdinstituut (z.j.) zal namelijk tachtig procent van de kinderen met overgewicht als volwassene ook kampen met overgewicht of obesitas.

Volgens de Gezondheidsraad (2003) zijn er sterke aanwijzingen dat diverse fysieke, economische en sociaal-culturele factoren, de zogenoemde obesogene omgeving, mensen stimuleren om veel te eten en weinig te bewegen. In diverse onderzoeken is bijvoorbeeld een verband gevonden tussen het aantal uren televisiekijken en de ontwikkeling van overgewicht bij kinderen.

Medische of psychologische problemen, zoals chronische ziektes, waar medicijnen voor nodig zijn en stress, angst, pesten, depressie of verveling, kunnen er ook voor zorgen dat kinderen obesitas ontwikkelen (Nederlandse Stichting Over Gewicht, z.j.). Deze risicofactoren zijn onder te verdelen in beïnvloedbare en niet beïnvloedbare factoren. Beïnvloedbare factoren zijn bijvoorbeeld de mate waarin een kind beweegt en het voedingspatroon. Niet-beïnvloedbare factoren zijn onder andere medische, psychologische, erfelijke of de lagere sociaaleconomische status van ouders (Nederlands Jeugdsinstituut, z.j.).

1.1.2 Gevolgen

Volgens de Gezondheidsraad (2003) neemt obesitas veel gevolgen met zich mee, voor zowel op de lange als korte termijn. Overgewicht en met name obesitas gaan vaak gepaard met het optreden van comorbiditeit. Comorbiditeit betekent het tegelijkertijd hebben van twee of meer stoornissen of aandoeningen. Dit gebeurt in het algemeen met het gelijktijdig hebben van lichamelijke, geestelijke en vaak de daaropvolgende sociale problemen bij een persoon (Nederlandse Encyclopedie, z.j.). Oorzaak en gevolg zijn bij de relatie tussen obesitas en psychische en sociale problemen vaak moeilijk te scheiden (Gezondheidsraad, 2003).

Als gevolg van obesitas kunnen bij kinderen ontwikkelingsproblemen ontstaan, zoals neurologische schade, hetgeen problemen kan veroorzaken bij de ontwikkeling van spieren en botten (Gezondheidsraad, 2003). Een tweede mogelijk gevolg van obesitas is dat kinderen op jonge leeftijd reeds kunstheupen of knieën nodig hebben en last hebben van slaapapneu (Kist- Van Holte et al., 2012). Daarnaast hebben kinderen met obesitas vaak meer kans op verschillende gezondheidsproblemen, zoals een verhoogde bloeddruk, hypercholesterolemie en glucose-intolerantie (Freedman, Dietz, & Berenson, 1993) en ziektes, zoals hart- en vaatziekten en diabetes mellitus type 2 (Kemper, Post, Twisk, & Van Mechelen, 1999).

Bij obese kinderen kan een vicieuze cirkel ontstaan. Volgens de Gezondheidsraad (2003) kan obesitas namelijk leiden tot psychische en sociale problemen. Dit leidt tot een verminderd gevoel van eigenwaarde en zelfrespect, onder meer door negatieve reacties van leeftijdsgenootjes, zoals bijvoorbeeld pesten, discriminatie, eenzaamheid en isolement in de groep. Obese kinderen kunnen daarnaast de fysieke competitie met leeftijdsgenootjes moeilijk aan (Nederlands Jeugdsinstituut, z.j.). Bovendien vinden allerlei stereotyperingen plaats, zoals een dik kind is een dom kind. Deze problemen moeten overigens niet alleen worden herkend als een gevolg van obesitas, maar ook als een mogelijke oorzaak. Factoren die zowel eten als bewegen beïnvloeden, hebben vaak hun oorsprong in psychosociale problemen, variërend van verveling tot somberheid en angst (Schwartz & Puhl, 2003).

Naast bovengenoemde problemen zorgt obesitas ook voor maatschappelijke problemen, zoals verhoogde uitgaven in de gezondheidszorg, een toename van arbeidsongeschiktheid en werkverzuim. Daarnaast zijn er voor zowel kinderen als volwassenen ook andere afmetingen nodig van bijvoorbeeld speeltoestellen, meubels, deuren, kleding, openbaar vervoer, enz. (Kist- Van Holte et al., 2012).

1.1.3 Methoden

Om te bepalen of iemand overgewicht of obesitas heeft, zijn er verschillende methoden. De meest gebruikte methode is de berekening van de Body Mass Index (BMI), die gebaseerd is op de verhouding tussen lengte en gewicht. De BMI wordt berekend door het gewicht van het lichaam in kilo's te delen door het kwadraat van de lengte in meters (Volksgezondheidszorg.info, 2017).

Naast de BMI geven ook de buikomtrek en de huidplooidikte een indicatie voor de hoeveelheid opgeslagen vet (Volksgezondheidszorg.info, 2017). Het meten van de buikomtrek en de huidplooidikte geeft met name inzicht over de gezondheidsrisico's, omdat hier gekeken wordt naar de vetstapeling in de buikholte. Bij kinderen is de uitvoering van de buikomtrekmeting lastig, omdat dit bij een staand kind gemeten moet worden, aan het einde van een normale uitademing. Met name bij de jonge kinderen kan dit dus invloed hebben op de betrouwbaarheid van de resultaten (Nederlandse Stichting Over Gewicht, z.j.).

Op dit moment is BMI bij kinderen van 2-19 jaar de beste maat om het gewicht te interpreteren, met internationaal geaccepteerde leeftijds- en geslachtsspecifieke afkapwaarden (Nederlands Centrum Jeugdgezondheid, 2012). Bijlagen 8.1 en 8.2 geven de BMI-diagrammen weer met de internationale afkapwaarden voor ernstig ondergewicht, ondergewicht, normaal gewicht, overgewicht en obesitas, uitgesplitst in jongens en meisjes. Gezond gewicht bij kinderen, in de leeftijd 4 t/m 6 jaar, wordt beschouwd met een BMI tussen de 13,82 en 17,54 kg/m². Overgewicht is een BMI tussen 17,55 en 19,65 kg/m². Obesitas begint bij een BMI van meer dan 19,15 kg/m². Hoe hoger het BMI is, hoe erger de obesitas (Voedingscentrum, 2010).

1.2 Obesitas in Nederland, Venlo en Blerick- Noord

1.2.1 Overgewicht en obesitas in Nederland

Volgens het Centraal Bureau voor Statistiek (2016) blijkt dat overgewicht steeds vaker bij kinderen voorkomt, waarvan de ouders ook overgewicht hebben. Daarnaast blijkt dat kinderen die opgroeien in een gezin met lage inkomens duidelijk vaker kampen met overgewicht en obesitas, dan kinderen uit gezinnen met hoge inkomens.

Uit cijfers van de dienst Volksgezondheidszorg.info (2016) komt naar voren dat 11,9% van de kinderen in de leeftijd 4 t/m 11 jaar in 2016 overgewicht heeft, waarvan 2,6% obesitas. Meisjes van 4 t/m 11 jaar hebben vaker overgewicht of obesitas dan jongens. Tabel 1 geeft een weergave van het percentage kinderen met overgewicht en obesitas bepaald door de dienst Volksgezondheidszorg.info (2016).

	Overgewicht (BMI ≥ 25)	Obesitas (BMI ≥ 30)
4 t/m 11 jaar	11,9 %	2,6 %
Jongens	10,7 %	1,1 %
Meisjes	13,2 %	4,1 %

Tabel 1: Percentage kinderen met overgewicht 2016 (Volksgezondheidszorg.info, 2016).

1.2.2 Overgewicht en obesitas in Venlo en JOGG-wijk

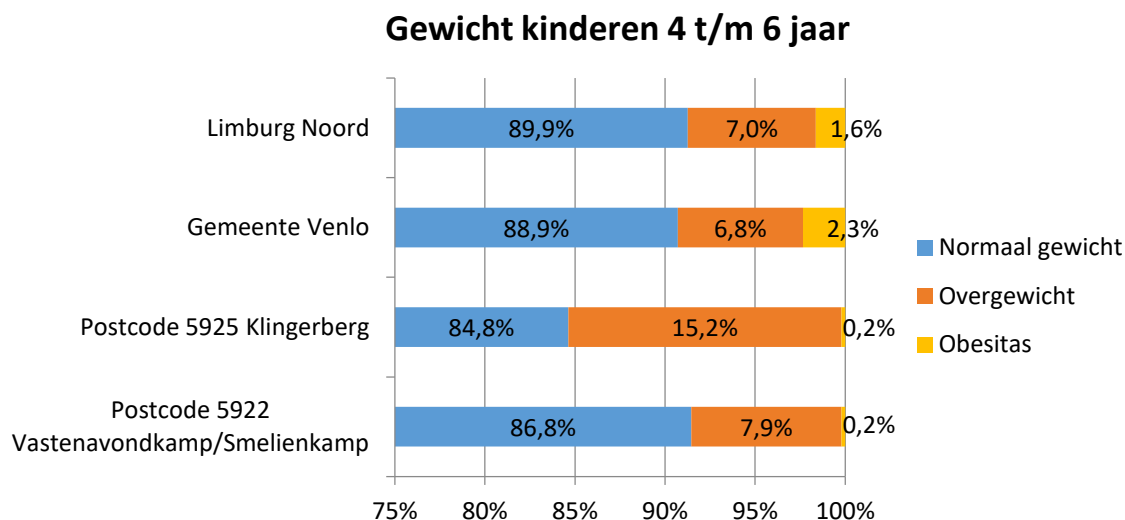
In gemeente Venlo kampen veel kinderen met overgewicht en obesitas (Gemeentelijke Gezondheidsdienst Limburg-Noord, 2016). In bijlage 8.3 is een overzicht te vinden van overgewicht en obesitas van 4 t/m 6 jarigen, uitgesplitst in Venlo en Limburg Noord.

Ook is er een splitsing te maken tussen Venlo en de JOGG-wijk. Zoals in de inleiding vermeld staat, wil JOGG-Venlo zich vooral richten op de wijk Blerick-Noord. Volgens cijfers van de GGD zijn daar de meeste kinderen met overgewicht en obesitas. Gemeente Venlo wil met name obesitas bij de kinderen in deze wijk stabiliseren en verminderen. In Blerick is, ten opzicht van alle stadsdelen, het percentage met overgewicht/obesitas het grootst. Vandaar dat er vanuit JOGG-Venlo de prioriteit ligt, omdat hier de meeste winst te behalen valt (Gemeentelijke Gezondheidsdienst Limburg-Noord, 2016).

Als er gesproken wordt van de JOGG-wijk, heeft men het vooral over de volgende twee wijken in Blerick-Noord:

- 5922 Vastenavondkamp/Smelienkamp
- 5925 Klingerberg

De laatste meting vanuit de GGD is genomen in 2016. In grafiek 1 is te zien dat er beduidend meer overgewicht in de JOGG-wijk is (Gemeentelijke Gezondheidsdienst Limburg-Noord, 2016).



Grafiek 1: gewicht 4 t/m 6 jaar (Gemeentelijke Gezondheidsdienst Limburg-Noord, 2016).

1.3 Doelgroep 4 t/m 6 jaar

Kinderen in de leeftijd van 4 tot en met 6 jaar (kleuters) zitten over het algemeen in groep 1 en 2 van de basisschool. Deze kinderen zitten nog in de kleutertijd. De ontwikkeling van een kind kan in drie verschillende gebieden verdeeld worden: cognitieve ontwikkeling, emotionele en sociale ontwikkeling en de motorische ontwikkeling (Alkema, Kuipers, Lindhout, & Tjerkstra, 2015).

1.3.1 Cognitieve ontwikkeling

Onder de cognitieve ontwikkeling wordt verstaan: de ontwikkeling van het denken, de taal en andere functies, zoals aandacht en geheugen (Van Beemen, 2010). Er is door de jaren heen veel onderzoek gedaan naar de ontwikkeling van jonge kinderen. Één van de belangrijkste onderzoeken zijn de onderzoeken van de psycholoog Jean Piaget geweest, die de fasetheorie ontwikkelde (Verhulst, 2005). Tabel 2 geeft een weergave van de ontwikkelingsstadia van kinderen, onderzocht door Piaget. Kinderen van 4 t/m 6 jaar bevinden zich in de pre-operationele fase. De term pre-operationeel verwijst vooral naar wat het kind niet kan en wat er niet is, namelijk de beschikking over operaties (Van Beemen, 2010).

leeftijd	periode
0-2 jaar	Sensomotorische periode
0-1 maand	Stadium 1: reflexen
1-4 maanden	Stadium 2: primaire circulaire reacties
4-8 maanden	Stadium 3: secundaire circulaire reacties
8-12 maanden	Stadium 4: coördinatie van schema's
12-18 maanden	Stadium 5: tertiaire circulaire reacties
18-24 maanden	Stadium 6: het eerste denken
2-7 jaar	Pre-operationele periode
7-11 jaar	Concreet-operationele periode
>11 jaar	Formeel-operationele periode

Tabel 2: Stadia van cognitieve ontwikkeling volgens Piaget (Verhulst, 2005).

Kleuters kunnen oorzaak-gevolgrelaties beter bevatten dan peuters en zijn voortdurend bezig de wereld actief te exploreren en te construeren. Echter zijn ze nog niet in staat om aspecten uit een situatie op een logische manier met elkaar in verband te brengen. Zij beleven causale verbanden onafhankelijk van elkaar. Centraal in deze fase staat het herkennen van visueel ruimtelijke informatie. Verbale informatie wordt minder goed onthouden (Verhulst, 2005).

Daarnaast beschikken kleuters volgens van Beemen (2010) nog onvoldoende over het vermogen zich in het standpunt van een ander te verplaatsen, ook wel egocentrisme genoemd. Naast het egocentrisme is er een ander kenmerk van het pre-operationele denken, namelijk centratie. Dit wil zeggen dat een kind zijn redeneringen en conclusies laat leiden door het meest opvallende aspect van het probleem. Met andere woorden: kleuters letten vooral op de toestand en niet op het proces dat tot die toestand leidde.

Ook beginnen kleuters in deze fase te leren dat gevoelens van anderen niet altijd dezelfde zijn als die van henzelf, dit wordt ook wel Theory of Mind (ToM) genoemd. ToM is het inzicht dat anderen een binnenwereld hebben die bestaat uit gedachten, gevoelens, kennis, wensen, intenties en herinneringen (Verhulst, 2005).

1.3.2 Emotionele en sociale ontwikkeling

Onder de emotionele en sociale ontwikkeling wordt verstaan: de ontwikkeling van toenemende complexiteit van relaties (Verhulst, 2005). Vooral relaties met leeftijdgenoten nemen een belangrijke plaats in bij kinderen van 4 t/m 6 jaar. Het streven naar autonomie zet door in de kleutertijd, maar nu met een veel grotere beschikbaarheid aan mogelijkheden om initiatieven te nemen en frustraties te verdragen. Het kind beheerst de taal en is in staat tot fantasiespel, waarmee ze met conflicten en angsten leert omgaan. De kinderen in deze leeftijd kunnen flexibeler omgaan met veranderingen en kunnen hun emotionele reacties beter sturen, in vergelijking met peuters. Hierdoor zullen ze minder snel woedeaanvallen krijgen, waarbij het kind de controle over het gedrag verliest. Een kleuter die zijn zin niet krijgt, is in staat om te gaan onderhandelen of over te stappen naar een andere activiteit. Daarnaast zullen ze als iets niet lukt, sneller de hulp inschakelen van een volwassene. Het kind van 4 t/m 6 jaar is in staat complexe gevoelens als trots, jaloezie of schaamte te benoemen en te begrijpen. Zij zijn steeds beter in staat de eisen en verboden van de omgeving te begrijpen (Verhulst, 2005).

Kleuters ontwikkelen de cognitieve vaardigheid van het categoriseren, waardoor dit hun de mogelijkheid geeft om in hun denken een onderscheid te maken tussen wat vrouwelijk of mannelijk is. Voorbeeld hiervan is speelgoed als een wiegje of een auto. Naast deze cognitieve vaardigheid gaan kleuters ook sekse typische voorkeuren vertonen in hun gedrag, zoals het feit dat jongens het liefst grof motorische bezigheden doen, terwijl meisjes de voorkeur hebben voor verzorgende activiteiten. Daarnaast willen jongens in de kleutertijd het liefst met een grote groep spelen, terwijl meisjes over het algemeen liever met één kind samen spelen. De kinderen leren in de pre-operationele fase, hun wensen en behoeften aan te passen aan de realiteit, door middel van symbolisch spel (Verhulst, 2005). Ze leren spelenderwijs omgaan met sociaal gedrag, zoals spontane rollenspelletjes, waarin ook volwassenen een rol spelen. In de leeftijd van 4 t/m 6 begrijpt het kind getallen en vormen en is het schoolrijp, wat betekent dat het een goed ontwikkeld vermogen heeft, om met andere kinderen samen te spelen (Bilo, Voorhoeve, & Koot, 2000).

Kohlberg heeft een stadiumtheorie ontwikkeld over de kennis van een kind, het eigen geslacht en de implicaties daarvan in het dagelijkse leven. Kleuters van 4 t/m 6 jaar zitten in het tweede stadium: de geslachtstabiliteit. Ze beseffen dat een jongen een jongen blijft en later een man zal worden en dat meisjes later vrouwen en moeders worden. Uiterlijke verandering kan de kleuter nog in twijfel brengen over het geslacht van de ander (Verhulst, 2005).

Vanaf vier jaar neemt het hechtingsgedrag geleidelijk af. Een steeds langere afwezigheid van de gehechtheidfiguur, kan het schoolgaande kind aan. Deze relatie krijgt een abstracter karakter, op basis van wederzijdse waardering, vertrouwen en affectie (van Beemen, 2010).

1.3.3 Motorische ontwikkeling

Het begrip motoriek is erg breed. Het antwoord op de vraag “Wat is motoriek?” is stevast “bewegen”. Om binnen het basisonderwijs duidelijk te kunnen achterhalen waar de motorische problemen liggen, is het begrip motoriek in verschillende domeinen ingedeeld. Er bestaan meerdere visies op de ontwikkeling van de motoriek.

De visie van Noordstar (2009) maakt onderscheid in de volgende domeinen binnen de motoriek: grove en fijne motoriek, evenwicht, rompbalans en spierkracht, ruimtelijke oriëntatie en oog-handcoördinatie en oog-voetcoördinatie.

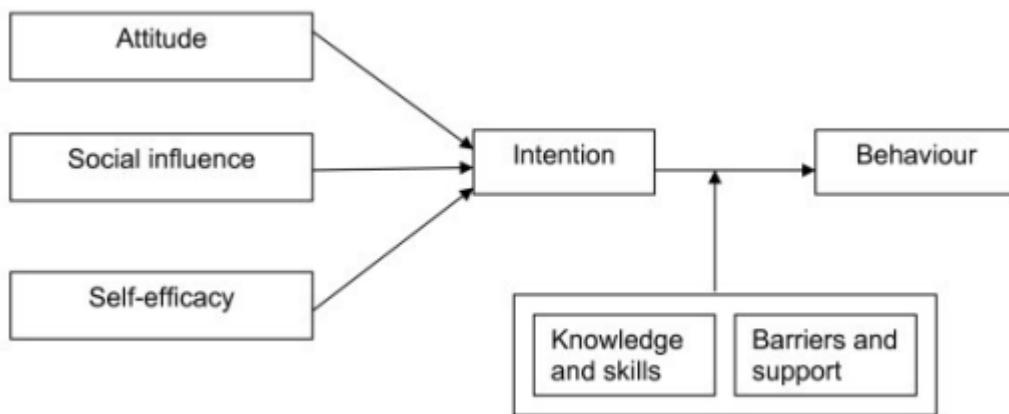
De verschillende domeinen ontwikkelen zich niet opeenvolgend, maar overlappen elkaar. Vrijwel iedere motorische vaardigheid doet een beroep op twee of meerdere domeinen. Bijvoorbeeld bij het knippen, moet het kind over een goede fijne motoriek beschikken (de knipbeweging), maar ook een goede oog-handcoördinatie (het sturen van de schaar). Dit geldt hetzelfde bij voetballen, namelijk balvaardigheid (het kunnen schoppen tegen de bal in de goede richting) en de grove motoriek (het achterna rennen van de bal) (Noordstar, 2009). Volgens Netelenbos (2000) is het moeilijk te bepalen in welke motorische fase kinderen van 4 tot en met 6 jaar zitten. De motorische ontwikkeling kan namelijk veel per kind verschillen. Er zijn echter wel een aantal algemene kenmerken. In deze levensfase (de kleutertijd) ontwikkelen de kleuters vooral de spierkracht, stabiliteit en rompbalans.

Men kan dus concluderen dat er in de levensfase van een kind van 4 t/m 6 jaar veel veranderingen plaatsvinden op het gebied van motoriek. Daarnaast wordt ook duidelijk dat er verschillen kunnen zijn in de snelheid van de ontwikkelingen van het kind (Netelenbos, 2000).

1.4 Gedragsbeïnvloedingmodel

Om te kunnen verklaren welk gedrag het kind en het gezin heeft, zijn er een aantal gedragsbeïnvloedingmodellen ontwikkeld. Volgens Kuiper, Heerkens, & Balm (2011) is het verklaren van menselijk gedrag erg moeilijk. Om dit toch op een zo goed mogelijke manier te kunnen verklaren, heeft hij het ASE-model ontwikkeld. Dit recenter model is gebaseerd op een model uit 1991: de theorie van gepland gedrag, ontwikkeld door Azjen (1991). Het ASE-model is tegenwoordig iets toegankelijker.

Naast het verklaren van gedrag wordt dit model ook gebruikt voor gedragsbehoud. Men kan pas spreken van een zichtbaar gedrag, wanneer de desbetreffende persoon een aantal stadia van het ASE-model heeft doorlopen. Het ASE-model bestaat uit drie hoofddelen die samen de intentie van het gedrag bepalen. Deze drie hoofddelen zijn attitude, subjectieve norm en eigen effectiviteit. Om vanuit de intentie naar het uiteindelijke gedrag te komen, zijn er vaardigheden, maar ook barrières die positief of negatief kunnen ondersteunen. Figuur 1 geeft een weergave van het ASE-model, ontwikkeld door Kuiper.



Figuur 1: ASE-model van Kuiper (Kuiper et al., 2011).

Om al deze termen te begrijpen, worden deze hierna kort toegelicht. Het eerste hoofddeel attitude betekent de houding van een persoon ten opzichte van het gedrag. Het tweede hoofddeel subjectieve norm houdt de invloed die andere personen op de desbetreffende persoon uitoefenen in. Bij het laatste hoofddoel eigen effectiviteit wordt er gekeken naar het eigen vertrouwen van de persoon in het eigen kunnen met betrekking tot het gedrag. De intentie is het doel wat men wil bereiken tot je gedrag. Hierbij kan men vaardigheden inzetten, die helpen om tot gedragsverandering te komen, maar zijn er ook barrières die het juist lastig maken.

1.5 Nijntje Beweegdiploma

Voor dit onderzoek is het nijntje Beweegdiploma onder de loep genomen in gemeente Venlo. Het nijntje Beweegdiploma is eind 2013 ontwikkeld door bewegingswetenschappers en ervaren docenten met kennis over de motorische en sociale ontwikkeling van jonge kinderen. (KNGU, z.j.). Het is een speels beweegprogramma voor kinderen van 2 tot 6 jaar, waarbij gewerkt wordt aan drie ontwikkelgebieden, namelijk de motorische, cognitieve en sociale ontwikkeling van het jonge kind. De beweeglessen hiervan zijn ingericht volgens een aantal principes, met name werken ze volgens de Fundamental Movement Skills (FMS). Deze skills vormen de bouwstenen voor meer complexere bewegingen en bestaan uit drie categorieën, namelijk stabiliteit (balans en draaien/rollen), objectcontrole (gooien en vangen/oog-hand coördinatie) en de locomotoriek (rennen en springen) (Burrows, Keats, & Kolen, 2014). Als kinderen in deze leeftijd voldoende mogelijkheden tot bewegen krijgen, hebben zij de capaciteiten om de volledige beheersing van FMS te bereiken op 6 jarige leeftijd (Gallahue & Donnely, 2003). Wetenschappelijk onderzoek toont dan ook aan dat de leeftijdsfase 2 tot 5 jaar de belangrijkste periode is voor het ontwikkelen van FMS. Dit komt doordat dan de groei van de hersenen en de rijping van het zenuwstelsel en de spieren optimaal is (Malina, Bouchard, & Bar-Or, 2004).

Uit een effectonderzoek van Jones et al. (2011) blijkt dat een 20-weeks programma met gestructureerde oefeningen voor kinderen een positief en significant resultaat opleverde voor de beheersing van de FMS en het beweeggedrag van de kinderen. Er kan dus worden vastgesteld dat het ontwikkelen van FMS vaardigheden niet alleen verbeterd wordt door het volgen van een programma, maar dat gestructureerde instructie en oefening zelfs noodzakelijk zijn om tot een goede ontwikkeling van FMS bij jonge kinderen te komen. Op basis van de inhoud van het nijntje Beweegdiploma en dit effectonderzoek, kan redelijkerwijs worden aangenomen dat bij kinderen die de nijntje Beweeglessen doorlopen eenzelfde effect optreedt (KNGU, z.j.).

Daarnaast is er een onderzoek gehouden naar het beweegaanbod van kleuters op Nederlandse basisscholen. Volgens deze resultaten uit het onderzoek van Bastmeijer, Koster, & Limpens (2016) zijn er een aantal opvallende resultaten naar voren gekomen. Deze resultaten zijn opgesplitst in positieve en negatieve aspecten. Als positieve aspecten werd door zowel leerkrachten als directeur benoemd dat het behalen van een diploma zou kunnen leiden tot betere motivatie van de leerlingen, omdat de leerlingen daar naartoe moeten werken en dus extra gemotiveerd zijn om beter hun best te doen. Ouders gaven voornamelijk aan het idee te hebben dat zij als ouder door deze interventie beter op de hoogte zouden zijn van de ontwikkeling van hun kind. Negatieve aspecten zijn dat door het diploma de focus te veel ligt op het resultaat en niet op de ontwikkeling van het kind, waardoor dit zou kunnen leiden tot overstimulatie. Daarnaast gaven alleen de ouders aan dat de financiële kosten die het nijntje Beweegdiploma met zich meebrengt een beperkende rol kan spelen.

1.6 Jongeren Op Gezond Gewicht

1.6.1 JOGG

JOGG staat voor Jongeren Op Gezond Gewicht. Dit is een landelijke aanpak die zich inzet voor een gezonde omgeving. De JOGG-aanpak is een lokale, integrale en duurzame aanpak, die zich richt op de jongeren tussen 0-19 jaar. Lokale samenwerkingen tussen publieke en private partijen ontstaan, om een gezonder gewicht onder deze doelgroep te stimuleren, in wijken waar het percentage overgewicht/obesitas hoog is. Onder publieke en private partijen wordt verstaan: sportclubs, scholen, huisartsen, buurtsupermarkten en woningbouwverenigingen (Loket gezond leven, 2015).

Het fundament onder de JOGG-aanpak bestaat uit vijf pijlers:

- Politiek- Bestuurlijk Draagvlak
- Publiek-Private Samenwerking
- Sociale Marketing
- Monitoring & Evaluatie
- Verbinding Preventie en Zorg

Met deze 5 pijlers creëert de stichting voor de deelnemende JOGG-gemeenten de voorwaarden voor succes van haar lokale initiatieven (Jongeren Op Gezond Gewicht, z.j.)

Wat er zo bijzonder aan de JOGG-aanpak is, is dat publieke en private partijen, zowel op landelijk niveau als lokaal niveau samenwerken. Zij vormen namelijk samen de omgeving waarin de jongeren opgroeien en maken gezonder eten en meer bewegen gemakkelijk en leuker. Alle initiatieven binnen deze gemeenten worden daardoor breed uitgevoerd en voortgezet in de jaren. Het belangrijkste binnen deze aanpak is dat de gemeente alle aspecten die bijdragen aan het voorkomen van overgewicht en obesitas betreft, zoals educatie, sportaanbod, fysieke activiteit, gezondheidszorg, sociale omgeving, werken, wonen, veiligheid van de woon/speelomgeving en levensmiddelenaanbod (Jongeren Op Gezond Gewicht, z.j.).

JOGG werkt met drie verschillende communicatiethema's:

- DrinkWater
- Gratis Bewegen, gewoon doen!
- Groente...zet je tanden erin!

Iedere gemeente moet één van deze thema's kiezen, waar vervolg activiteiten en interventies aan gekoppeld worden (Jongeren Op Gezond Gewicht, z.j.).

1.6.2 JOGG-Venlo

JOGG-Venlo heeft gekozen voor het thema 'Groente..zet je tanden erin!'. Deze keuze staat beschreven in het aanvalsplan van Verheijden, Denessen, & Dorrestijn (2015) en is gevallen, omdat het heel goed past bij de sociale -en economische kenmerken van Venlo. Venlo heeft namelijk een (inter)nationaal sterk en florerend agrofoodsector. Dit is een nieuw communicatiethema sinds 2015, waarbij Venlo de eerste gemeente was, die hier gebruik van ging maken. Venlo is hierdoor een landelijke pilotgemeente en tegelijkertijd ambassadeur. Venlo kan de lokale kracht en lokale specialisten inzetten bij de ontwikkeling en uitvoering van dit communicatiethema.

1.6.3 JOGG- activiteiten Venlo

JOGG-Nederland heeft een aantal interventies die iedere JOGG-gemeenten kan implementeren in haar activiteitenplan. Dit zijn activiteiten als, team:fit – gezonde sportkantine, the daily mile, 100 meter voor Dafne, gezonde werkvloer en het akkoord gezonde voeding op scholen (Jongeren Op Gezond Gewicht, z.j.).

Daarnaast zijn er per communicatiethema verschillende activiteiten en projecten opgericht. Op de JOGG-wiki staan deze allemaal uitgewerkt. Voorbeelden voor het communicatiethema van Venlo zijn: EU-schoolfruit, smaaklessen, groentefroetels, fruit/groentedag, enz. Op de website worden ook veel praktijkvoorbeelden aangereikt, die andere JOGG-gemeenten hebben ontwikkeld en opgezet, zoals het ontwikkelen van een natuurgids in Alkmaar, de snoepgroente in Noord-Veluwe, de menukaart groente en fruit op scholen in Borger-Odoorn en de drinkwater menukaart en het groentelied in Venlo (Jongeren Op Gezond Gewicht, z.j.).

Gemeente Venlo heeft bij de opstart van JOGG een activiteitenplan opgesteld. In dit activiteitenplan zijn verschillende interventies opgenomen. Dit plan is gemaakt om een overzicht te hebben van de activiteiten die er zijn en welke er mogelijk nog komen. Bijlage 8.4 geeft een overzicht van de activiteiten binnen JOGG-Venlo (Denessen et al., 2015).

2. Onderzoeksmethodologie

2.1 Type onderzoek

Gemeente Venlo is sinds september 2015 een JOGG-gemeente, waarbij verschillende scholen zijn aangesloten. JOGG staat voor Jongeren Op Gezond Gewicht. Binnen deze scholen zijn een aantal bestaande (beweeg)interventies geïmplementeerd, waaronder het nijntje Beweegdiploma (NBD). Om na te gaan of deze interventie daadwerkelijk succes had behaald, als het gaat om het beweeggedrag van de leerlingen (4 t/m 6 jaar), was het van belang om inzicht te verkrijgen in de succesfactoren en belemmeringen die deze interventie met zich meebracht.

Om de benodigde voorkennis over het onderwerp te verkrijgen werd er gestart met een uitgebreide literatuurstudie. Het onderzoek is een combinatie van zowel kwantitatief als kwalitatief onderzoek.

De kwantitatieve gegevens werden verzameld, middels een vragenlijst (zie bijlage 8.7). Deze vragenlijst richtte zich vooral op de inhoud van het nijntje Beweegdiploma, waarbij de leerlingen hun succesfactoren en belemmeringen konden aangeven. Het was een vragenlijst met 12 korte gesloten vragen. De antwoorden waren meerkeuze, waarbij de nadruk vaak ligt op ja of nee.

De kwalitatieve gegevens werden verzameld middels het interview. Dit interview was voor extra informatie die de antwoorden van de leerlingen doen bekrachtigen. De interviews waren semigestructureerd, omdat de vragen vooraf zijn opgesteld in een handleiding (zie bijlage 8.8). Echter was er tijdens de afname ruimte om af te wijken van de volgorde van deze vragen.

Op basis van de inzichten uit de literatuur en het ASE-model waren de vragen voor de vragenlijst en het interview opgesteld, middels het operationalisatieschema (zie bijlage 8.9 en 8.10). Als theoretisch raamwerk zijn de attitude, sociale invloed, eigen-effectiviteit, vaardigheden en barrières uitgewerkt binnen deze vragenlijst.

Daarnaast was het ook een vergelijkend onderzoek, aangezien de resultaten van de vragenlijsten van kinderen met overgewicht en obesitas werden vergeleken met kinderen met een gezond gewicht.

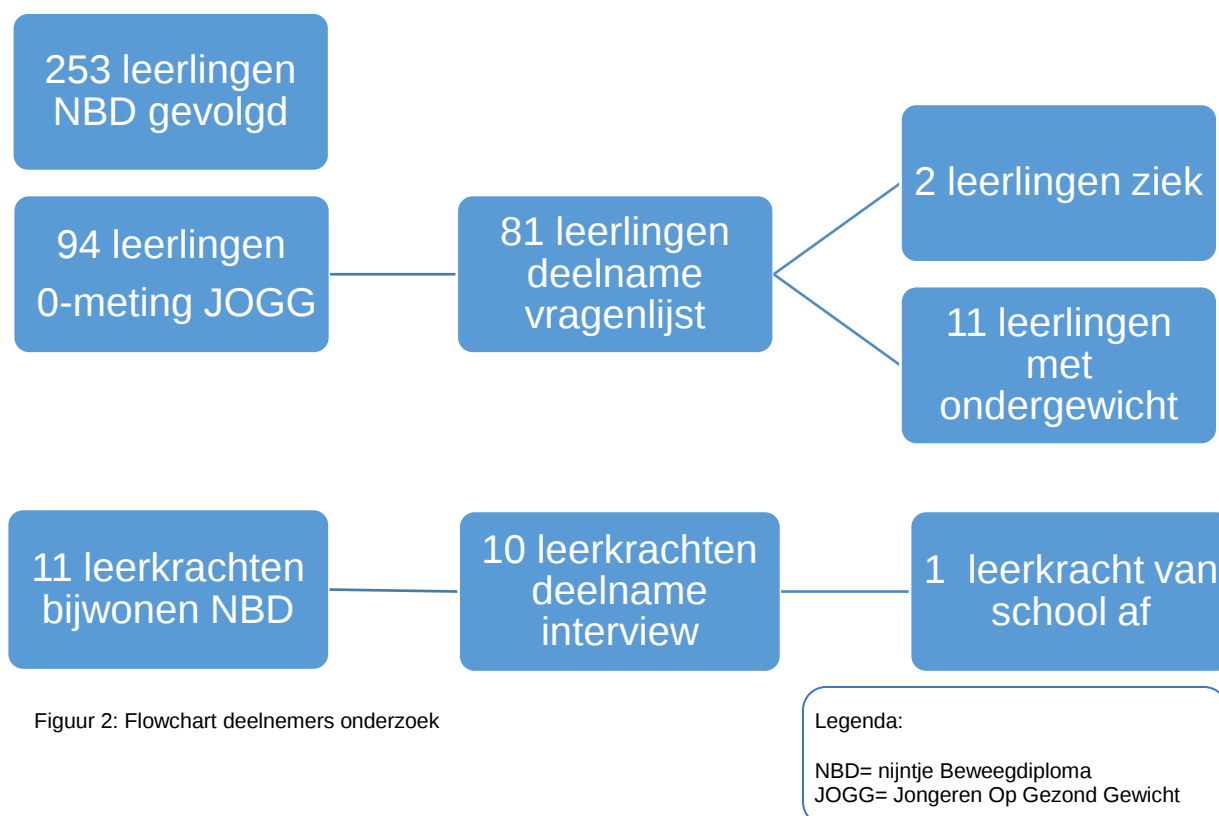
Het kwantitatieve deel van dit onderzoek had een groter bereik en maakte de generalisatie van de resultaten mogelijk. Echter had dit gedeelte wel een beperking in de diepgang. Vandaar dat er gekozen was om nog extra interviews te houden, zodat de wensen en behoeften verdiepend onderzocht konden worden. Deze antwoorden versterkten het kwantitatieve onderzoek. Binnen kwalitatief onderzoek kan men namelijk onverwachte, belangrijke antwoorden inkaderen en kan de respondent over zijn eigen ervaringen spreken, om zodoende het hoe en waarom te achterhalen.

Alle interviews werden opgenomen met audioapparatuur. Deze opnames werden letterlijk getranscribeerd, waarbij door middel van codering het transcript en de aantekeningen geordend werden.

2.2 Onderzoekspopulatie

De totale onderzoekspopulatie bestond uit twee verschillende doelgroepen, namelijk de leerlingen én de leerkrachten van groep 2 of 3 van de JOGG-scholen. Figuur 2 geeft via een flowchart de totale onderzoekspopulatie weer. De deelnemende basisscholen waren basisschool de Regenboog, SBO de Schans, basisschool de Harlekijn en basisschool de Klingerberg. SBO staat voor Speciaal Basis Onderwijs.

JOGG-Venlo had begin schooljaar 2016-2017 een 0-meting gedaan onder alle leerlingen die destijds in groep 2 zaten. Deze leerlingen zijn toen gewogen en gemeten, waaruit een BMI is ontstaan. Deze gegevens werden gebruikt voor dit onderzoek, om op die manier een onderscheid te kunnen maken tussen leerlingen met een gezond gewicht en leerlingen met overgewicht of obesitas.



Figuur 2: Flowchart deelnemers onderzoek

Het nijntje Beweegdiploma is een beweeginterventie voor leerlingen uit groep 1 en 2. Echter wordt in dit onderzoek enkel de leerlingen en leerkrachten van groep 2 of 3 bevraagd. Deze keuze is gemaakt, omdat de interventie 'het nijntje Beweegdiploma' is uitgevoerd in schooljaar 2016-2017, maar het onderzoek pas gestart is in schooljaar 2017-2018, wat betekent dat de meeste leerlingen van groep 1 naar groep 2 zijn gegaan en die van groep 2 naar groep 3.

Er hebben veel meer leerlingen meegedaan aan het nijntje Beweegdiploma, dan het aantal leerlingen waarbij een 0-meting is gedaan. De beweeglessen waren namelijk georganiseerd voor zowel groep 1 als groep 2 leerlingen. Enkel de leerlingen die een 0-meting gehad hebben konden deelnemen aan huidig onderzoek.

Beide doelgroepen zijn via een doelgerichte selectieve steekproef gekozen. Men spreekt van een doelgerichte selectieve steekproef aangezien enkel de leerlingen die deelgenomen hadden aan de 0-meting en de leerkrachten die op dat moment de desbetreffende leerkracht waren konden instappen in het onderzoek.

Voor dit onderzoek was er ook een inclusie criteria opgesteld. Voor het kwantitatieve onderzoek werden de leerlingen bevraagd middels een vragenlijst, waarbij de leerlingen dienden te voldoen aan de volgende inclusie criteria:

1. De leerling moest de 0-meting in schooljaar 2016-2017 gedaan hebben.
2. De leerling moest de interventie nìjntje Beweegdiploma gevolgd hebben.
3. De leerling moest tussen de 4 en 6 jaar oud zijn.
4. Het BMI van de leerling moest zijn:

Jongens				Meisjes			
Leeftijd	BMI bij gezond gewicht	BMI bij over-gewicht	BMI bij ernstig over-gewicht (obesitas)	Leeftijd	BMI bij gezond gewicht	BMI bij over-gewicht	BMI bij ernstig over-gewicht (obesitas)
4	14,43-17,54	17,55-19,29	>19,29	4	14,19-17,27	17,28-19,15	>19,15
5	14,21-17,41	17,42-19,30	>19,30	5	13,94-17,14	17,15-19,17	>19,17
6	14,07-17,54	17,55-19,78	> 19,78	6	13,82-17,33	17,34-19,65	>19,65

Tabel 3: afkapwaardes BMI (Voedingscentrum, 2010).

Voor het kwalitatieve onderzoek werden de leerkrachten bevraagd middels een interview. De inclusie criteria voor deze leerkrachten was dat ze aanwezig dienen te zijn geweest bij de 0-meting en de uitvoering van de nìjntje Beweeglessen, waar ze de leerlingen mee begeleid hebben.

Om te bepalen in welke categorie de leerling valt (categorie 1: gezond gewicht. Categorie 2: obesitas), werd de naam van het kind wel gevraagd op de vragenlijst, maar werden alle resultaten anoniem verwerkt. Zie bijlage 8.11 voor een totaal overzicht van de populatie per school.

2.3 Plaats en tijdsplanning

Het onderzoek werd uitgevoerd van 24-10-2017 tot 10-11-2017. Het afnemen van de vragenlijsten werd door de onderzoeker persoonlijk met iedere leerling gedaan. Voor de afname van de vragenlijsten werd er in iedere school een apart klein kamertje vrijgemaakt.

De interviews vonden steeds plaats in dezelfde ruimte in het stadskantoor van gemeente Venlo. Op deze manier zorgde men ervoor, dat iedere respondent in dezelfde ruimte zijn antwoorden kon geven. Deze ruimte bevatte weinig externe prikkels en de afnemer ging gedurende het interview schuin tegenover de respondent zitten. Alle interviews werden opgenomen met een audioapparaat. De procedure van een interview ging als volgt: inspreken audioapparaat, opening, algemene introductie van beide personen, vragen vanuit de handleiding stellen, ieder onderwerp werd samengevat, de respondent werd bedankt en de afsluiting.

2.4 Gegevensverwerking

Om de succesfactoren en belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma in kaart te brengen, werden de leerlingen middels een korte vragenlijst bevraagd. De antwoorden werden middels verschillende categorieën met elkaar vergeleken. De eerste zeven vragen van de vragenlijsten bestonden uit het aangeven of de leerling een bepaalde activiteit leuk vindt of niet. Er werd naar de volgende verschillende activiteiten gevraagd: klimmen en klauteren, springen, balanceren, met de bal spelen, kruipen, koprollen en dansen. Deze zeven vragen worden niet meegenomen in de resultaatbeschrijving, maar de volgende vragen wel.

Nummer	Vraagnummer in vragenlijst	Vraag
1	8	Wat vond je de aller-leukste activiteit om te doen?
2	9	Wat vond je van het nijntje Beweegfeest?
3	10	Wat moest er als traktatie gegeven worden?
4	11	Wat vind je de lekkerste groente/fruit?
5	12	Zou je nog eens deel willen nemen aan het nijntje Beweegdiploma ?

Tabel 4: belangrijkste vragen vragenlijst leerlingen JOGG-school.

Voordat de resultaten verwerkt werden, werd er een codeboek aangemaakt. Via dit codeboek konden de scores van de vragenlijsten goed verwerkt worden in Excel, waarna een dataset ontstond. Deze dataset werd in het programma SPSS ingevoerd. SPSS is een statistisch computerprogramma dat is ontwikkeld voor sociale wetenschappen. Via SPSS kunnen descriptieve statistieken zoals gemiddelden en standaarddeviaties berekend worden en kunnen correlaties tussen verschillende determinanten bepaald worden. Vervolgens kan er ook nagegaan worden of er verschillen zijn opgetreden in voorkeur van activiteiten en groente/fruit, of de leerlingen het beweegfeest leuk vonden en nog eens deel willen nemen aan het nijntje Beweegdiploma. Om frequenties met elkaar te vergelijken is er gebruik gemaakt van Chi-square techniek. Bij deze techniek werd er gebruik gemaakt van CrossTabs. Hierbij werd er gekeken of er associaties waren tussen verschillende determinanten en descriptieve variabelen. Aan de hand van deze CrossTabs kon men in procenten aanduiden wat de resultaten waren. Daarnaast werden er verschillende quotes uit de interviews meegenomen, die de resultaten van het kwantitatieve onderzoek versterkten.

2.5 Betrouwbaarheid

Om de betrouwbaarheid zo goed mogelijk in kaart te brengen, werd dit op verschillende manieren gewaarborgd. Er was rekening gehouden met een aantal basisprincipes die resulteren in kwaliteitsbewaking (Van Tuyckom, Vos, & Scheerder, 2011). Er werd een externe onderzoeker gevraagd om de resultaten afzonderlijk van de onderzoeker te coderen. Op deze manier werd beoordeeld of beide onderzoekers dezelfde punten belangrijk vonden en is er vanuit verschillende invalshoeken gelet op de kwaliteit en de betrouwbaarheid. Volgens (Gratton & Jones, 2015) wordt de betrouwbaarheid onderverdeeld in 3 subkopjes.

2.5.1 Subject error

Subject error werd gewaarborgd doordat de leerlingen de vragenlijst samen met de onderzoeker moesten invullen (zie bijlage 8.7). Vooraf werd er via een toestemmingsformulier eerst goedkeuring gevraagd aan de school en de ouders (zie bijlage 8.5). De onderzoeker is een bekend persoon, waarbij de leerling zich op zijn gemak voelde. Bij een enkele leerling, was de leerkracht er ter ondersteuning bij. De onderzoeker stelde de vragen aan de leerling, waarbij de onderzoeker het antwoord omcirkelde op een uitgeprinte (papieren) versie. Op deze manier konden de leerlingen direct vragen stellen, wanneer ze iets niet begrepen en kon de onderzoeker eventueel uitleg geven door de oefening uit te beelden. Zo werd de betrouwbaarheid vergroot, aangezien het nog best lastig was voor deze jonge kinderen om alles te begrijpen. Deze vragenlijsten werden per school op één dag in dezelfde ruimte, na elkaar, individueel per leerling ingevuld. Op deze manier werd ervoor gezorgd dat de kinderen zich niet konden laten beïnvloeden door de andere klasgenootjes of omgevingsfactoren.

2.5.2 Researcher error

Om ervoor te zorgen dat het onderzoek op dezelfde manier werd uitgevoerd, zijn alle leerlingen, leerkrachten en ouders van de JOGG-basisscholen van te voren op dezelfde manier ingelicht. Voor de leerkrachten bestond deze informatie uit een begeleidende brief en toestemmingsformulier (zie bijlage 8.6). Daarnaast werd tijdens ieder interview volgens de handleiding (zie bijlage 8.8) het gesprek gevoerd. Op deze manier werd er geprobeerd om researcher error te voorkomen en waarborgt men dat men niets vergeet.

2.5.3 Subject bias

Bij het opstellen van de handleiding was er rekening gehouden met diverse factoren en was er kritisch gekeken naar de vraagstelling. Op deze manier werd ervoor gezorgd dat de doelgroep niet alleen maar sociaal wenselijke antwoorden gaf. De vragen moesten zo gesteld worden, dat men geen fout of goed antwoord kon geven. Daarnaast is er rekening gehouden met de volgorde van de vragen. Zo werden er eerst algemene vragen over de inhoud van het nijntje Beweegdiploma gesteld. Daarna werden er vragen gesteld over de attitude, subjectieve norm en eigen effectiviteit; de richtlijnen volgens het ASE-model. Bij ieder interview werd tussentijds een samenvatting gegeven door de onderzoeker, om zo te controleren of de antwoorden die de leerkrachten gaven ook overeenkwamen met de daadwerkelijke ervaringen en meningen van de respondenten. Daarnaast werden alle resultaten anoniem verwerkt.

2.6 Validiteit

Naast de betrouwbaarheid van dit onderzoek werd er ook naar de validiteit gekeken. Dit werd bevorderd door het vooraf uitvoeren van een uitgebreide literatuurstudie. Aan de hand van de literatuur zijn er twee operationalisatieschema's opgesteld (zie bijlage 8.9 en 8.10). In het operationalisatieschema zijn kernwoorden namelijk vertaald naar vragen. Bij het opstellen van deze vragen was, zoals boven benoemd, rekening gehouden met een objectieve vraagstelling. Validiteit kan worden onderverdeeld in face validiteit en content validiteit.

2.6.1 Face validiteit

Om de face validiteit te waarborgen was de vragenlijst en de handleiding voor de interviews, zonder enige voorkennis, voorgelegd aan studenten en docenten van de Fontys Sporthogeschool. De studenten hebben hier gekeken naar de onderwerpen binnen de vragenlijst en moesten vervolgens aan het einde van het invullen van deze vragenlijst een mogelijke onderzoeksvraag formuleren. De formulering kwam in grote lijnen overeen met de juiste onderzoeksvraag. Op deze manier werd er getest of de vragenlijst ook meet, wat er daadwerkelijk gemeten moest worden.

2.6.2 Content validiteit

De content validiteit werd getest door de vragenlijst en de handleiding voor te leggen bij professionals (externe onderzoeker, docenten en studenten Fontys Sporthogeschool, medewerkers gemeente Venlo en leerkrachten van verschillende JOGG-scholen) op het gebied van kwantitatief onderzoek. Daarnaast werd er een pilot gedaan met de vragenlijst bij een aantal kinderen van dezelfde leeftijd. Op deze manier werd gekeken of de prentjes en alle formuleringen duidelijk waren voor de kinderen van 4 tot 6 jaar. Ook hebben deskundigen beoordeeld of het meetinstrument daadwerkelijk meet, wat de onderzoeker voor ogen had.

2.7 Ethische verantwoording

Gedurende het onderzoek zijn er diverse ethische kwesties aan bod gekomen. De vragenlijsten zijn anoniem verwerkt. Daarnaast werden deze vragenlijsten afgenomen op de school van de leerlingen, waardoor de respondent in een vertrouwde omgeving was tijdens het beantwoorden van de vragenlijst, wat de betrouwbaarheid van de antwoorden verhoogt. Ook werden de vragenlijsten individueel per leerling ingevuld, waardoor de leerlingen elkaar niet konden beïnvloeden. Dit was gedaan om sociaal wenselijke antwoorden te voorkomen. Tevens is de vragenlijst aangepast aan het cognitieve denkniveau van de leerlingen. Er is namelijk gewerkt met diverse afbeeldingen, om de vragenlijst te vereenvoudigen. Op deze manier bracht men de vragenlijst naar het niveau van de leerlingen. Ook werd iedere leerling op dezelfde manier behandeld en werd er tijdens de afname geen verschil gemaakt tussen overgewicht/obesitas of gezond gewicht. Pas bij het verwerken van de resultaten werd er een code aan de leerling gehangen of deze overgewicht/obesitas of gezond gewicht had. Daarnaast hebben alle leerkrachten voorafgaande aan de interviews een toestemmingsformulier ondertekend (zie bijlage 8.6). Indien de leerkracht akkoord gaf, mocht het interview afgenomen worden.

3. Resultaten

3.1 Populatie

In totaal hebben 91 personen deelgenomen aan het onderzoek. Deze groep bestond uit 81 leerlingen, die deelgenomen hebben aan het kwantitatieve deel (vragenlijst) en 10 leerkrachten, die deelgenomen hebben aan het kwalitatieve deel (interviews). De leerlingen hebben aan het nijntje Beweegdiploma deelgenomen en de leerkrachten waren aanwezig bij alle lessen en hebben de leerlingen daarin mee begeleid.

De leerlingen kunnen onderverdeeld worden in verschillende categorieën. Van de 81 leerlingen zijn er 44 meisjes en 37 jongens. Daarnaast hebben 24 leerlingen overgewicht/obesitas en 57 leerlingen een gezond gewicht. Er zijn 53 leerlingen van autochtone afkomst en 28 leerlingen van allochtone afkomst. Het grootste gedeelte van de leerlingen is 6 jaar oud, namelijk 64 leerlingen. De andere 17 leerlingen zijn allemaal 5 jaar oud. Tenslotte zijn de leerlingen afkomstig van de vier verschillende JOGG-scholen. Op BS de Regenboog zitten 38 leerlingen, op SBO de Schans zitten er 5, op BS de Harlekijn zitten 28 leerlingen en op BS de Klingerberg 10 leerlingen. In het vervolg van dit hoofdstuk worden de aantallen niet meer vermeld. Zie bijlage 8.11 voor een uitgebreid overzicht met de hoeveelheid aantallen per categorie op iedere school.

De resultaten van de vragenlijsten worden beschreven aan de hand van de vijf belangrijkste vragen, die in hoofdstuk 2.4 benoemd zijn. Om deze vragen goed te kunnen beantwoorden wordt er steeds een vergelijking gemaakt tussen twee of meerdere categorieën, zoals bijvoorbeeld tussen geslacht, gewicht, nationaliteit, leeftijd en de vier JOGG-scholen. De resultaten worden in een grafiek weergegeven en vervolgens nader toegelicht. Bij alle onderstaande grafieken is $N=81$. Er is niet bij alle analyses een significant verschil gevonden. In bijlage 8.12 vindt men een overzicht van de chi-square en p-waardes, uitgesplitst per vraag en categorieën.

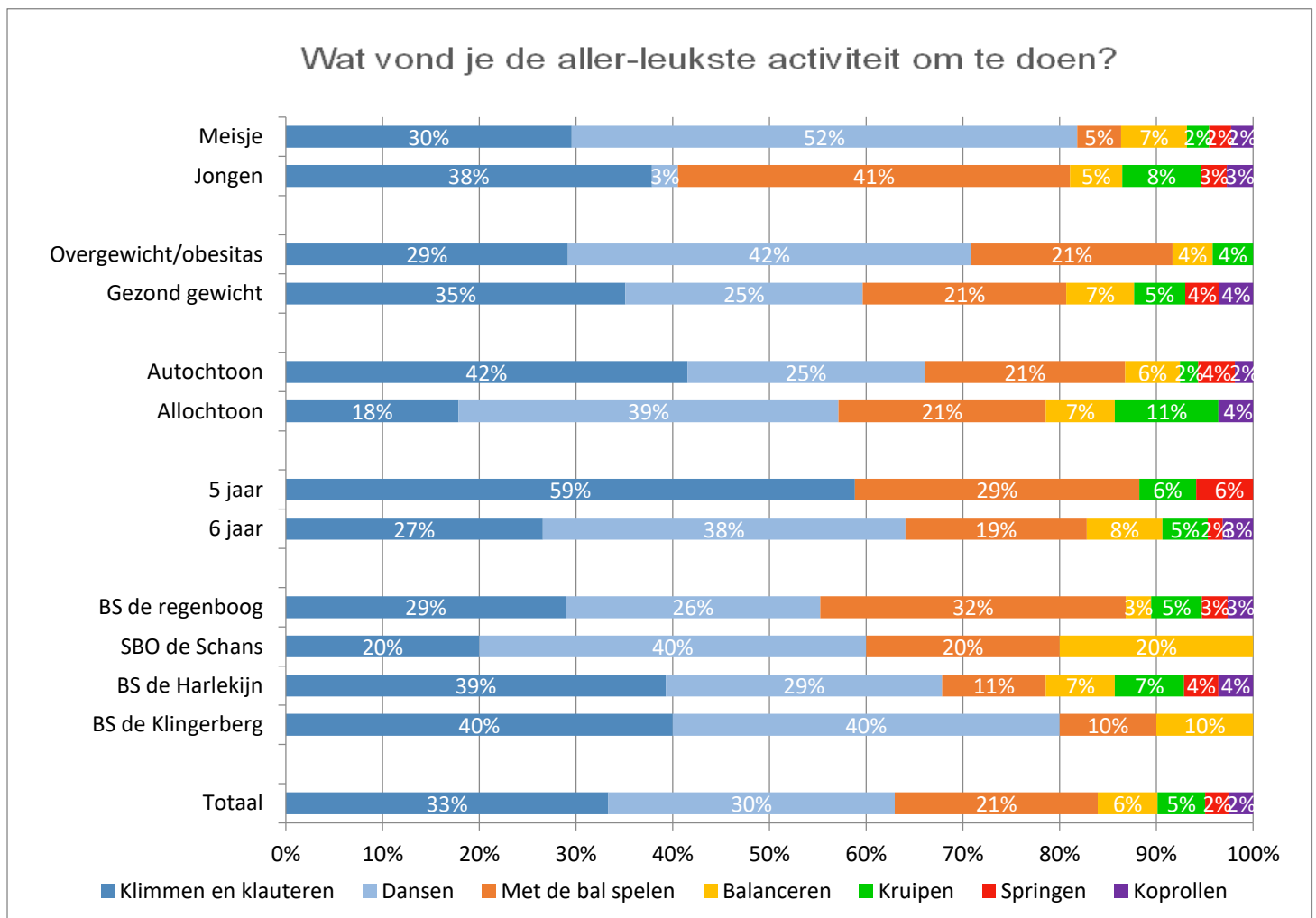
3.2 Vragenlijsten

3.2.1 Leukste activiteit

Bij de eerste vraag moesten de leerlingen aangeven welke activiteit ze het aller-leukst vinden om te beoefenen. Vanuit de analyses is er alleen een significant verschil gevonden bij geslacht en leeftijd. Het significante verschil ($\chi^2=30,971$; $p=0,001$), dat bij het geslacht aangetoond is, is dat van de leerlingen die als aller-leukste activiteit met de bal spelen gekozen hebben, 88,2% jongens is en maar 11,8% meisjes. Daar tegenover zijn van de leerlingen die dansen gekozen hebben 95,8% meisjes, ten opzichte van 4,2% jongens.

Daarnaast wordt er ook een significant verschil ($\chi^2:14,210$; $p=0,027$) gevonden tussen de leeftijden, namelijk van de leerlingen die dansen als leukste activiteit gekozen hebben, zijn alle leerlingen 6 jaar en er zit dus geen enkele leerling van 5 jaar oud bij.

Over het algemeen is er uitgekomen dat de leerlingen klimmen en klauteren de leukste activiteit vinden, namelijk 27 van 81 leerlingen kozen hiervoor. De procentuele resultaten zijn hieronder te zien in grafiek 2.



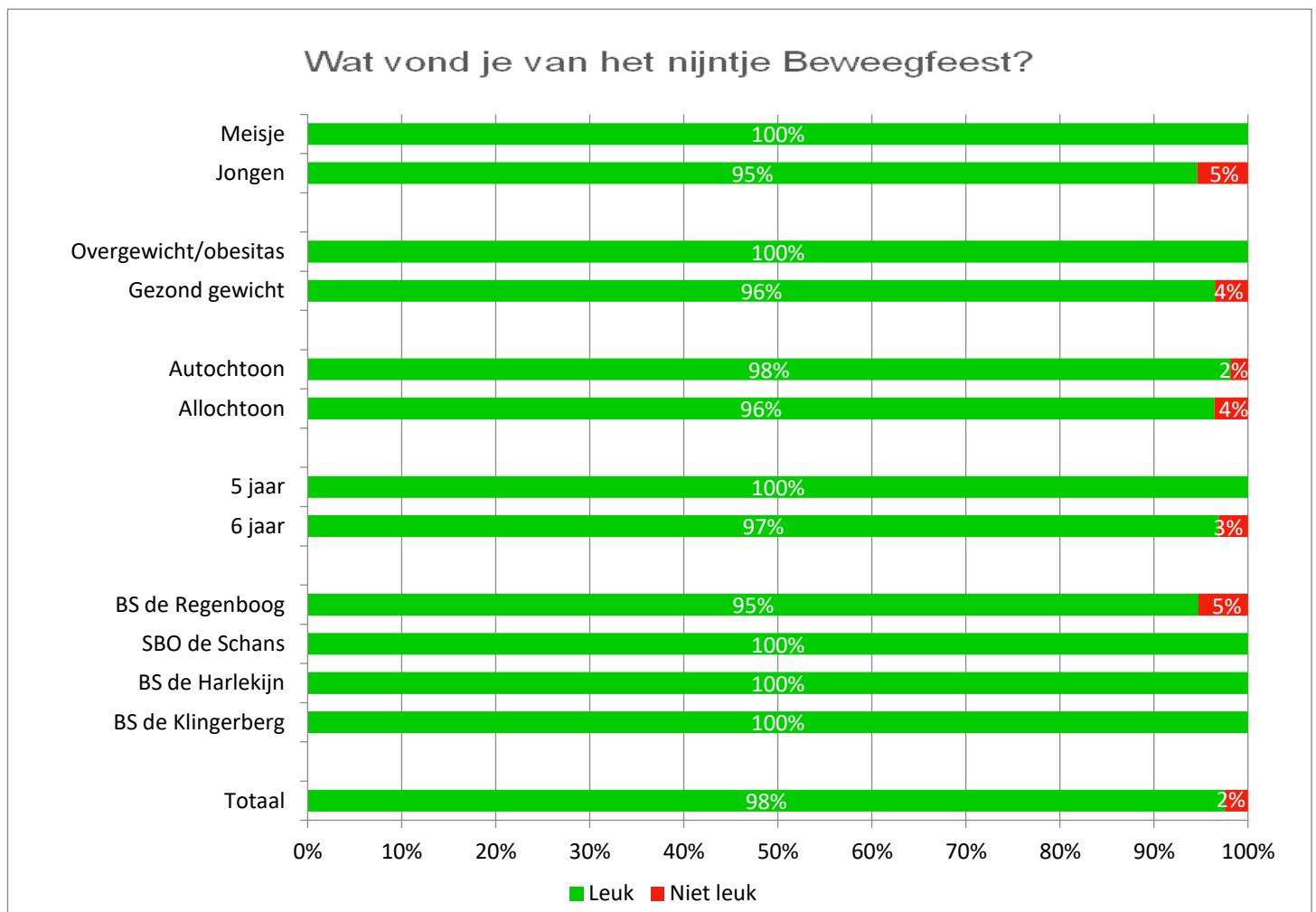
Grafiek 2: Resultaten betreffende aller-leukste activiteit.

Een derde van het aantal deelnemers vindt klimmen en klauteren de leukste activiteit. Iets minder als een derde vindt dansen het leukst, daarna volgt met de bal spelen. De activiteiten balanceren, kruipen, springen en koprollen worden niet vaak als aller-leukste activiteit gekozen. Hier hebben dan ook minder als 5 deelnemers voor gekozen en wordt dus als niet-belangrijk ervaren.

Het is duidelijk te zien dat de meisjes dansen de leukste activiteit vinden, terwijl de jongens het liefst met de bal spelen. Geen enkele leerling met overgewicht/obesitas vindt springen en koprollen de leukste activiteit. Daarnaast kiezen de meeste autochtone leerlingen voor klimmen en klauteren, terwijl de allochtone leerlingen dansen de leukste activiteit vinden. Opvallend is dat niemand van de 5-jarigen dansen de leukste activiteit vindt, wat dus betekent dat alle leerlingen die dansen als leukste activiteit hebben gekozen 6 jaar oud zijn. Tussen de scholen is weinig verschil te zien.

3.2.2 Beweegfeest

Bij de tweede vraag werd de leerlingen gevraagd of ze het nijntje beweegfeest, met papa en mama erbij, wel of niet leuk vonden. Binnen deze analyse is er geen significant verschil gevonden, maar is het resultaat wel interessant. Er zijn namelijk maar 2 van 81 leerlingen die het beweegfeest niet leuk vonden. De procentuele resultaten zijn hieronder te zien in grafiek 3.

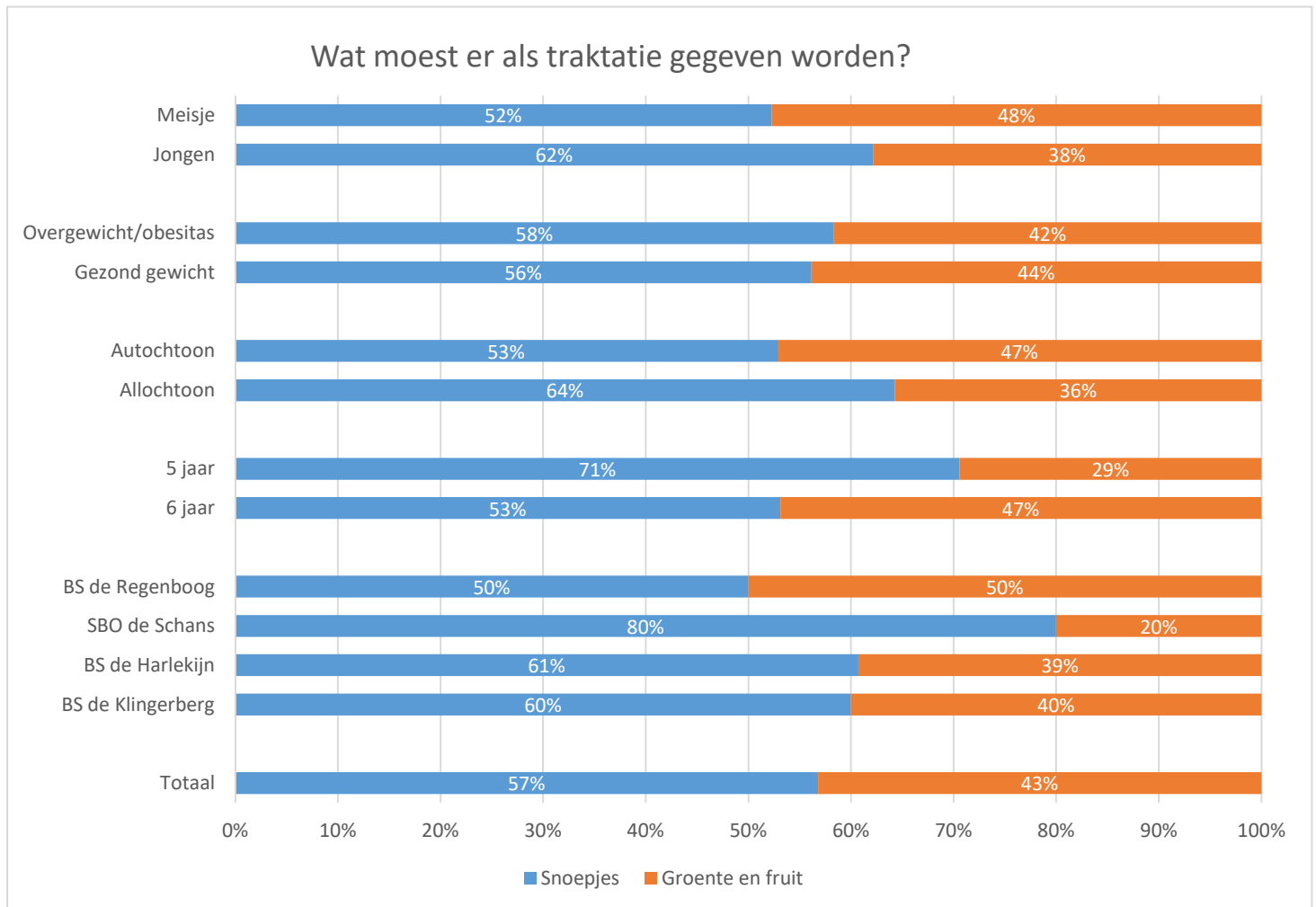


Grafiek 3: Resultaten betreffende nijntje Beweegfeest.

Bij de vergelijking tussen jongens en meisjes is duidelijk te zien dat alle meisjes het beweegfeest leuk vonden. Dit betekent dat het twee jongens zijn die het beweegfeest niet leuk vonden. Deze twee jongens hadden beide een gezond gewicht, waarbij dus te concluderen is dat alle leerlingen met obesitas/overgewicht het beweegfeest wel leuk vonden. Van deze twee jongens is één jongen van autochtone afkomst en één jongen van allochtone afkomst. Beide jongens waren 6 jaar oud en zaten op BS de Regenboog. Alle andere leerlingen op de andere drie JOGG-scholen vonden het beweegfeest leuk.

3.2.3 Traktatie

Bij de derde vraag werd er aan de leerlingen gevraagd welke traktatie er gegeven moest worden bij het nijntje Beweegfeest. Ook hierbij was volgens alle vergelijkingen geen significant verschil te vinden, maar is er over het algemeen uitgekomen dat de leerlingen toch liever snoepjes (N=46) als traktatie willen, ten opzichte van groente en fruit (N=35). De procentuele resultaten zijn hieronder te zien in grafiek 4.



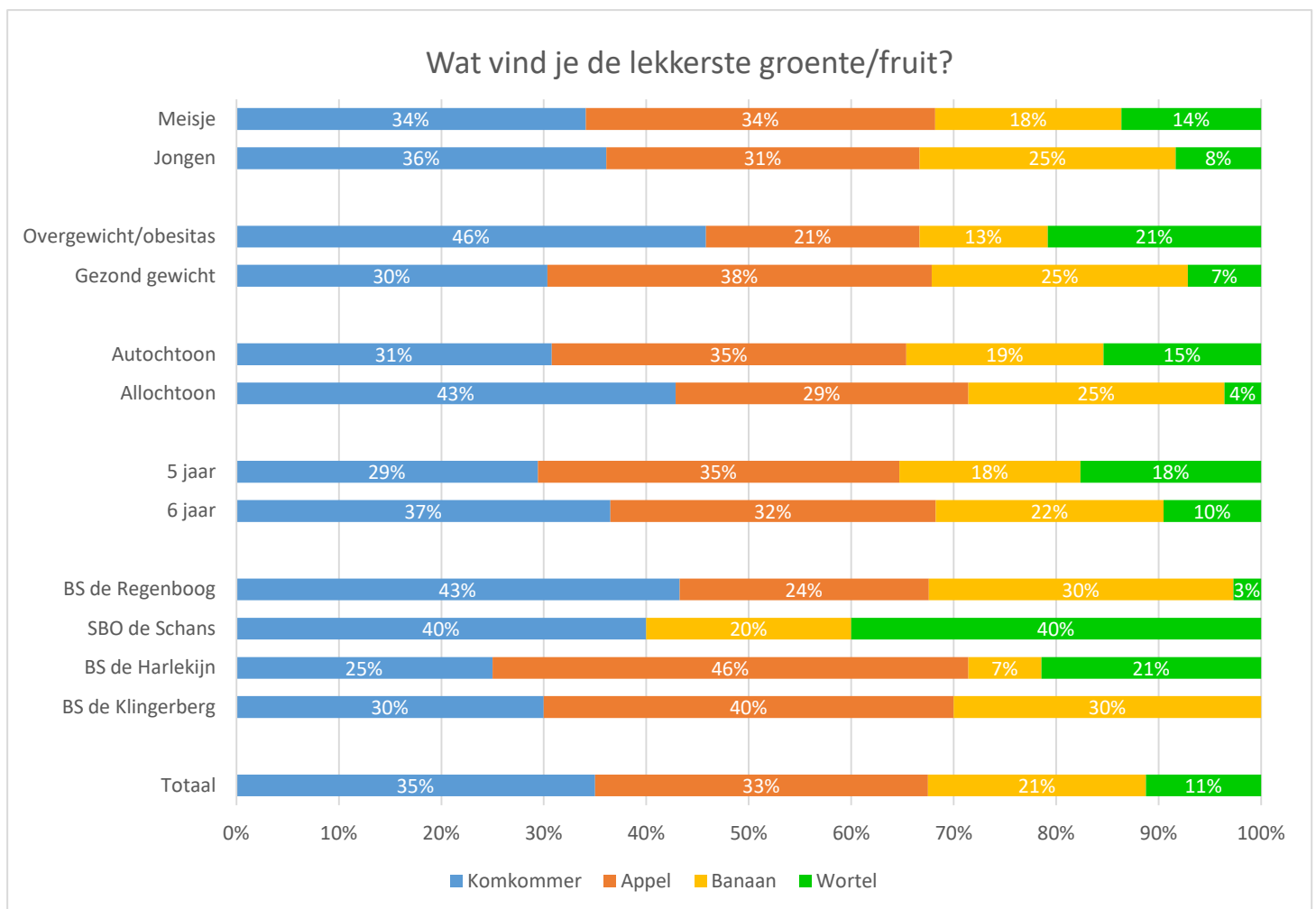
Grafiek 4: Resultaten betreffende traktatie.

Bij de meisjes wil iets meer als de helft liever snoep als traktatie, dan groente en fruit. De resultaten geven aan dat bij de jongens ruim het merendeel toch liever snoepjes heeft. Datzelfde is te zien bij leerlingen met overgewicht/obesitas en leerlingen met een gezond gewicht. Opvallend is dat bijna 65% van de allochtone leerlingen snoep heeft gekozen. Daarnaast heeft ook meer dan 70% van de 5-jarigen voor snoepjes gekozen. Terwijl het bij de autochtone leerlingen en de 6-jarigen ongeveer gelijk ligt. Op BS de Regenboog wil precies de helft liever snoepjes en de andere helft liever groente en fruit. Bij de andere drie JOGG-scholen kiest ruim het merendeel toch voor snoepjes.

3.2.4 Lekkerste fruit of groente

Bij de vierde vraag werd aan de leerlingen gevraagd welke fruit/groente ze het lekkerst vinden. Volgens de analyses is er alleen een significant verschil te vinden tussen de vier verschillende JOGG-scholen ($\chi^2=19,874$; $p=0,019$). Het significante verschil dat te zien is, is dat de leerlingen op BS de Regenboog en SBO de Schans het liefst een komkommer eten, terwijl de leerlingen op BS de Harlekijn en de Klingerberg juist voor de appel kiezen.

Bij alle andere categorieën was er geen significant verschil, maar wel een aantal interessante resultaten. Over het algemeen is eruit gekomen dat de leerlingen de komkommer (N=28) het lekkerst vinden, daarna komt de appel (N=26), de banaan (N=17) en de wortel (N=9). De procentuele resultaten zijn hieronder te zien in grafiek 5.

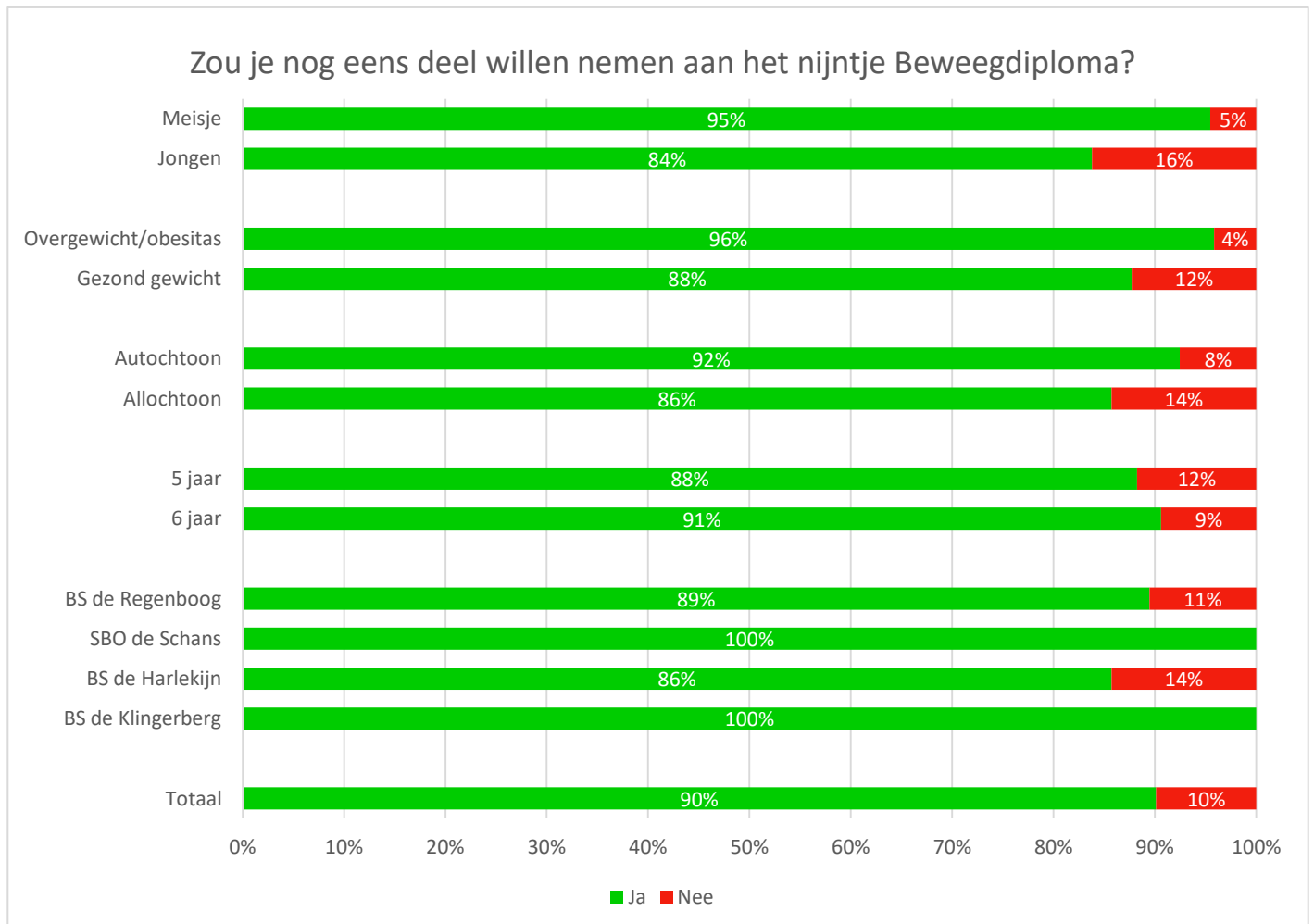


Grafiek 5: Resultaten betreffende lekkerste groente/fruit.

Bij de meisjes en de jongens vindt iets meer dan een derde de komkommer het lekkerst. Daarnaast vinden ook de leerlingen met overgewicht/obesitas, de allochtone leerlingen en de 6-jarigen allemaal de komkommer de lekkerste groente, terwijl bij de leerlingen met gezond gewicht, de autochtone leerlingen en de 5-jarigen juist de appel de favoriet is. Op BS de Regenboog wordt de komkommer als meest lekkere groente ervaren. Op SBO de Schans vindt geen een leerling de appel het lekkerst. Zij vinden juist komkommer en de wortel het lekkerst. Op BS de Harlekijn kiest het merendeel voor de appel, waarna de komkommer en de wortel volgt. Op BS de Klingerberg vinden de leerlingen de appel juist wel het lekkerst, waarna de komkommer en banaan als tweede liefhebber wordt gekozen.

3.2.5 Deelname nijntje Beweegdiploma

Bij de laatste vraag werd er aan de leerlingen gevraagd of ze nog eens deel zouden willen nemen aan het nijntje Beweegdiploma. Ook hier was volgens de analyse nergens een significant verschil te zien, maar is het resultaat wel interessant. Er waren namelijk maar 8 leerlingen van de 81 die niet meer willen deelnemen aan deze beweeginterventie. De procentuele resultaten zijn te zien in grafiek 6.



Grafiek 6: Resultaten betreffende deelname nijntje Beweegdiploma.

Het is duidelijk te zien dat bijna alle meisjes nog eens deel willen nemen aan het nijntje Beweegdiploma. Bij de jongens zijn dit er iets minder. Uiteindelijk levert dit op dat er van de 8 leerlingen, die niet nog eens deel willen nemen aan het nijntje Beweegdiploma, er zes jongens en twee meisjes zijn. Van deze 8 leerlingen heeft één leerling overgewicht/obesitas en de andere zeven hebben dus een gezond gewicht. Daarnaast zijn er vier leerlingen van autochtone afkomst en vier van allochtone afkomst. Van deze 8 leerlingen zijn twee leerlingen 5 jaar oud en de andere zes dus 6 jaar oud. Als laatste kan men de 8 leerlingen, die niet nog eens deel willen nemen aan deze interventie, verdelen over twee verschillende JOGG-scholen. Vier leerlingen zitten namelijk op BS de Regenboog en de andere vier zitten op BS de Harlekijn. Alle leerlingen van SBO de Schans en BS de Klingerberg vonden het nijntje Beweegdiploma dus voor herhaling vatbaar.

3.3 Interviews

Naast de leerlingen zijn de leerkrachten ook bevraagd naar de succesfactoren en belemmeringen middels interviews. Deze vragen werden gesteld aan de hand van de handleiding semigestructureerd interview (bijlage 8.8). De vragen werden verdeeld onder zeven onderwerpen. De eerste vragen gingen over het nijntje Beweegdiploma en de vragen daarna gingen over het nijntje Beweegfeest. Vervolgens werd er volgens het ASE-model vragen gesteld over de attitude, subjectieve norm, eigen effectiviteit, vaardigheden en barrières.

Er worden quotes toegevoegd uit de interviews met de leerkrachten, om de antwoorden van de leerlingen te bekrachtigen. Deze quotes worden op de volgende manier beschreven “quote” (geslacht, school).

3.3.1 Nijntje Beweegdiploma

Over het algemeen waren alle leerkrachten enorm tevreden over de inhoud van de beweeglessen van nijntje. Door het aanbieden van de activiteiten in vier vakken stonden de leerlingen weinig stil in de les en was er genoeg ruimte om steeds te blijven bewegen.

“Kinderen waren eigenlijk altijd voortdurend heel actief. Kinderen zijn denk ik verder gekomen in hun ontwikkeling, als dat wij zelf de gymlessen hadden gegeven” (Vrouw, BS de Regenboog).

“Ik vond de lessen erg leuk. De kinderen waren heel enthousiast en waren veel aan het bewegen. Ze zijn heel gericht bezig met een bepaald thema, zoals balanceren of springen, door de verschillende vakken en gaan daar heel gevarieerd mee oefenen” (Vrouw, SBO de Schans).

“De kinderen hebben veel meer geleerd, door het variërend aanbod in vier vakken. Het sterkste hiervan vond ik eigenlijk dat het niet met allerlei hoogdravende nieuwe materialen oefeningen werden uitgevoerd, maar juist met simpel materiaal heel veelzijdig omgaan” (Man, BS de Klingerberg).

Daarnaast gaven ook een aantal leerkrachten aan dat het voor hun zelf ook erg leerzaam was:

“Ik vond de lessen erg leerzaam voor zowel voor mijzelf als voor de kinderen. De kinderen vonden het erg leuk, maar wij als leerkrachten vonden het ook interessant om nieuwe vormen te zien, nieuwe mogelijkheden om onze speelzaal te gebruiken. De juffrouw van nijntje liet ons ook zien dat je materialen op een andere manier kunt gebruiken en in andere opstellingen kunt neer zetten, dus daar hebben wij zelf veel van geleerd” (Man, BS de Klingerberg).

“Zeer gevarieerd, gaf ook nieuwe inzichten voor onze lessen zelf. Er waren verschillende materialen die wij nog nooit gebruikt hadden op een bepaalde manier, maar door dit aanbod konden we dit nu ook meenemen naar onze eigen lessen” (Vrouw, BS de Regenboog).

De meeste leerkrachten hebben niets gemist aan de inhoud en vonden ook niet dat er dingen veranderd moesten worden. Een enkeling gaf aan dat ze het spelelement in de lessen gemist hadden.

“Ik zou nog wel iets willen toevoegen van tik- en wedstrijdspelen, spelelementen, met regels en afspraken, omgaan met winnen en verlies. Ik denk dat dat wel een mooie toevoeging zal zijn” (Vrouw, BS de Regenboog).

“Ja bij mijn groep vinden ze bijvoorbeeld spellen best wel moeilijk, om zich dan goed aan die spelregels te houden, dus dat vind ik nog wel een vaardigheid waar meer aandacht aan besteed mag worden” (Vrouw, SBO de Schans).

3.3.2 Beweegfeest

Ook het beweegfeest was erg leuk. Alle leerkrachten waren hier erg enthousiast over.

“Fantastisch, erg positief. Het is een hele bijzondere dag voor de leerlingen en door alle extra's zoals het springkussen, de groentesnacks als traktatie en het dansen op het groentelied, was het alleen maar een groter feest” (Vrouw, BS de Harlekijn).

“Je zag ook echt dat de kinderen trots waren om te kunnen laten zien aan de ouders wat ze allemaal geoefend hadden en dat ze daarna dan beloond werden met een diploma. Ja dat was echt super! Het diploma is echt een meerwaarde. Dat het gehouden wordt in de grote gymzaal, ja dat is echt een grote finale” (Vrouw, BS de Klingerberg).

“Ik vond het concept echt super, maar voor mezelf vond ik het best wel druk, want het was met alle vier de klassen tegelijk, dus ik dacht af en toe hoow, waar zijn mijn kinderen. Maar van de andere kant doordat ze eens met z'n alle tegelijk mochten, motiveerden dat elkaar juist ook weer” (Vrouw, BS de Regenboog).

3.3.3 Attitude

Volgens de meeste leerkrachten waren er bijna alleen maar voordelen aan deze interventie. Er zaten maar enkele nadelen aan, die dan vooral praktisch gericht zijn.

“De kosten van het nijntje Beweegdiploma zal voor veel scholen wel lastig worden, om dat op te hoesten, wanneer de financiering van JOGG- Venlo wegvalt. Naar deze invulling moet dan later naar gekeken worden (Man, BS de Klingerberg).

Daarnaast misten sommige leerkrachten dus ook het spelelement in de lessen, maar ze zien wel dat deze interventie wat oplevert.

“Ik denk dat het de leerlingen uiteindelijk echt wel iets heeft opgeleverd wat betreft bewegen. Ze worden meer geënthousiasmeerd, ook in de pauze buiten gaan ze meer bewegen. En het valt mij ook echt op dat er meer kinderen zich aangemeld hebben bij sportclubs” (Vrouw, BS de Regenboog).

3.3.4 Subjectieve norm

Over het algemeen werd de invloed van klasgenootjes onderling erg positief ervaren. Natuurlijk zijn er wel een aantal leerlingen die juist elkaar gaan uitdagen, maar eigenlijk versterkten het beweeggedrag van de leerlingen elkaar.

“Sommige leerlingen zoeken een competitie met elkaar op, zo van kijk ik kan dit al en ik kan dit sneller dan jij. Maar aan de andere kant zag je ook juist de hulpvaardigheid van kinderen bij elkaar terug komen, als iemand iets niet durft, ga ik even een hand geven. En als ze andere klasgenootjes iets zien doen, dan willen ze dit zelf ook meteen gaan proberen” (Vrouw, BS de Regenboog).

Het onderwerp ouderbetrokkenheid blijft een lastige zo merken alle leerkrachten op. De meeste leerkrachten vond dat JOGG-Venlo al goed zijn best daarin heeft gedaan, om de ouders zoveel mogelijk erbij te betrekken. De ouders worden goed bij het beweegfeest ingezet als hulpouder, maar wellicht is het een optie om ze ook te laten kijken bij de beweeglessen op school zelf.

“Je zou ouders er meer bij kunnen betrekken, door bijvoorbeeld iedere les twee ouders uit te nodigen en die ouders ook echt bij een vak indelen en dat ze de kinderen daar dan moeten helpen en motiveren. Dan zien ze toch wat meer wat er gebeurt” (Vrouw, BS de Regenboog).

“Ja ik zou ze gewoon eens uitnodigen via bijvoorbeeld een opendag. Ze kunnen dan komen kijken naar een les en ze kunnen dan gezellig met hun kind meebewegen (Vrouw, BS de Harlekijn).

Dat zelfde geldt voor de ouderbetrokkenheid met de huiswerkopdrachtjes.

“Opzicht vond ik de huiswerkopdrachtjes goed, alleen merk ik dat het heel weinig bij ouders is aangekomen. Ja ik weet ook niet zo zeer of het aan nìjntje Beweegdiploma ligt, maar de ouderbetrokkenheid op deze school is sowieso altijd wat moeizaam. Maar ik vind wel dat we daar nog iets meer aandacht in het vervolg aan kunnen besteden” (Vrouw, BS de Regenboog).

3.3.5 Eigen effectiviteit

De oefeningen waren voor de leerlingen zeker op het juiste niveau opgesteld. Leerlingen konden hierdoor goed werken aan hun vaardigheden en konden daardoor verschillende barrières ook wegnemen, door zichzelf uit te blijven dagen binnen iedere oefening.

“Ik vond het heel fijn om te zien dat er per oefeningen verschillende mogelijkheden waren qua niveau. Vaak konden de leerlingen zelf kiezen voor een moeilijkere of makkelijkere variant van de oefening. Dat maakte deze interventie ook zo sterk” (Vrouw, SBO de Schans).

“Leerlingen kunnen hun eigen vaardigheden en barrières in de les toepassen, vanwege het grote gevarieerde aanbod. Echter is het misschien wel nog een optie om voor de wat zwakkere leerlingen wellicht een combinatie te gaan maken tussen de MRT-lessen en het nìjntje Beweegdiploma (Man, BS de Harlekijn).

4. Discussie

4.1 Kritische weergave resultaten

4.1.1 Vragenlijsten

Aan de hand van de eerder gedane studie van (Bastmeijer et al., 2016), kon er vastgesteld worden dat het nijntje Beweegdiploma zou bijdragen aan een betere motorische ontwikkeling van de leerlingen. Vooral wanneer de interventie binnen het aanbod van basisscholen opgenomen zou worden. Bij alle vier de JOGG-scholen in Venlo is dit het geval geweest. Daarnaast beleven jonge kinderen volgens het onderzoek van Bulk-Bunschoten, Renders, Van Leerdam, & Hirasing (z.j.) veel plezier, wanneer zij ook de kans krijgen om extra te bewegen. De resultaten van huidig onderzoek, over het beweegfeest en eventuele volgende deelname aan het nijntje Beweegdiploma, bevestigen het standpunt dat de interventie geslaagd was. Er waren namelijk maar 2 kinderen die het beweegfeest niet leuk vonden en er willen slechts 8 van de 81 leerlingen niet nog eens deelnemen aan het nijntje Beweegdiploma. Dit kan ook zeker te maken hebben dat nijntje de ambassadeur van deze interventie is. Volgens de KNGU (z.j.) kan nijntje als rolmodel veel kinderen stimuleren om een gezonde levenswijze te ontwikkelen en de kinderen laten beleven dat bewegen vooral heel erg leuk kan zijn. Nijntje is een herkenbaar personage, wat de leerlingen op een positieve manier kan beïnvloeden. Echter is nijntje vooral geschikt voor het jonge kind tussen ongeveer 2 en 5 jaar oud. De acht leerlingen die niet nog eens deel willen nemen aan deze interventie zijn allemaal 6 jaar oud. Er kan verklaard worden dat zij zichzelf te oud voelen voor nijntje en wat meer uitdaging zoeken in de beweeglessen.

Een opvallende bevinding van Muller, Koertzing, Mast, Langnäse, & Grund (1999) is dat bewegingsprogramma's effect hebben op het tegengaan van het ontstaan van overgewicht. Kemper, Stasse-Wolthuis, & Bosman (2004) stellen dat bij pubers met overgewicht een verminderd zelfbeeld er toe kan leiden dat zij minder willen sporten in teamverband. Er ontstaat dan een vicieuze cirkel: minder sporten leidt tot mindere prestaties, wat dan weer leidt tot minder zin om te bewegen. Echter leidt niet elke vorm van bewegen tot gewichtsverlies. Kemper et al. (2004) stelt dat voor kinderen met obesitas minimaal 90 minuten matig intensieve beweging per dag nodig is, om weer een lager BMI te krijgen. Voor kinderen met een gezond gewicht is het advies om minimaal één uur dagelijks te bewegen. Hieruit kan men concluderen dat de lessen van het nijntje Beweegdiploma niet voor gewichtsverlies gezorgd hebben, aangezien deze lessen maar 45 tot 50 minuten duren. Daarnaast werden deze lessen dan ook niet dagelijks aangeboden.

Koivula (1999) stelt dat de betekenis die aan sport wordt gegeven verschilt per persoon. Dit is ook terug te zien in dit onderzoek. Een opvallend resultaat binnen de vergelijking tussen het geslacht is dat het merendeel van de leerlingen die voor dansen gekozen heeft (96%), een meisje is. Daar tegenover is 88% van de leerlingen die het liefst met de bal spelen een jongen. In huidig literatuuronderzoek toonde Verhulst (2005) al aan dat jongens liever met een grote groep spelen en daarin heel actief en grof handelen. Deze vaardigheden kunnen getoond worden in bijvoorbeeld een wedstrijdje voetballen. Meisjes willen in de kleutertijd liever wat rustiger spelen, bijvoorbeeld met één kind samen. Hierdoor is het te verklaren dat meisjes het liefst doen dansen. Er zijn reeds wel een aantal studies verricht naar de invloed van geslacht op de sportparticipatie, echter richten deze studies zich vooral op jongeren vanaf 12 jaar. Daarnaast geeft Seippel (2006) aan dat het een feit is dat competitie en succeservaringen vaker als reden terug te vinden is bij jongens, dan bij meisjes. Dit kan de

bovenstaande opvallende resultaten ook verklaren, want bij voetballen gaat het vaak om de winst en bij dansen is dit niet het geval.

Deze resultaten komen ook overeen met de resultaten uit onderzoek van Schmalz & Kerstetter (2006). Uit die data komt namelijk naar voren dat jongenssporten agressief en gevaarlijk kunnen zijn, waarbij jongens het niet erg vinden om vies te worden of pijn te lijden. Meisjes geven aan dat ze liever niet willen deelnemen aan zulke sporten, omdat ze bang zijn pijn gedaan te worden. Uit interviews van dit onderzoek blijkt dat kinderen zich bewust zijn van stereotypen in de sport. Zo vermelden een aantal jongens dat voetballen een voorbeeld van een jongenssport is en cheerleaden een meisjessport is. Deze jongens zullen dan ook niet meedoen aan cheerleaden, omdat het echt een meisjessport is, want jongens gaan niet met pompons in de hand staan dansen.

Uit het huidige onderzoek blijkt dat van de 24 leerlingen met overgewicht/obesitas 11 van allochtone afkomst is en dus 13 van autochtone afkomst. Deze resultaten komen niet overeen met de resultaten uit eerder onderzoek van De Vries, Bakker, Van Overbeek, Boer, & Hopman-Rock (2005), waarbij het percentage overgewicht en obesitas onder allochtone kinderen significant hoger is dan bij autochtone kinderen. Een verklaring die hiervoor gegeven kan worden is dat er bij dat onderzoek veel meer kinderen (N=1228) onderzocht zijn geworden, terwijl bij huidig onderzoek maar 81 leerlingen hebben deelgenomen.

Daarnaast is er nog een opvallend resultaat. Huidig onderzoek geeft weer dat van de 24 leerlingen met overgewicht/obesitas er 17 meisjes zijn. Dit is dus ruim de meerderheid. Deze resultaten komen wel overeen met het eerder uitgevoerde onderzoek van De Vries et al. (2005). Hier wordt ook vermeld dat meisjes eerder overgewicht of obesitas hebben dan jongens. Echter zijn er verder nog weinig onderzoeken die deze waargenomen resultaten kunnen verklaren.

Een ander opvallend resultaat van huidig onderzoek is dat de leerlingen met bijna 60% liever snoepjes, dan groente en fruit als traktatie willen. Het onderzoek van Rodgers, Wertheim, Damiano, Gregg, & Paxton (2015) bevestigt dat kinderen vanaf ongeveer 5 jaar al voorkeuren kunnen aangeven over het nuttigen van zoetheid. Dit komt dus overeen met de resultaten van huidig onderzoek. Daarnaast bewijzen zij dat de kinderen besef krijgen over hun uiterlijk. Dit zorgt ervoor dat deze overtuigingen het risico op een ongezonde leefstijl later in het leven kunnen worden beïnvloed. De resultaten uit dit onderzoek geven namelijk weer dat de kinderen wel beseffen dat wijzigingen in een gezonde eetkeuze en meer lichaamsbeweging bij kunnen dragen aan een gezondere leefstijl en dus een beter gewicht. Echter werden er geen sekseverschillen gevonden in het onderzoek van Rodgers et al. (2015). Huidig onderzoek heeft daar wel een groot verschil in gevonden, want bij de meisjes ligt de keuze voor snoepjes bijna gelijk als die voor groente en fruit. Terwijl bij de jongens meer dan 60% liever snoepjes kiest. Het gaat voorbij aan het doel van het huidige onderzoek om deze voorkeuren verder te onderzoeken, maar er kan dus wel gesuggereerd worden dat het erop lijkt dat over het algemeen kinderen in deze leeftijd liever nog voor de lekkernij gaan, dan voor de gezonde snack.

Het is interessant om te zien dat deze keuze voor de lekkernij toegewijd kan worden aan de sociaal-economische status (ses) van de ouders. Volgens de Vereniging van Nederlandse Gemeenten (2015) hangt leefstijl dan ook samen met de sociaal-economische status van het gezin. Het blijkt dat mensen met een lage sociale economische status een minder goede

levensverwachting hebben door een ongezondere leefstijl. De JOGG-wijk staat ook bekend als een lage ses-wijk. Er kan dus geconcludeerd worden dat ouders bepaalde keuzes moeten maken, waarbij ze misschien wel gedwongen worden voor een ongezondere leefstijl, omdat deze producten vaak goedkoper zijn dan de gezonde producten. Mensen met een laag inkomen hebben een grotere kans om functionele beperkingen te krijgen.

4.1.2 Interviews

Naast de vragenlijsten zijn er ook een aantal opmerkelijke resultaten uit de interviews met de leerkrachten gekomen. Ten eerste geven leerkrachten aan dat de leerlingen veel geleerd hebben en duidelijke stappen hebben gemaakt, door het variërend aanbod in de gymlessen. Volgens het onderzoek van Dorn et al. (2007) blijkt dat beweegprogramma's uitgevoerd in de gymlessen veel effect hebben op het verbeteren van de motoriek. Tevens geven leerkrachten aan dat het ook bijdraagt aan het zelfvertrouwen van de leerlingen. Volgens Van Vliet (2011) worden kinderen door middel van zulke beweegprogramma's gestimuleerd om hun zelfvertrouwen omhoog te krikken. Hoe jonger het kind daarmee bezig is, hoe groter de kans is dat het zelfvertrouwen toeneemt. Ook Kalkman & Rep (2017) geven aan dat jonge kinderen meer spierkracht, conditie, coördinatie, souplesse en zelfvertrouwen ontwikkelen, door regelmatig te bewegen. Dit heeft ook een zeer positief effect op hun lichaamshouding. Een goede lichaamshouding geeft ook een zelf verzekerde uitstraling en kan later lichamelijke klachten voorkomen.

Ten tweede vonden de leerkrachten de kosten van het nijntje Beweegdiploma zeer prijzig. Deze resultaten komen overeen met de resultaten uit een recent onderzoek van Bastmeijer et al. (2016). Hier gaven ouders ook aan dat de financiële kosten die het nijntje Beweegdiploma met zich meebrengt een beperkende rol kan spelen.

Ten derde werd de invloed van klasgenootjes onderling tijdens de beweeglessen over het algemeen als positief ervaren. Veel leerlingen helpen elkaar en gaan samen naar oplossingen zoeken. Daarnaast krijgen de leerlingen de mogelijkheid om zichzelf maar ook andere leerlingen uit te dagen, door de verschillende niveaus die werden aangeboden tijdens de beweeglessen. De invloed van klasgenootjes komt vaak tot uiting middels support of modelling. Deze resultaten bevestigen het standpunt dat Stuij & Stokvis (2011) ook weergeeft. Kinderen hebben een sturende rol naar elkaar toe en kunnen daarom ook invloed op elkaars gedrag hebben. De activiteiten die de kinderen uitvoeren zijn vaak gericht op praktijken die ze onder andere van klasgenootjes opdoen. Klasgenootjes hebben dan ook invloed op elkaars emoties rondom winst en verlies.

Als laatste bleek dat de ouderbetrokkenheid binnen het nijntje Beweegdiploma bij meerdere leerkrachten en dus op bijna alle scholen als lastig werd ervaren. Mogelijk te verklaren is dat deze ouders weinig interesse tonen, omdat het vaak onderwerpen zijn waar ze niet mee geconfronteerd willen worden. Ouders weten dat hun basisschool een JOGG-school is, waarbij veel aandacht wordt besteed aan een gezonde leefstijl. De meeste ouders hebben een lage sociaal economische status en weten vaak dat ze met het bevorderen van een gezonde leefstijl minder goed bezig zijn. Echter is er nog weinig onderzoek gedaan voor de redenen hierachter. Men kan dus geen betrouwbaar argument geven over deze slechte ouderbetrokkenheid.

4.2 Sterkte-zwakteanalyse

Uit dit onderzoek zijn verschillende sterke en zwakke punten te halen. Het eerste sterke punt is dat de deskundige controle van alle vragen tijdens de voorbereiding ervoor gezorgd heeft, dat er vanuit verschillende invalshoeken naar de vragen is gekeken, waardoor fouten eruit gehaald werden. Hierdoor kon men de vragen van de leerlingen op het juiste niveau stellen en deze met prentjes verduidelijken. Tijdens de afname waren deze prentjes van toegevoegde meerwaarde. Ook de pilot die van te voren werd uitgevoerd bij een aantal andere kinderen in deze leeftijdscategorie heeft hieraan bijgedragen.

Ten tweede is de combinatie tussen kwantitatief en kwalitatief onderzoek erg sterk. Volgens onderzoek van Everaert & Van Peet (2006) blijkt dat dit de resultaten alleen maar kan versterken. Het kwantitatieve deel van dit onderzoek (de vragenlijst) werd uitgevoerd bij 81 leerlingen. Naar schatting wonen er ongeveer 115 leerlingen van 5 en 6 jaar in deze JOGG-wijk. Huidig onderzoek heeft dus ruim 70% van het totaal bevraagd, waardoor men kan concluderen dat het een representatief en betrouwbaar onderzoek is, omdat bijna alle leerlingen van 5 en 6 jaar in de JOGG-wijk Blerick-Noord ondervraagd zijn geworden.

Daarnaast zijn de leerlingen nog erg jong, waardoor ze nog niet de effecten van deze interventie kunnen aangeven. Wel zijn ze instaat om aan te geven wat ze wel en niet leuk vinden om te doen, waarbij hun eigen ervaringen m.b.t. het nijntje Beweegdiploma centraal staan. Door de interviews met de leerkrachten krijgt men meer inzicht in de bevindingen en effecten van deze interventie. De antwoorden van de leerkrachten versterken de antwoorden van de leerlingen. Door de combinatie van kwantitatief en kwalitatief onderzoek kan men een duidelijk beeld schetsen over de succesfactoren en belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma.

Ten derde werd vooraf genoemd dat de leerkracht eventueel bij de afname van de vragenlijst aanwezig zou zijn, maar dit is uiteindelijk niet gebeurd. Dit heeft de resultaten waarschijnlijk positief beïnvloed, omdat de leerlingen anders sociaalwenselijke antwoorden gingen geven.

Ten slotte kan men waarnemen dat het nijntje Beweegdiploma ook een bijdrage heeft geleverd om de kennis van de leerkrachten te vergroten. Zij gaven aan dat ze zelf niet vaak in vier vakken met circuits werken. Voor hen was het een eyeopener, om te zien hoe ze materiaal heel variërend kunnen opstellen, waarbij alle leerlingen continu aan het bewegen waren.

Ondanks dat dit onderzoek een aantal interessante resultaten oplevert, zijn er ook een aantal beperkingen. Voorafgaande bij de afnamen van de interviews werd gezegd dat alle interviews in dezelfde ruimte in het stadskantoor van gemeente Venlo werden afgenomen, maar door praktische en tijdtechnische redenen was dit niet altijd mogelijk. Dit kan ervoor zorgen dat er kleine verschillen ontstaan in de antwoorden en de betrouwbaarheid van het onderzoek kan verminderen.

Een ander minder sterk punt was dat enkele vragen uit de handleiding voor het semigestructureerd interview toch nog te moeilijk opgesteld waren. Het ging dan voornamelijk om de vragen over de eigen effectiviteit, vaardigheden en barrières. De meeste leerkrachten vonden het moeilijk om hier goed antwoord op te geven.

Het derde minder sterk punt van dit onderzoek was dat het in eerste instantie de bedoeling was om binnen het hele onderzoek een vergelijking te maken tussen de leerlingen met gezond gewicht en de leerlingen met obesitas. Uit cijfers van de Gemeentelijke Gezondheidsdienst Limburg-Noord (2016) bleek dat er op deze JOGG-scholen te weinig leerlingen met obesitas waren en veel leerlingen met een gezond gewicht. Er zou dan geen eerlijke vergelijking gemaakt kunnen worden, waardoor er gekozen is om de leerlingen met overgewicht samen te voegen met de leerlingen met obesitas. Echter verschillen de BMI waardes van deze leerlingen van elkaar (Voedingscentrum, 2010), waardoor de resultaten binnen deze vergelijkingen niet geheel betrouwbaar zijn en het alleen bepaalde vermoedens kan bevestigen.

Daarnaast heeft de vragenlijst van de leerlingen ook enkele nadelen met zich mee gebracht. Ten eerste is de schriftelijke afname ook een beetje nadelig, omdat er dan niet verder doorgevraagd kan worden naar de reden of motivatie achter het antwoord van de leerlingen.

Ten tweede zitten de leerlingen op een JOGG-school, waarbij veel in het teken staat van een gezonde leefstijl, met gezonde voeding en veel bewegen. De leerlingen zijn naast het nijntje Beweegdiploma ook bezig met andere projecten en interventies, zoals het drinkwaterbeleid en een fruit/groentedag. Zij zijn zich dus bewust van een gezonde leefstijl en kunnen daardoor bij de vraag “Wat moest er als traktatie gegeven worden?” een sociaalwenselijk antwoord geven, omdat ze weten dat groente en fruit gezonder is dan snoepjes.

Ten derde is de verdeling per school niet gelijk (Regenboog 38, Schans 5, Harlekijn 28 en Klingerberg 10 leerlingen). Bij de procentuele vergelijkingen tussen scholen lijkt het soms een groot verschil, maar hierdoor kan men concluderen dat deze vergelijkingen per school dus niet representatief zijn.

Ten slotte kan het zowel een voordeel als nadeel zijn dat de onderzoeker tijdens het hele proces aanwezig is geweest op een aantal JOGG-scholen. De onderzoeker heeft namelijk op BS de Regenboog en SBO de Schans zelf de lessen van het nijntje Beweegdiploma gegeven. Het voordeel hieraan is dat de onderzoeker bij de interviews met de leerkrachten door kan vragen aan de hand van eigen waarnemingen en interpretaties, wat de betrouwbaarheid kan versterken. Het nadeel kan echter zijn dat de respondenten hierdoor sociaalwenselijke antwoorden gaan geven. Opvallend is dat dit niet het geval is, aangezien er twee leerlingen zijn die het beweegfeest niet leuk vonden en deze beide op BS de Regenboog zaten. Daarnaast zitten er van de acht leerlingen, die niet meer nog eens deel willen nemen aan het nijntje Beweegdiploma, er vier op BS de Regenboog.

Hoewel het onderzoek een aantal beperkingen heeft, wordt aangenomen dat de resultaten van dit onderzoek een goede indicatie geven over de succesfactoren en belemmeringen van de interventie “het nijntje Beweegdiploma” en kan men genoeg aanbevelingen doen aan gemeente Venlo.

5. Conclusie

Middels dit onderzoek is gepoogd antwoord te vinden op de volgende onderzoeksvraag: *“Wat zijn de succesfactoren en de belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma bij kinderen van 4 t/m 6 jaar op de JOGG-scholen in de JOGG-wijk Blerick-Noord?”*

Op basis van de vragenlijsten die de leerlingen hebben ingevuld, kan men concluderen dat de interventie “het nijntje Beweegdiploma” zeer goed bevalen is binnen alle JOGG-scholen. Alle zeven oefeningen werden allemaal wel eens als aller-leukste activiteit gekozen, waarbij het klimmen en klauteren duidelijk als meest leuk wordt ervaren. Daarna komt het dansen en met de bal spelen. Het beweegfeest, waar de leerlingen hun nijntje diploma ontvingen, was zeer succesvol, want er waren maar twee van de 81 leerlingen die het niet leuk vonden. Wat betreft de traktatie heeft toch iets meer als de helft liever snoepjes, dan groente en fruit. Daarnaast wordt de komkommer en appel als lekkerste groente en fruit ervaren. Tenslotte willen maar 8 van de 81 leerlingen niet nog eens deelnemen aan deze interventie. Al met al kan men dus concluderen dat de leerlingen het heel erg leuk vonden om deel te nemen aan het nijntje Beweegdiploma.

Op basis van de interviews met de leerkrachten, kan men concluderen dat ook zij over het algemeen zeer tevreden zijn over deze interventie. Leerkrachten vonden dat alle lessen leuk opgebouwd waren, met een sterk variërend aanbod. Iedere les werd in vier verschillende vakken opgebouwd, waarbij de leerlingen door middel van een circuit steeds in beweging konden blijven. Voor de leerkrachten zelf was het ook leerzaam, omdat ze nieuwe inzichten hebben gekregen over het opzetten van een beweegles. Het beweegfeest werd ook als positief ervaren, waarbij het diploma zeker als meerwaarde wordt gezien. Daarnaast waren zowel de groentesnacks als de traktatie een mooie aanvulling. De leerlingen kregen genoeg uitdagingen om tijdens deze interventie hun zelfvertrouwen omhoog te krikken, zowel door de invloed van klasgenootjes, maar ook door de niveauverschillen die opgebouwd werden per les. Enkele nadelen waren dat de spelelementen tijdens de beweeglessen gemist werden en de kosten die de interventie met zich mee brengt. Daarnaast blijft de ouderenbetrokkenheid bij deze JOGG-scholen altijd een lastig onderwerp.

6. Aanbevelingen

6.1 Focusgroep

Gemeente Venlo wordt aanbevolen om een focusgroep aan te maken. Binnen deze focusgroep worden alle resultaten van dit onderzoek nog verder besproken en kunnen er oplossingen gezocht worden voor onderstaande belemmeringen. Deelnemers die aan moeten gaan sluiten bij deze focusgroep zijn de onderzoeker zelf, de JOGG-regisseur van gemeente Venlo met eventuele extra sportconsulenten binnen team JOGG, de lesgever van het nijntje Beweegdiploma, de directeur van iedere JOGG-school en de leerkrachten die deelgenomen hebben aan deze interviews. Daarnaast wordt geadviseerd om van iedere JOGG-school enkele ouders toe te voegen. Als laatste is het verstandig dat er minstens één professional als fysiotherapeut, diëtist en psycholoog bij deze focusgroep aansluit, zodat er ook vanuit dit oogpunt meegekeken kan worden. Deze focusgroep moet dan verder naar aanpassingen en oplossingen gaan zoeken, omtrent de volgende belemmeringen:

- Invulling van de beweeglessen, met name extra toevoeging van spelelementen.
- Financiering nadat JOGG-subsidie stopt.
- Ouderparticipatie.

Hieronder is per belemmering al een klein advies uitgeschreven.

6.1.1 Invulling beweeglessen

Het is vooral van belang dat de beweeglessen hetzelfde opgebouwd moeten blijven. Deze lessen moeten via de methode van nijntje gegeven worden, die door de KNGU ontwikkeld is. Voor de nijntje beweeglessen op de JOGG-scholen betekent dit dat iedere les gestart wordt met het groentelied, waarbij de leerlingen daarna over vier vakken verdeeld worden. In ieder vak staat een bewegingsonderwerp centraal en worden de oefeningen uitgezet middels een circuit. Ook moet er gezorgd worden dat er in ieder vak verschillende niveaus opgezet worden, zodat iedere leerling in dit circuit uitdagingen heeft. Daarnaast moeten alle scholen nog steeds de mogelijkheid hebben, om de beweegles van nijntje een of twee keer per week te kunnen herhalen.

Er worden twee opties aangeboden om de spelelementen toe te voegen in deze lessen:

- Optie 1: Spelelement toevoegen in de beweeglessen van nijntje.

De KNGU heeft de spelelementen niet in hun lesvoorbereidingen staan. Dit betekent dat de lesgevers, die opgeleid zijn door de KNGU, dit zelf moeten toevoegen, wat zou betekenen dat er af en toe in één vak een spel gespeeld moet worden. Op deze manier is het echter wel alleen mogelijk om een spel te spelen met ongeveer 8 kinderen, omdat de klas altijd verdeeld wordt onder alle vakken. Enkele sportconsulenten van gemeente Venlo hebben samen een bundel gemaakt met verschillende spellen voor groep 1 t/m 3, waaruit dan eventueel gekozen kan worden.

- Optie 2: Nijntje Beweegdiploma afwisselen met spellessen.

Normaal gesproken vinden de beweeglessen van nijntje iedere week plaats, maar men zou er ook voor kunnen kiezen om de lessen van nijntje om de week te laten plaatsvinden en de andere week dan een spelles. Op deze manier is het dan ook mogelijk om met de hele klas spellen te spelen. De spellessen kunnen dan ook uit bovengenoemde bundel gehaald worden. Deze bundel zal de onderzoeker aan gemeente Venlo overhandigen, zodat zij dit kunnen verspreiden onder de lesgevers van het nijntje Beweegdiploma.

De onderzoeker zou de tweede optie aanbevelen, omdat dit een betere combinatie is. Op deze manier kan men er ook voor zorgen dat alle leerlingen van de klas samen een spel kunnen spelen, waarbij op de beurt wachten, samenwerken, omgaan met winst of verlies en andere spelelementen veel beter tot zijn recht komen.

6.1.2. Financiering

JOGG-Venlo financiert momenteel voor alle vier de basisscholen het 20-weken programma van het nijntje Beweegdiploma. Onder deze financiering valt per school 700 euro voor de lesgever (de helft van de totale kosten), 50 euro voor het erkend keurmerk en 5 euro per leerling voor het beweegdiploma. Echter kan het zo zijn dat als gevolg van een forse bezuinigingsopgave (miljoenentekorten in het sociale domein van de gemeente Venlo) deze financiering vanaf schooljaar 2018/2019 wegbezuinigd wordt en dus stopt. Dit kan dus voor problemen zorgen en zou eventueel kunnen betekenen dat de basisscholen deze interventie zelf moeten gaan betalen. Echter kost de uitvoer van het 20-weken programma in totaal ongeveer 1500 euro met daar bovenop nog 5 euro per leerling voor het officiële beweegdiploma. Daarnaast moeten de beweegfeesten ook nog georganiseerd worden, want die worden momenteel ook gefinancierd door JOGG-Venlo. Dit zijn erg hoge kosten voor een school. Om dit probleem op te lossen worden meerdere opties aanbevolen:

- Optie 1: Subsidieaanvraag Sportimpuls

De Sportimpuls is een subsidieregeling die lokale sport- en beweegaanbieders financieel ondersteunt bij de opzet van activiteiten. Deze activiteiten zetten ze op om meer mensen langdurig te laten sporten en bewegen. Iedere Sportimpuls aanvrager moet een interventie van de Menukaart Sportimpuls kiezen. Het nijntje Beweegdiploma staat op de 'Menukaart Sportimpuls Kinderen sportief op gewicht'. Het is belangrijk bij het opstellen van een Sportimpuls aanvraag dat er kan worden aangetoond dat de gekozen interventie van de Menukaart aansluit bij de vraag van de doelgroep en deze is vertaald naar de lokale situatie in Venlo op de JOGG-scholen (Sport & bewegen in de buurt, z.j.). Wanneer de scholen graag een subsidie aan willen vragen, kunnen ze dat doen op de volgende website:

<http://www.sportindebuurt.nl/sportimpuls/procedure>

- Optie 2: Opleiden van eigen leerkrachten JOGG-school

Een andere mogelijkheid is dat de scholen intern eigen leerkrachten op gaan leiden als lesgever voor het nijntje Beweegdiploma. Dit zal betekenen dat er dan uren vrijgemaakt moeten worden voor eigen leerkrachten. Voordat zij deze lessen mogen geven, moeten zij eerst een meerdaagse cursus gaan volgen bij de KNGU, maar dit kan ook verkort. Één voorwaarde hiervan is dat de school zich aansluit bij de KNGU en dan een officieel keurmerk ontvangt. Op het moment dat deze leerkrachten de cursus goed afronden, zijn ze in het bezit van een certificaat beweegdiploma en mogen ze de beweeglessen van het nijntje Beweegdiploma zelf gaan geven.

- Optie 3: Naschools nijntje Beweegdiploma aanbieden

Wanneer bovenstaande twee keuzes niet haalbaar zijn, dan is het ook nog mogelijk om het nijntje Beweegdiploma niet tijdens schooltijden aan te bieden, maar naschools. Specifiek voor Venlo zou dit betekenen dat ze zich bij gymnastiekvereniging Olympia Blerick aan kunnen melden om daar het nijntje Beweegdiploma te volgen. Echter is het dan niet meer verplicht en kunnen ouders dus zelf beslissen om hun kind wel of niet aan te melden. Hiermee bereikt men waarschijnlijk niet de kinderen met overgewicht/obesitas, die er binnen de JOGG-scholen wel zijn, omdat het dan geen verplichte interventie binnen schooltijd is.

- Optie 4: Eigen interventie JOGG-Venlo

Aangezien gemeente Venlo meerdere sportconsulenten in dienst heeft, die lesbevoegd zijn en de cursus van het nijntje Beweegdiploma gevolgd hebben, is het eventueel ook mogelijk dat JOGG-Venlo de keuze maakt om van deze erkende interventie af te stappen en een eigen interventie op gaat zetten. Deze interventie heeft dan dezelfde invulling als het nijntje Beweegdiploma, waarbij er nog steeds in vier vakken gewerkt wordt en per vak een ander bewegingsonderwerp centraal staat. Echter is het dan geen erkende interventie meer, waarbij je officiële diploma's van nijntje en een methode vanuit de KNGU hebt. Het is dan wel mogelijk om eigen diploma's te gaan ontwerpen en deze bijvoorbeeld te koppelen aan het communicatiethema van JOGG-Venlo "Groente.. zet je tanden erin!". Op deze manier kan men het groentepak van JOGG in plaats van nijntje als ambassadeur nemen. JOGG-Venlo creëert hiermee dan een eigen draagvlak. De invulling van deze interventie is uiteindelijk nog precies hetzelfde, met een 20-weeken programma en het beweegfeest, waar de leerlingen hun diploma in ontvangst mogen nemen, maar dan wordt het niet via een officiële instantie, in dit geval via de KNGU, weggezet. Hiermee wordt een grote kostenpot voor de scholen weggehaald.

De onderzoeker vindt het lastig om een voorkeur te geven over een van deze opties, omdat dit een keuze is die gemeente Venlo in samenspraak met de JOGG-scholen moet maken. Zij kunnen er dan eventueel voor kiezen om een eigen interventie op te gaan zetten, maar zouden dan wel afstand moeten nemen van de samenwerking met de KNGU. Daarnaast lijkt het opleiden van eigen leerkrachten een goede invulling. Echter moeten deze leerkrachten daar wel uren voor beschikbaar hebben. Het nijntje Beweegdiploma naschools aanbieden, vindt de onderzoeker de minst bruikbare oplossing, aangezien men dan niet de doelgroep bereikt, die men graag zou willen bereiken.

6.1.3 Ouderparticipatie

De ouderparticipatie zal altijd een lastig onderwerp blijven binnen het onderwijs, maar er zijn wel een aantal opties die gemeente Venlo kan proberen om de ouders toch meer te betrekken bij het nijntje Beweegdiploma. Deze opties zijn ook naar voren gekomen uit de interviews met leerkrachten.

- Optie 1: Opendag

Om de ouders de mogelijkheid te geven om naar de uitvoering van de lessen van het nijntje Beweegdiploma te komen kijken, is het organiseren van een opendag bijvoorbeeld een optie. Door een opendag te organiseren, kunnen ouders op één dag binnen lopen tijdens de lessen. Op deze manier maakt men het heel laagdrempelig en niet verplicht voor de ouders. Tijdens deze opendag mogen de ouders dan komen kijken naar zo'n beweegles, waarbij men erachter komt wat de leerlingen oefenen binnen het nijntje Beweegdiploma.

- Optie 2: Uitnodigen in les

Een andere optie is om bijvoorbeeld iedere week per klas twee of drie ouders uit te nodigen om mee te helpen in de les. De ouders kunnen zich dan inschrijven en aan de hand daarvan wordt een schema gemaakt, waarbij ouders de kinderen dan begeleiden. Zij worden dan ingedeeld in één vak en moeten de kinderen daar helpen en motiveren. Op deze manier komt men er nog sneller achter wat de leerlingen moeten doen en hoe de oefeningen ook daadwerkelijk goed uitgevoerd moeten worden.

- Optie 3: Onderzoek ouderparticipatie

Er wordt naast bovenstaande opties ook aanbevolen om sowieso een vervolgonderzoek in te zetten, om de ouderparticipatie beter in beeld te krijgen. Ouders zouden dan bevraagd moeten worden middels een kwantitatief onderzoek. In dit onderzoek moeten vragen

opgesteld worden, waarbij de wensen en behoeften van ouders naar voren komen. Op deze manier kan men waarborgen waar de wensen en behoeften van ouders liggen en hier kan JOGG-Venlo in samenwerking met alle basisscholen op in spelen.

De onderzoeker vindt het lastig om hier een van de opties in aan te bevelen, aangezien er bij beide opties voor- en nadelen aan vast zitten. Optie 1 is makkelijker uit te voeren, aangezien de school maar één keer een opendag hoeft te organiseren. Echter kan het tijdens de lessen dan wel behoorlijk druk worden, wanneer er bijvoorbeeld van alle leerlingen ouders langs de kant komen kijken. Deze drukte voorkomt men bij optie 2, maar hier is het juist ook mogelijk dat bepaalde leerlingen teveel naar de ouders toe trekken, waardoor ze minder goed doen oefenen, dan wanneer de ouders er niet bij zijn. Optie 3 wordt sowieso aanbevolen om in te gaan zetten.

6.2 Vervolgonderzoek

Huidig onderzoek heeft de motorische effecten van de leerlingen door het volgen van het nijntje Beweegdiploma niet onderzocht. JOGG-Venlo wordt aanbevolen om een kwantitatief vervolgonderzoek in te zetten, waarbij dit onderzoek als uitgangspunt dient. Er dient een kwantitatief meetinstrument ontwikkeld te worden, waarbij de effecten wel in beeld gebracht kunnen worden. Dit meetinstrument kan een korte vragenlijst zijn over de zeven verschillende oefeningen (klimmen en klauteren, springen, balanceren, met de bal spelen, kruipen, koprollen en dansen), waarbij ze aan moeten geven op een schaal van 1 tot 10 hoe goed en vertrouwd ze zich voelen bij deze oefening. Daarnaast moeten er ook vragen gesteld worden over de attitude, sociale invloed en eigen effectiviteit. Deze vragen moeten bijvoorbeeld het zelfvertrouwen, samenwerken, enz. in beeld brengen. Er wordt geadviseerd om deze vragenlijst vooraf af te nemen bij alle leerlingen, zodat deze als 0-meting fungeert. Tussentijds kan deze ook nog eens afgenomen worden, maar na het 20-weeken programma dient de 1-meting plaats te vinden. Op deze manier kan gewaarborgd worden of leerlingen ook daadwerkelijk stappen hebben gemaakt in hun motorische ontwikkeling en eventueel zijn afgevallen in gewicht. Aangeraden wordt om het verschil in categorieën (geslacht, gewicht, nationaliteit, leeftijd en de vier JOGG-scholen) daarin ook weer te geven. Indien er duidelijke verschillen tussen bepaalde categorieën worden waargenomen kan JOGG-Venlo in samenwerking met de desbetreffende school hier op inspelen en eventuele aanpassingen doen, zoals extra begeleiding middels MRT-lessen. Zodoende kan de motorische ontwikkeling per leerling vergroot worden.

7. Bronnenlijst

- Alkema, E. K. (2015). *Meer dan onderwijs* (8e druk ed.). Assen: Uitgeverij Koninklijke Van Gorcum.
- Azjen, I. (1991). Theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 179-211.
- Bastmeijer, E. I., Koster, L. A., & Limpens, L.G. (2016). *Beweegaanbod van Nederlandse Basisscholen voor Kleuters*. Utrecht: Universiteit Utrecht Pedagogische Wetenschappen
- Bilo, R., Voorhoeve, H., & Koot, J. (2000). *Kind in ontwikkeling* (4e gewijzigde druk ed.). Maarssen: Elsevier gezondheidszorg.
- Bulk-Bunschoten, A. M. W., Renders, C. M., Van Leerdam, F. J. M., & Hirasing, R. A. (z.j.). *Overbruggingsplan voor kinderen met overgewicht*. Amsterdam: Huisdrukkerij VUMC.
- Burrows, E. J., Keats, M. R., & Kolen, A. M. (2014). *Contributions of After School Programs to the Development of Fundamental Movement Skills in Children*. Geraadpleegd op 20 oktober 2017, van International Journal of Exercise Science.: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4882470/>
- Centraal Bureau voor Statistiek. (2016, augustus 12). *Overgewicht ouders en kinderen gaat vaak samen*. Geraadpleegd op 6 april 2017, van <https://www.cbs.nl/nl-nieuws/2016/32/overgewicht-ouders-en-kinderen-gaat-vaak-samen>
- Denessen, M, De Man, R., & Lecluse, L. (2015). *Acitiviteitenplan JOGG*. Venlo.
- De Vries, S. I., Bakker, I., Van Overbeek, K., Boer, N. D., & Hopman-Rock, M. (2005). *Kinderen in prioriteitswijken: lichamelijke (in)activiteit en overgewicht*. Leiden: TNO Kwaliteit en Leven. Geraadpleegd op 30 november 2017, van <https://www.tno.nl/media/1431/pzscKindereninstadswijkenrapport.pdf>
- Dorn, T., Heijmans, M., Van Dijk, L., Francke, A. L., Wolters, I., & De Leeuw, J. R. J. (2007). *Knelpunten en hiaten bij interventies gericht op ondersteuning bij zelfmanagement, overgewicht en mantelzorg: een quick scan*. Utrecht: Nivel. Geraadpleegd op 30 november 2017, van <https://www.nivel.nl/sites/default/files/bestanden/Knelpunten-en-hiaten-bij-interventies-2007.pdf>
- Everaert, H., & Van Peet, A. (2006). *KG-publicatie nr. 11 Kwalitatief en kwantitatief onderzoek*. Utrecht: Hogeschool Utrecht.
- Freedman, D.S., Dietz, W. H., & Berenson, G.S. (1993). The relation of overweight to cardiovascular risk factors among children and adolescents: the Bogalusa Heart Study. 1175-82.
- Gallahue, D. L., & Donnelly, F. C. (2003). *Developmental physical education for all children* (4e druk ed.). Champaign: Human Kinetics.
- Gemeentelijke Gezondheidsdienst Limburg-Noord. (2016). *Gegevens overgewicht Venlo 2016*. Veiligheidsregio Limburg-Noord, Venlo: Maessen.
- Gezondheidsraad. (2003). *Overgewicht en obesitas*. Den Haag: auteur.
- GGD Noord-Limburg. (z.j.). *Gezondheid Jongeren in Beeld gemeente Venlo*. Venlo: auteur.

Gratton, C., & Jones, I. (2015). *Onderzoeksmethoden voor sportstudies* (3e druk ed.). UK: Routledge.

JOGG Nederland. (z.j.). *JOGG-aanpak*. Geraadpleegd op 16 februari 2017, van <https://jongerenopgezondgewicht.nl/wat-we-doen/jogg-aanpak>

Jones, R. A., Riethmuller, A., Hesketh, K., Trezise, J., Batterham, M., & Okely, D. (2011). *Promoting Fundamental Movement Skill Development and Physical Activity in Early Childhood Settings: A Cluster Randomized Controlled Trial*. Australië. Geraadpleegd op 22 oktober 2017, van <http://dro.deakin.edu.au/eserv/DU:30043903/hesketh-promotingfundamental-2011.pdf>

Jongeren Op Gezond Gewicht. (2015). *Het doel*. Geraadpleegd op 6 april 2017, van <https://jongerenopgezondgewicht.nl/het-doel>

Jongeren Op Gezond Gewicht. (z.j.). *JOGG-aanpak*. Geraadpleegd op 11 april 2017, van <https://jongerenopgezondgewicht.nl/wat-we-doen/jogg-aanpak/hoe-het-werkt>

Jongeren Op Gezond Gewicht. (z.j.). *Thema's*. Geraadpleegd op 13 april 2017, van <https://jongerenopgezondgewicht.nl/wiki/themas/groente-zet-je-tanden-erin>

Jongeren Op Gezond Gewicht. (z.j.). *Wat we doen*. Geraadpleegd op 13 april 2017, van <https://jongerenopgezondgewicht.nl/wat-we-doen>

Kalkman, E., & Rep, M. (2017). *Spelenderwijs bewegen. Kinderopvang praktijk*.

Kemper, H. C. G., Post, G.B., Twisk, J. W., & Van Mechelen, W. (1999). Lifestyle and obesity in adolescence and young adulthood: results from the *Amsterdam Growth And Health Longitudinal Study (AGAHLS)*. Geraadpleegd op 14 april 2017, van https://www.researchgate.net/profile/Willem_Van_Mechelen/publication/12931039_Lifestyle_and_obesity_in_adolescence_and_young_adulthood_results_from_the_Amsterdam_Growth_And_Health_Longitudinal_Study_AGHLS/links/00463536da85659caf000000.pdf

Kemper, H. C. G., Stasse-Wolthuis, M., & Bosman, W. (2004). The prevention and treatment of overweight and obesity. *The Netherlands Journal of Medicine*. Amsterdam: Van Zuiden Communications B.V.

Kist- Van Holte, J. E., Beltman, M., Bulk-Bunschoten, A. M. W., L'Hoir, M., Kuijpers, T., Pijpers, F., Renders, C. M., Timmermans-Leenders, E. P., Blok, D. I. J., Van de Veer, M., & HiraSing, R. A. (2012). JGZ-richtlijnen overgewicht. *Nederlands Centrum Jeugdgezondheid*. Geraadpleegd op 20 februari 2017, van [file:///C:/Users/Sharon%20Rijk/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/jgz-richtlijn overgewicht samenvatting def1%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Sharon%20Rijk/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/jgz-richtlijn%20overgewicht%20samenvatting%20def1%20(1).pdf)

KNGU. (2016). *Nijntje Beweegdiploma*. Geraadpleegd op 15 september 2017, van www.beweegdiploma.nl

KNGU. (z.j.). *Bewegen met nijntje*. Geraadpleegd op 6 december 2017, van <http://www.beweegdiploma.nl/voor-ouders/beweegdiploma?tab=1>

KNGU. (z.j.). *Het nijntje Beweegdiploma*. Geraadpleegd op 25 oktober 2017, van <http://www.kngu.nl/daarom-kngu/beweegdiploma>

KNGU. (z.j.). *Het nijntje Beweegdiploma, achtergronden en onderbouwing*.

Koivula, N. (1999). *Sport participation: Differences in motivation and actual participation due to gender typing*. Stockholm.

Kuiper, C., Heerkens, Y., & Balm, M. (2011). *Arbeid & Gezondheid. Een handboek voor paramedici en arboprofessionals* (2e druk ed.). Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Loket gezond leven. (2015). *Jongeren Op Gezond Gewicht*. Geraadpleegd op 11 april 2017, van <https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/overgewicht/een-integrale-aanpak/jongeren-op-gezond-gewicht>

Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). *Growth, maturation, and physical activity* (2e druk ed.). Champaign: Human Kinetics.

Muller, M. J., Koertzing, I., Mast, M., Langnäse, K., & Grund, A. (1999). *Physical activity and diet in 5 to 7 years old children*. Kiel: Public Health Nutrition.

Nederlands Centrum Jeugdgezondheid. (2012). *Richtlijn overgewicht*. Geraadpleegd op 13 september 2017, van Nederlands Centrum Jeugdgezondheid: <https://www.ncj.nl/richtlijnen/alle-richtlijnen/richtlijn/?richtlijn=10&rlpag=851>

Nederlands Huisartsen Genootschap. (2010). *NHG-Standaard Obesitas*. Geraadpleegd op 31 maart 2017, van <https://www.nhg.org/standaarden/volledig/nhg-standaard-obesitas#note-27>

Nederlands Jeugdsinstituut. (z.j.). *Overgewicht probleemschets*. Geraadpleegd op 4 april 2017, van <http://www.nji.nl/Overgewicht-Probleemschets-Risicofactoren>

Nederlandse Encyclopedie. (z.j.). *Comorbiditeit*. Geraadpleegd op 11 september 2017, van <http://www.encyclo.nl/begrip/Comorbiditeit>

Nederlandse Stichting Over Gewicht. (z.j.). *Oorzaken*. Geraadpleegd op 31 maart 2017, van <https://overgewichtnederland.org/voorlichting-informatie-communicatie/oorzaken/>

Nederlandse Stichting Over Gewicht. (z.j.). *Overgewicht en obesitas*. Geraadpleegd op 30 maart 2017, van <https://overgewichtnederland.org/voorlichting-informatie-communicatie/wat-is-obesitas/>

Netelenbos, J. (2000). *Motorische ontwikkeling van kinderen* (Tweede druk ed., Vol. 1). Amsterdam: Boom.

Noordstar, J. (2009). *Motoriek in de basisschool* (1e druk ed.). Baarn: Uitgeverij Bekadidact.

Rodgers, R. F., Wertheim, E. H., Damiano, S. R., Gregg, K. J., & Paxton, S. J. (2015). "Stop eating lollies and do lots of sports": a prospective qualitative study of the development of children's awareness of dietary restraint and exercise to lose weight. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*.

Rütten. (2009). Overgewicht en obesitas bij kinderen: werken we met de ouder, met het kind of met ouder én kind? *Kind & Adolescent Praktijk* 8 (issue 4), pp. 160-168.

Schmalz, D. L., & Kerstetter, D. L. (2006). Girlie girls and manly men: children's stigma consciousness of gender in sports and physical activities. *Journal of Leisure Research*. Geraadpleegd op 5 december 2017, van <https://www.nrpa.org/globalassets/journals/jlr/2006/volume-38/jlr-volume-38-number-4-pp-536-557.pdf>

Schwartz, M. B., & Puhl, R. (2003). Childhood obesity: a societal problem to solve. *Obesity*.

Seippel, Ø. (2006). The meanings of sport: fun, health, beauty or community? *Sport in Society*.

Sport & bewegen in de buurt . (z.j.). *Wat is de sportimpuls?* Geraadpleegd op 6 december 2017, van <http://www.sportindebuurt.nl/sportimpuls/sportimpuls-regulier/>

Stuij, M., & Stokvis, R. (2011). *Habitusvorming: over de socialisatie van sportgedrag. Sociologie.*

Van Beemen, L. (2010). *Ontwikkelingspsychologie* (4e druk ed.). Groningen/Houten: Noordhoff Uitgevers.

Van Binsbergen, J.J., Langens, F.N.M., Dapper, A.L.M., Van Halteren, M.M., Glijsteen, R., Cleyndert, G.A., Mekenkamp-Oei, S.N., & Van Avendonk, M.P.J. (2010). *NHG-Standaard Obesitas*. Huisarts Wet 2010.

Van den Hurk, K., Van Dommelen, P., De Wilde, J. A., Verkerk, P. H., Van Buuren, S., & Hirasing, R. A. *Prevalentie van overgewicht en obesitas jeugdigen 4-15 jaar in de periode 2002-2004*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

Van Mil, E., & Struik, A. (2015). *Overgewicht en obesitas bij kinderen. Verder kijken dan de kilo's*. Amsterdam: Uitgeverij Boom.

Van Tuyckom, C., Vos, S., & Scheerder, J. (2011). *Metten en weten over zweten: methoden van sociaalwetenschappelijk sportonderzoek*. Gent: Academia Press.

Van Vliet, A. (2011). *Gezonde leefstijl als investering in de toekomst. Tijdschrift voor praktijkondersteuning.*

Vereniging van Nederlandse Gemeenten. (2015). *Overzicht trends en ontwikkelingen: Een outside-in analyse van de belangrijkste bewegingen in het sociaal domein.*

Verheijden, B., Denessen, M., & Dorrestijn, T. (2015). *Aanvalsplan Jongeren Op Gezond Gewicht Gemeente Venlo*. Venlo.

Verhulst, F. (2005). *De ontwikkeling van het kind* (8e herziene druk ed.). Assen: Koninklijke Van Gorcum.

Voedingscentrum. (2010). *BMI jongens en meisjes*. Geraadpleegd op 30 maart 2017, van <http://www.voedingscentrum.nl/professionals/kindervoeding-0-4-jaar/babyenkindervoeding/bmi-jongens-en-meisjes.aspx>

Voedingscentrum. (z.j.). *Overgewicht*. Geraadpleegd op 11 september 2017, van <http://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/overgewicht.aspx>

Volksgesondheidszorg.info. (2016). *Overgewicht kinderen*. Geraadpleegd op 6 april 2017, van <https://www.volksgesondheidszorg.info/onderwerp/overgewicht/cijfers-context/huidige-situatie#node-overgewicht-kinderen>

Volksgesondheidszorg.info. (2017). *Overgewicht*. Geraadpleegd op 30 maart 2017, van <https://www.volksgesondheidszorg.info/onderwerp/overgewicht/cijfers-context/huidige-situatie#definitie--node-wat-overgewicht>

World Health Organization. (2016). *Obesity and overweight*. Geraadpleegd op 30 maart 2017, van <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>

8. Bijlagen

8.1 BMI afkapwaardes kinderen

Body Mass Index-tabel voor jongens

Leeftijd	BMI bij ernstig ondergewicht	BMI bij ondergewicht	BMI bij gezond gewicht	BMI bij overgewicht	BMI bij ernstig overgewicht (obesitas)
4	minder dan 12,86	12,87-14,42	14,43-17,54	17,55-19,29	meer dan 19,29
5	minder dan 12,66	12,67-14,20	14,21-17,41	17,42-19,30	meer dan 19,30
6	minder dan 12,50	12,51-14,06	14,07-17,54	17,55-19,78	meer dan 19,78

Tabel 5: BMI-diagrammen jongens 4 t/m 6 jaar (Voedingscentrum, 2010).

Body Mass Index-tabel voor meisjes

Leeftijd	BMI bij ernstig ondergewicht	BMI bij ondergewicht	BMI bij gezond gewicht	BMI bij overgewicht	BMI bij ernstig overgewicht (obesitas)
4	minder dan 12,73	12,74-14,18	14,19-17,27	17,28-19,15	meer dan 19,15
5	minder dan 12,50	12,51-13,93	13,94-17,14	17,15-19,17	meer dan 19,17
6	minder dan 12,32	12,33-13,81	13,82-17,33	17,34-19,65	meer dan 19,65

Tabel 6: BMI-diagrammen meisjes 4 t/m 6 jaar (Voedingscentrum, 2010).

8.2 BMI afkapwaardes obesitas kinderen

Classificatie van BMI per leeftijdsjaar voor jongens en voor meisjes van 4 t/m 6 jaar.

Jongens				Meisjes			
Leeftijd	Graad 1 obesitas	Graad 2 obesitas	Graad 3 obesitas	Leeftijd	Graad 1 obesitas	Graad 2 obesitas	Graad 3 obesitas
4	19,3	20,7	21,7	4	19,2	21,6	23,5
5	19,3	20,6	21,7	5	19,2	22,0	24,2
6	19,8	21,0	22,2	6	19,7	22,8	25,5

Tabel 7: Afkapwaardes obesitas kinderen 4 t/m 6 jaar (Van Binsbergen et al.,2010).

8.3 Overzicht aantallen en percentages overgewicht en obesitas 2016

Overgewicht 2016	4 jarigen	5-6 jarigen
Gemeente Venlo	80	63
% Venlo	8,9%	6,7%
Limburg Noord	327	304
% Limburg-Noord	7,6%	6,7%

Tabel 8: Overgewicht in Venlo en Noord-Limburg (Gemeentelijke Gezondheidsdienst Limburg-Noord, 2016)

Obesitas 2016	4 jarigen	5-6 jarigen
Gemeente Venlo	16	20
% Venlo	1,8%	2,1%
Limburg Noord	61	76
% Limburg-Noord	1,4%	1,7%

Tabel 9: Obesitas in Venlo en Noord-Limburg (Gemeentelijke Gezondheidsdienst Limburg-Noord, 2016)

8.4 Overzicht activiteiten in activiteitenplan 2015

	Wanneer	Wat (activiteit)	Wie	Uitleg
1	September 2016	Screening BMI en vragenlijst JOGG – ouders	Combinatiefunctionarissen	0-meting in het kader van Monitoring en evaluatie.
2	September 2016	Kick-off JOGG middels een educatieve voorstelling in het Roadhoes door AMUZement	JOGG regisseur in samenwerking met scholen.	Zie: http://www.amusement.nl/intro/ Mogelijk de voorstelling 'Zoet' (Publieke kick-off)
3	September 2016	EU Schoolfruit	Groepsleerkrachten	Zie: http://www.euschoolfruit.nl/nl/schoolfruit/Leerkrachten-PO/Wat-is-EU-Schoolfruit.htm Aanmelding schooljaar 2016-2017 van 5 september t/m 16 september
4	Oktober 2016	Voetjebal	ViaVVV	http://voetjebal.nl/
5	Oktober 2016	Start Groentefroetels	Groepsleerkrachten	Zie: http://www.groentefroetels.com/
6	November 2016	Start nijntje Beweegdiploma	Combinatiefunctionarissen Gymnastiek vereniging Olympia Blerick.	Stagiaires zijn reeds bezig met verkenning om deze beweeginterventie samen met gymnastiek vereniging Olympia aan te bieden. Zie: http://www.kngu.nl/daarom-kngu/beweegdiploma
7	November 2016	Nationaal schoolontbijt	Scholen zelfstandig organiseren op inschrijving.	Informatie is te vinden op http://www.schoolontbijt.nl/ JOGG is een partner van het nationaal schoolontbijt.

8	December 2016	Dansen op muziek met Koelie	Via VVV met koelie, ondersteund door stagiaires gemeente Venlo.	Dit wordt een dag waarbij koelie alle scholen langs gaat om een korte dans te introduceren. Dit zal ongeveer 30 minuten per school omvatten. Dit kan eventueel gecombineerd worden met het thema Sinterklaas of Kerst.
9	Januari 2017	Kids University of Cooking	Groepsleerkrachten of externe personen.	Meer informatie zie http://www.kokkerelli.nl/kinderen/wie-zijn-we/ Deze interventie is een voorloper op de 'Smaaklessen'.
10	Februari 2017	Smaaklessen	Groepsleerkrachten.	Zie http://www.smaaklessen.nl/ Deze interventie is een voorloper op de 'Smakelijke moestuinen'
11	Maart 2017	Start Smakelijke moestuinen	Scholen i.s.m. met Onze Oogst of Nutricia.	Zie: http://www.buurtlab.nl/site2015/index.php/smakelijke-moestuinen
12	April 2017	Drink water	Groepsleerkrachten in combinatie met JOGG-Venlo	Voorlichtingslessen 'Drink water' op basisscholen gegeven. Drinkwater beleid invoeren op basisscholen. Informatie: www.overopdrinkwater.nl
13	Mei 2017	Mini-kids loop	Georganiseerd door JOGG-Venlo (Sportbedrijf). Ondersteund aankomend stagiaires.	Een loop voor kinderen in de leeftijd van 4-6 jaar (groep 1 en 2) waarbij een korte afstand wordt gelopen. Dit evenement vindt plaats op een centrale locatie voor alle basisscholen.

14	Juni 2017	Eindactiviteit in het kader van het thema Eet Groente	Groepsleerkrachten ondersteund door JOGG-Venlo	Eventueel moestuinen oogsten, en daarbij een grote afsluiting van het jaar. In het teken van een gezonde leefstijl met gezonde voeding en voldoende beweging.
----	-----------	---	--	---

Tabel 10: activiteitenplan Gemeente Venlo (Denessen et al., 2015).

8.5 Begeleidende brief + toestemmingsformulier school en ouders



jongeren op
gezond gewicht **Venlo**

Beste heer/mevrouw,

Graag wil ik me even voorstellen. Ik ben Sharon Rijk, studente aan de Fontys Sporthogeschool te Eindhoven en medewerkster JOGG-Venlo (Jongeren Op Gezond Gewicht). Jullie kennen mij waarschijnlijk nog als organisator van het evenement GroenteStormt en lesgever van het nijntje Beweegdiploma.

In het kader van JOGG-Venlo wordt een onderzoek gehouden binnen de JOGG-scholen. Uw school is ook een JOGG-school. Het onderzoek is een combinatie van kwantitatief en kwalitatief onderzoek. Het onderzoek dient de succesfactoren en belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma bij jonge kinderen (4 t/m 6 jaar) en de leerkrachten in kaart te brengen.

De kwantitatieve gegevens worden verzameld middels vragenlijsten, die worden afgenomen bij de leerlingen van groep 2 of 3. De kwalitatieve gegevens worden verzameld middels interviews, die worden afgenomen bij de desbetreffende leerkrachten van groep 2 of 3. Beide doelgroepen zijn via een doelgerichte selectieve steekproef gekozen. De leerlingen, omdat zij geselecteerd zijn middels de 0-meting van JOGG-Venlo. De leerkrachten, omdat zij allemaal aanwezig zijn geweest bij de uitvoering van nijntje Beweegdiploma en dus de desbetreffende leerlingen mee begeleid hebben.

Om na te gaan of het nijntje Beweegdiploma daadwerkelijk succes heeft behaald, als het gaat om het beweeggedrag van de leerlingen, is het van belang om inzicht te verkrijgen in de succesfactoren en belemmeringen die deze interventie met zich meebracht. Om dit inzicht te verkrijgen worden de leerlingen gevraagd om een vragenlijst van 12 korte vragen in te vullen. Via deze vragen komen wij achter de ervaringen van de leerlingen binnen het nijntje Beweegdiploma.

Via dit formulier vragen wij om toestemming voor de afname van deze vragenlijsten bij de leerlingen.

Met de resultaten wordt vertrouwelijk omgegaan, waarbij de uitkomsten anoniem verwerkt worden. De desbetreffende leerkrachten krijgen de resultaten van dit onderzoek teruggekoppeld. Zie vervolgblad voor het toestemmingsformulier.

Voor meer informatie, vragen of onduidelijkheden, bel of mail mij gerust. Mijn gegevens staan onderaan deze brief vermeld.

Alvast hartelijk dank voor uw inzet en medewerking!

Met sportieve groet,

Sharon Rijk
Studente Fontys Sporthogeschool
JOGG-Venlo
s.rijk@student.fontys.nl - 06 36 05 07 90



Toestemmingsformulier

Datum:

In te vullen door de contactpersoon van de school

O Ja, ik geef toestemming dat de leerlingen een vragenlijst in gaan vullen.
Ik verklaar dat ik op een voor mij duidelijke wijze ingelicht ben over de aard, de methode en het doel van het onderzoek. Ik weet dat alle gegevens en resultaten van het onderzoek anoniem en vertrouwelijk verwerkt zullen worden.

Naam contactpersoon:.....

Mailadres contactpersoon:.....

Telefoonnummer contactpersoon:.....

School:

Handtekening contactpersoon:.....

In te vullen door de uitvoerende onderzoeker

Ik verklaar dat ik zowel schriftelijke als mondelinge toelichting gegeven heb over het onderzoek. Ik heb resterende vragen naar vermogen beantwoord.

Handtekening Sharon Rijk:

Graag het strookje invullen voorafgaande de afnamen van de vragenlijsten bij de leerlingen.
Alvast hartelijk dank voor uw goedkeuring en medewerking!

Met sportieve groet,

Sharon Rijk

8.6 Begeleidende brief + toestemmingsformulier leerkrachten



jongeren op
gezond gewicht

Venlo

Beste leerkrachten,

Graag wil ik me even voorstellen. Ik ben Sharon Rijk, studente aan de Fontys Sporthogeschool te Eindhoven en medewerkster JOGG-Venlo (Jongeren Op Gezond Gewicht). Jullie kennen mij waarschijnlijk nog als organisator van het evenement GroenteStormt en lesgever van het nijntje Beweegdiploma.

In het kader van JOGG-Venlo wordt een onderzoek gehouden binnen de JOGG-scholen. Uw school is ook een JOGG-school. Het onderzoek is een combinatie van kwantitatief en kwalitatief onderzoek. Het onderzoek dient de succesfactoren en belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma bij jonge kinderen (4 t/m 6 jaar) en de leerkrachten in kaart te brengen.

De kwantitatieve gegevens worden verzameld middels vragenlijsten, die worden afgenomen bij de leerlingen van groep 2 of 3. De kwalitatieve gegevens worden verzameld middels interviews, die worden afgenomen bij de desbetreffende leerkrachten van groep 2 of 3. Om na te gaan of het nijntje Beweegdiploma daadwerkelijk succes heeft behaald, als het gaat om het beweeggedrag van de leerlingen, is het van belang om naast de ervaringen van de leerlingen, ook informatie te bemachtigen over de succesfactoren en belemmeringen van deze interventie, van u als leerkracht. Vandaar dat u als leerkracht een belangrijk onderdeel bent van dit onderzoek. U kunt de resultaten van het kwantitatieve onderzoek alleen maar versterken!

Via een doelgerichte selectieve steekproef bent u geselecteerd, daarom wil ik via deze brief toestemming vragen of u, als leerkracht van groep 2 of 3 van de JOGG-school, bereid bent mee te werken aan mijn onderzoek.

Hieronder vindt u een korte uitleg over datgene wat wij van u vragen.

Tijdens het interview worden er ongeveer 19 open vragen aan u gesteld. De handleiding is de leidraad, maar dit wil niet zeggen dat alle vragen in dezelfde volgorde worden gesteld. Het is namelijk een semigestructureerd interview. De eerste vragen gaan vooral over de inhoud van de interventie nijntje Beweegdiploma en het beweegfeest. Daarna wordt het ASE-model als theoretisch raamwerk gebruikt en worden er vragen gesteld over de attitude, subjectieve norm en de eigen effectiviteit. Als laatste is er de kans om antwoorden en mogelijke oplossingen te geven over de eventuele vaardigheden en barrières, die de leerlingen ondervonden tijdens het nijntje Beweegdiploma. Het interview duurt maximaal 20 minuten.

Met de resultaten wordt vertrouwelijk omgegaan, waarbij de uitkomsten anoniem verwerkt worden. U als respondent krijgt de resultaten van dit onderzoek teruggekoppeld. Zie vervolgblad voor het toestemmingsformulier.

Voor meer informatie, vragen of onduidelijkheden, bel of mail mij gerust. Mijn gegevens staan onderaan deze brief vermeld.

Alvast hartelijk dank voor uw inzet en medewerking!

Met sportieve groet,

Sharon Rijk
Studente Fontys Sporthogeschool
JOGG-Venlo
s.rijk@student.fontys.nl - 06 36 05 07 90



Fontys

Sporthogeschool

Toestemmingsformulier

Datum:

In te vullen door de respondent

☐ Ja, ik wil graag mee werken aan dit onderzoek

Ik verklaar dat ik op een voor mij duidelijke wijze ingelicht ben over de aard, de methode en het doel van het onderzoek. Ik weet dat alle gegevens en resultaten van het onderzoek anoniem en vertrouwelijk verwerkt zullen worden. Daarnaast geef ik toestemming dat het interview wordt opgenomen en uitsluitend voor de resultaatverwerking wordt gebruikt.

Naam leerkracht:.....

Mailadres leerkracht:.....

Telefoonnummer leerkracht:.....

Onderzoeknummer leerkracht:.....

School:

Groep:.....

Handtekening leerkracht:.....

In te vullen door de uitvoerende onderzoeker

Ik verklaar dat ik zowel schriftelijke als mondelinge toelichting gegeven heb over het onderzoek. Ik heb resterende vragen naar vermogen beantwoord.

Handtekening Sharon Rijk:

Graag het strookje invullen voorafgaande het interview. Alvast hartelijk dank voor uw inzet en medewerking!

Met sportieve groet,

Sharon Rijk

8.7 Vragenlijst leerlingen JOGG-school

Onderstaande gegevens worden ingevuld door de onderzoeker.

Onderzoeknummer leerling: Categorie:

Naam leerling: Datum:

Geboortedatum kind: Leeftijd:

Kruis het juiste antwoord aan.

School:

- ☐ BS de Regenboog
- ☐ SBO de Schans
- ☐ BS de Harlekijn
- ☐ BS de Klingerberg

Groep:

- ☐ Groep 2
- ☐ Groep 3

Geslacht:

- ☐ Meisje
- ☐ Jongen

Nationaliteit:

- ☐ Autochtoon
- ☐ Allochtoon

Vanaf nu komen er vragen die beantwoorden moeten worden door de leerling. De onderzoeker zet een cirkel om het gegeven antwoord.

Vragen over het nijntje Beweegdiploma.

1. Vind je klimmen en klauteren leuk?



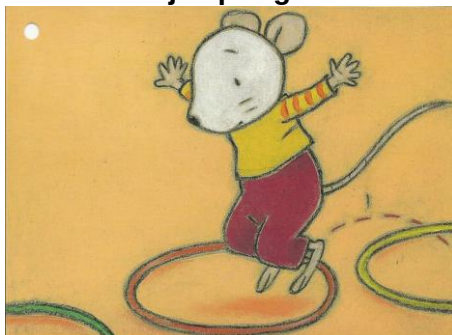
Ja



Nee



2. Vind je springen leuk?



Ja



Nee



3. Vind je balanceren leuk?



Ja



Nee



4. Vind je met de bal spelen leuk?



Ja



Nee



5. Vind je kruipen leuk?



Ja



Nee



6. Vind je koprollen leuk?



Ja



Nee



7. Vind je dansen leuk?



Ja



Nee

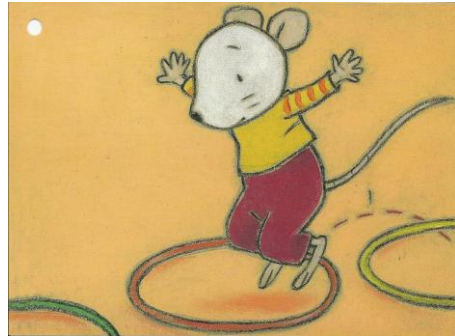


8. Wat vond je het aller leukst om te doen? Omcirkel het juiste plaatje.

Klimmen en klauteren



Springen



Balanceren



Met de bal spelen



Kruipen



Koprollen



Dansen



8.8 Handleiding semigestructureerd interview

Datum: Onderzoeknummer leerkracht:

Naam leerkracht: Geslacht:

School: Groep:

- Benodigdheden:
 - Deze handleiding
 - Notitieblok
 - Pen/ papier
 - Opname apparatuur
 - Toestemmingsformulier
 - Procedure
 1. Voorstellen van de gespreksleider.
 2. Het onderzoek en het doel daarvan uitleggen aan de leerkracht.
 3. Regels uitleggen zoals:
 - Het interview wordt door de gespreksleider aan de hand van deze handleiding afgenomen.
 - Er worden audio-opnamen gemaakt van het gesprek, zodat het getranscribeerd kan worden. Vooraf wordt hiervoor al mondelinge toestemming gevraagd.
 - De desbetreffende leerkracht zal een onderzoeknummer krijgen.
 - De titel van het audiobestand wordt het nummer van de deelnemer en datum van het gesprek.
 - Direct na het interview wordt het audiobestand op de laptop van de gespreksleider gezet.
 - De gespreksleider transcribeert alle resultaten.
 4. Schriftelijke toestemming interview. Het toestemmingsformulier wordt getekend door de leerkracht.
 5. Start interview.
 6. Deelnemer bedanken voor de medewerking en vragen of ze mijn uiteindelijke resultaten willen inzien. Zo ja, desbetreffende gegevens opschrijven.
-

Opening

Dag meneer/mevrouw,

Wat fijn dat u er bent en wil meewerken aan dit onderzoek! Ik zal allereerst mezelf even kort voorstellen: mijn naam is Sharon Rijk, vierdejaars studente aan de Fontys Sporthogeschool te Eindhoven. Voor mijn afstudeeronderzoek ga ik de interventie nientje Beweegdiploma op de JOGG-scholen onder de loep nemen. Alle kinderen die het afgelopen jaar deelgenomen hebben aan nientje Beweegdiploma, hebben in de klas, samen met de onderzoeker, een vragenlijst ingevuld. Naast deze vragenlijst, wil ik ook graag de ervaringen en de wensen en behoeften van de leerkrachten, ten opzichte van het NBD, in kaart brengen. Op basis van deze antwoorden hoop ik het nientje Beweegdiploma te kunnen optimaliseren en naar een hoger niveau te brengen.

Om alle informatie van dit interview op de juiste manier te kunnen verwerken, worden er geluidsopnames gemaakt. Deze opnames zullen anoniem opgenomen worden en vertrouwelijk behandeld worden.

Ik zal alle vragen stellen aan de hand van deze handleiding. Het zullen voornamelijk open vragen zijn, waarbij alle antwoorden mogelijk zijn. Geen een antwoord is goed of fout!

Heeft u verder nog vragen of zijn er onduidelijkheden? Dan mag u deze nu stellen. Wanneer u akkoord gaat met deze manier van werken tijdens het interview, mag u het toestemmingsformulier ondertekenen en kunnen we starten met het interview.

Inhoud nijntje Beweegdiploma

1. Bent u bekend met de interventie nijntje Beweegdiploma?
Zo ja, wat houdt dit dan in? Zo niet, hoe komt dat?
2. Wat vond u van de inhoud van deze lessen?
Zijn er dingen over de inhoud van de lessen, die volgens u, veranderd moeten worden? Heeft u dingen gemist tijdens de les?
3. Weet u waarom JOGG juist deze beweegcursus aanbiedt op uw school?
Zo ja, wat is uw interpretatie daarbij? Zo nee, waarom niet?
4. Denkt u dat deze cursus een bijdrage levert aan een gezonde(re) leefstijl van de leerlingen? Zo ja, waarom en op welke wijze?
5. Wat vindt u van de duur, van 15 weken, van deze interventie?
En wat vindt u van de duur van de lessen, zijn ze te lang of te kort?
Eventuele na-traject van 6 lessen, met voorbereiding op GroenteStormt?
6. Wat vindt u ervan dat de kinderen iedere les huiswerkopdrachtjes mee naar huis krijgen? Wat vindt u er goed of fout aan?
Krijgt u er iets van mee of de leerlingen deze oefeningen ook thuis oefenen?
7. Hecht u waarde aan het feit dat JOGG-Venlo werkt met deze erkende interventie?
Zo ja, waarom? Zo nee, waarom niet?

Beweegfeest

8. Wat vond u van het nijntje Beweegfeest in de grote gymzaal?
Zijn er dingen over het beweegfeest, die volgens u, veranderd moeten worden?
Tips en tops zijn welkom.
9. Wat vindt u ervan dat de leerlingen aan het einde van het beweegfeest een diploma mee naar huis krijgen? Wat is hier de meerwaarde van?

Attitude

10. Zijn er volgens u voordelen aan het nijntje beweegdiploma?
Zo ja, wat zijn de voordelen dan?
11. Zijn er volgens u nadelen aan het nijntje beweegdiploma?
Zo ja, wat zijn de nadelen dan?
12. Wat denkt u dat het volgen van nijntje Beweegdiploma de leerling kan opleveren?
Wat levert dit uiteindelijk op voor het beweeggedrag van de leerlingen?

Subjectieve norm

Klasgenootjes

13. Denkt u dat de klasgenootjes invloed kunnen hebben op het beweeggedrag van elkaar?
Zo ja, op welke manier? Positief en/of negatief?

Leerkrachten

14. Bent u als leerkracht op de juiste manier betrokken tijdens de uitvoering van de les?
Zo ja, op welke manier dan?
Zo niet, wat heeft u nodig, om bijvoorbeeld de kinderen te motiveren? Leeft de interventie ook bij alle leerkrachten, bijvoorbeeld in de lerarenkamer?

Ouders

15. Wat vindt u van de ouderbetrokkenheid binnen deze interventie?
Worden de ouders genoeg betrokken bij deze interventie?
Zo ja, op welke manier dan?
Zo niet, waarom niet? En op welke manier zouden ze dan beter betrokken moeten worden?

Eigen effectiviteit

16. Wat heeft de leerling nog nodig om het optimale uit het nijntje Beweegdiploma te halen?
Waren oefeningen op het juiste niveau van de leerlingen opgesteld? Te makkelijk of te moeilijk?

Vaardigheden

17. Wat zou een leerling juist moeten kunnen om het nijntje Beweegdiploma te kunnen behalen? En wat is volgens u dan te oefenen tijdens de lessen?

Barrières

18. Wat zou er volgens u voor kunnen zorgen dat een leerling het nijntje Beweegdiploma niet haalt? Hoe zou u het dan kunnen voorkomen?

Extra op- of aanmerkingen m.b.t het nijntje Beweegdiploma

19. Heeft u nog eventuele vragen en/of opmerkingen, dan kunt u deze nu stellen.

8.9 Operationalisatieschema vragenlijst leerlingen JOGG-school

Onderzoeksvraag:

“Wat zijn de succesfactoren en de belemmeringen van het nijtje Beweegdiploma bij kinderen van 4 t/m 6 jaar op de JOGG-scholen in de JOGG-wijk Blerick-Noord?”

Definitie van begrip / concept (uit onderzoeksvraag)	Dimensie (begrippen uit de definitie van je concept)	Indicator (manier om je de dimensie te meten)	Vragen (waarmee je het antwoord kan meten)	Antwoordcategorieën
Algemeen kenmerken doelgroep	Kinderen	Categorie	Wat is het BMI van de leerling?	Gezond gewicht Obesitas
		Leeftijd	Hoe oud is de leerling?	4 jaar 5 jaar 6 jaar
		School	Op welke school zit de leerling?	BS de Regenboog SBO de Schans BS de Harlekijn BS de Klingerberg
		Groep	In welke groep zit de leerling?	Groep 2 Groep 3
		Geslacht	Is de leerling een meisje of jongen?	Meisje Jongen
		Nationaliteit	Is de leerling autochtoon of allochtoon?	Autochtoon Allochtoon
Nijntje Beweegdiploma	Bewegen	Bewegingsactiviteiten binnen het nijntje Beweegdiploma	Vind je klimmen en klauteren leuk?	Ja Nee
			Vind je springen leuk?	Ja Nee
			Vind je balanceren leuk?	Ja Nee

		Type activiteit	Vind je met de bal spelen leuk? Vind je kruipen leuk? Vind je koprollen leuk? Vind je dansen leuk? Wat vond je het aller leukst om te doen?	Ja Nee Ja Nee Ja Nee Ja Nee Klimmen en klauteren Springen Balanceren Met de bal spelen Kruipen Koprollen Dansen
Motivatatie	ASE-model	Attitude Subjectieve norm Eigen effectiviteit	Wat vond je van het nijntje Beweegfeest met mama en papa erbij? Wat moest er tijdens het feestje als traktatie gegeven worden? Wat vind je het lekkerst? Zou je nog een keer aan het nijntje Beweegdiploma mee willen doen?	Leuk Niet leuk Groente en fruit Snoepjes Wortel Komkommer Appel Banaan Ja Nee

8.10 Operationalisatieschema semigestructureerd interview leerkrachten

Onderzoeksvraag:

“Wat zijn de succesfactoren en de belemmeringen van het nijntje Beweegdiploma bij kinderen van 4 t/m 6 jaar op de JOGG-scholen in de JOGG-wijk Blerick-Noord?”

Definitie van begrip / concept (uit onderzoeksvraag)	Dimensie (begrippen uit de definitie van je concept)	Indicator (manier om je de dimensie te meten)	Vragen (waarmee je het antwoord kan meten)	Antwoordcategorieën
Algemene kenmerken doelgroep	Leerkrachten	Geslacht	Is de leerkracht een man of vrouw?	Man Vrouw
		School	Op welke school geeft de leerkracht les?	BS de Regenboog SBO de Schans BS de Harlekijn BS de Klingerberg
		Groep	In welke groep heeft de leerkracht vorig jaar les gegeven?	Groep 2A Groep 2B Groep 2C Groep 2D Groep A Groep B
Nijntje Beweegdiploma	Inhoud beweeglessen	Bekendheid	Bent u bekend met de interventie nijntje Beweegdiploma? Zo ja, wat houdt dit dan in? Zo niet, hoe komt dat?	Open vraag
		Inhoud	Wat vond u van de inhoud van deze lessen? Zijn er dingen over de inhoud van de lessen, die volgens u, veranderd moeten worden? Heeft u dingen gemist tijdens de les?	Open vraag

		Bijdrage	Weet u waarom JOGG juist deze beweegcursus aanbiedt op uw school? Zo ja, wat is uw interpretatie daarbij? Zo nee, waarom niet? Denkt u dat deze cursus een bijdrage levert aan een gezonde(re) leefstijl van de leerlingen? Zo ja, waarom en op welke wijze?	Open vraag
		Context	Wat vindt u van de duur, van 15 weken, van deze interventie? En wat vindt u van de duur van de lessen, zijn ze te lang of te kort? Eventuele na-traject van 6 lessen, met voorbereiding op GroenteStormt?	Open vraag
		Waarde	Wat vindt u ervan dat de kinderen iedere les huiswerkopdrachtjes mee naar huis krijgen? Wat vindt u er goed of fout aan? Krijgt u er iets van mee of de leerlingen deze oefeningen ook thuis oefenen?	Open vraag
			Hecht u waarde aan het feit dat JOGG-Venlo werkt met deze erkende interventie? Zo ja, waarom? Zo nee, waarom niet?	Open vraag
	Beweegfeest	Ervaring	Wat vond u van het nijntje Beweegfeest in de grote gymzaal? Zijn er dingen over het beweegfeest, die volgens u, veranderd moeten worden?	Open vraag
		Waarde	Wat vindt u ervan dat de leerlingen aan het einde van het beweegfeest een diploma mee naar huis krijgen? Wat is hier de meerwaarde van?	Open vraag

Motivatie	ASE-model Attitude	Voordelen	Zijn er volgens u voordelen aan het nijntje beweegdiploma? Zo ja, wat zijn de voordelen dan?	Open vraag
		Nadelen	Zijn er volgens u nadelen aan het nijntje beweegdiploma? Zo ja, wat zijn de nadelen dan?	Open vraag
		Oplevering	Wat denkt u dat het volgen van nijntje Beweegdiploma de leerling kan opleveren? Wat levert dit uiteindelijk op voor het beweeggedrag van de leerlingen?	Open vraag
	Subjectieve norm	Omgevingsfactoren Klasgenootjes	Denkt u dat de klasgenootjes invloed kunnen hebben op het beweeggedrag van elkaar? Zo ja, op welke manier? Positief en/of negatief?	Open vraag
		Leerkrachten	Bent u als leerkracht op de juiste manier betrokken tijdens de uitvoering van de les? Zo ja, op welke manier dan? Zo niet, wat heeft u nodig, om bijvoorbeeld de kinderen te motiveren? Leeft de interventie ook bij alle leerkrachten, bijvoorbeeld in de lerarenkamer?	Open vraag
		Ouders	Wat vindt u van de ouderbetrokkenheid binnen deze interventie? Worden de ouders genoeg betrokken bij deze interventie? Zo ja, op welke manier dan? Zo niet, waarom niet? En op welke manier zouden ze dan beter betrokken moeten worden?	Open vraag

	Eigen effectiviteit	Ervaringen delen	Wat heeft de leerling nog nodig om het optimale uit het nijntje Beweegdiploma te halen? Waren oefeningen op het juiste niveau van de leerlingen opgesteld? Te makkelijk of te moeilijk?	Open vraag
	Succesfactoren	Vaardigheden	Wat zou een leerling juist moeten kunnen om het nijntje Beweegdiploma te kunnen behalen? En wat is volgens u dan te oefenen tijdens de lessen?	Open vraag
	Belemmeringen	Barrières	Wat zou er volgens u voor kunnen zorgen dat een leerling het nijntje Beweegdiploma niet haalt? Hoe zou u het dan kunnen voorkomen?	Open vraag

8.11 Overzicht aantallen deelnemers onderzoek

BS de Regenboog

Leerlingen → 38
Meisjes → 18
Jongens → 20

Gezond gewicht → 24
Overgewicht/Obesitas → 14

Autochtoon → 23
Allochtoon → 15

5 jaar → 2
6 jaar → 36

Leerkrachten → 4 vrouwen

SBO de Schans

Leerlingen → 5
Meisjes → 2
Jongens → 3

Gezond gewicht → 3
Overgewicht/Obesitas → 2

Autochtoon → 4
Allochtoon → 1

5 jaar → 0
6 jaar → 5

Leerkrachten → 1 vrouw

BS de Harlekijn

Leerlingen → 28
Meisjes → 17
Jongens → 11

Gezond gewicht → 22
Overgewicht/Obesitas → 6

Autochtoon → 21
Allochtoon → 7

5 jaar → 11
6 jaar → 17

Leerkrachten → 3
(2 vrouwen en 1 man)

BS de Klingerberg

Leerlingen → 10
Meisjes → 7
Jongens → 3

Gezond gewicht → 8
Overgewicht/Obesitas → 2

Autochtoon → 5
Allochtoon → 5

5 jaar → 4
6 jaar → 6

Leerkrachten → 2
(1 vrouw en 1 man)

8.12 Overzicht chi-square en p-waardes SPSS

Vraag	Categorieën	Waarde Chi-Square	P-waarde
Wat vond je de aller-leukste activiteit om te doen?	Jongens vs. meisjes	$\chi^2 = 30,971$	$p = 0,001$
	Gezond gewicht vs. overgewicht/obesitas	$\chi^2 = 3,793$	$p = 0,705$
	Autochtoon vs. allochtoon	$\chi^2 = 8,649$	$p = 0,194$
	5 jaar vs. 6 jaar	$\chi^2 = 14,210$	$p = 0,027$
	Scholen	$\chi^2 = 10,279$	$p = 0,922$
Wat vond je van het nijntje Beweegfeest?	Jongens vs. meisjes	$\chi^2 = 2,439$	$p = 0,118$
	Gezond gewicht vs. overgewicht/obesitas	$\chi^2 = 0,863$	$p = 0,353$
	Autochtoon vs. allochtoon	$\chi^2 = 0,216$	$p = 0,642$
	5 jaar vs. 6 jaar	$\chi^2 = 0,545$	$p = 0,460$
	Scholen	$\chi^2 = 2,320$	$p = 0,509$
Wat moest er als traktatie gegeven worden?	Jongens vs. meisjes	$\chi^2 = 0,801$	$p = 0,371$
	Gezond gewicht vs. overgewicht/obesitas	$\chi^2 = 0,033$	$p = 0,856$
	Autochtoon vs. allochtoon	$\chi^2 = 0,980$	$p = 0,322$

	5 jaar vs. 6 jaar	$\chi^2 = 1,669$	p = 0,196
	Scholen	$\chi^2 = 2,029$	p = 0,566
Wat vind je de lekkerste groente/fruit?	Jongens vs. meisjes	$\chi^2 = 1,027$	p = 0,795
	Gezond gewicht vs. overgewicht/obesitas	$\chi^2 = 6,620$	p = 0,085
	Autochtoon vs. allochtoon	$\chi^2 = 3,507$	p = 0,320
	5 jaar vs. 6 jaar	$\chi^2 = 1,162$	p = 0,762
	Scholen	$\chi^2 = 19,874$	p = 0,019
Zou je nog eens deel willen nemen aan het nijtje Beweegdiploma?	Jongens vs. meisjes	$\chi^2 = 3,076$	p = 0,079
	Gezond gewicht vs. overgewicht/obesitas	$\chi^2 = 1,249$	p = 0,264
	Autochtoon vs. allochtoon	$\chi^2 = 0,935$	p = 0,334
	5 jaar vs. 6 jaar	$\chi^2 = 0,086$	p = 0,769
	Scholen	$\chi^2 = 2,273$	p = 0,518

Groen gearceerd betekent dat er een significant verschil gevonden is bij deze analyse. Bij alle andere analyses is geen significant verschil gevonden.