



TNO-rapport

TNO Kwaliteit van Leven

KvL/B&G/2007.019

Fieldlab bewegestimulering voor kinderen

TNO Kwaliteit van Leven is een dienstverlenende organisatie voor bedrijfsleven, zorg en overheid. Wij brengen innovaties tot stand, gericht op verbetering van gezondheid en menselijk functioneren door multidisciplinair onderzoek en advies. Samen met onze klanten vertalen wij nieuwe kennis in praktische toepassingen. TNO Kwaliteit van Leven onderscheidt haar activiteiten op de volgende terreinen: Arbeid, Chemie, Innovation Policy, Preventie en Zorg, Pharma en Voeding.

Preventie en Zorg werkt samen met publieke en private opdrachtgevers aan vernieuwingen en creatieve oplossingen om betaalbare en kwalitatief goede zorg bereikbaar te houden. Onze activiteiten richten zich dan ook op het monitoren van gezondheid en leefstijl, het bestuderen van determinanten van gezondheid, en het ontwikkelen, implementeren en evalueren van interventies.



Rapport opgesteld door:	TNO Kwaliteit van Leven
Auteurs:	Drs. S.I. de Vries Drs. M.W.A. Jongert Dr. Ir. I. Bakker
Aantal pagina's:	123
Opdrachtgever:	Ministerie van VWS
Projectnaam:	Vervolg ontwikkeling fieldlabs beweestimulering en pilot
Projectnummer:	031.10038
Datum:	15 februari 2007





TNO-rapport
KvL/B&G/2007.019

TNO Kwaliteit van Leven
Bewegen en Gezondheid
Wassenaarseweg 56
Postbus 2215
2301 CE Leiden

T 071 518 18 18
F 071 518 19 20



ISBN-13: 978-90-5986-227-2

Het kwaliteitssysteem van TNO Kwaliteit van Leven voldoet aan ISO 9001.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande toestemming van TNO.

Indien dit rapport in opdracht werd uitgebracht, wordt voor de rechten en verplichtingen van opdrachtgever en opdrachtnemer verwezen naar de Algemene Voorwaarden voor onderzoeksopdrachten aan TNO, dan wel de betreffende terzake tussen de partijen gesloten overeenkomst. Het ter inzage geven van het TNO-rapport aan direct belanghebbenden is toegestaan.

© 2007 TNO Kwaliteit van Leven





Samenvatting

Omdat lichaamsbeweging een bewezen positief effect heeft op de volksgezondheid en omdat een groot gedeelte van de Nederlandse bevolking te weinig beweegt heeft het Ministerie van VWS van bewegestimulering een beleidsspeerpunt gemaakt.

In 2005-2006 heeft het Ministerie van VWS aan TNO middelen ter beschikking gesteld voor de inventarisatie en ontwikkeling van protocollen voor een fieldlab bewegestimulering voor kinderen. Het opzetten van een fieldlab heeft voor het Ministerie van VWS enkele belangrijke voordelen, waaronder: het efficiënter gebruik maken van één (onderzoeks)infrastructuur voor het evalueren van lokale bewegestimuleringsinterventies, het ontwikkelen, uittesten en evalueren van nieuwe bewegestimuleringsinterventies en het creëren van een broedplaats en proeftuin voor innovaties.

Binnen het huidige project is een verdiepingsslag gemaakt ten opzichte van het eerder uitgevoerde project over de inventarisatie en ontwikkeling van protocollen. De belangrijkste activiteiten van TNO Kwaliteit van Leven binnen het huidige project waren achtereenvolgens:

1. Het uitvoeren van een pilot met de ontwikkelde concept protocollen in samenwerking met de Fontys Sporthogeschool, de GGD West-Brabant, de GGD Hart van Brabant en 25 basisscholen in de provincie Noord-Brabant.
2. Het aanpassen van de concept protocollen op basis van de ervaringen uit de pilot.
3. Het omzetten van de op papier ontwikkelde protocollen in concept web-based registratiemethoden.
4. Het inventariseren van beschikbare fitheidstesten voor kinderen van 4-18 jaar.
5. Het aanschaffen van meetapparatuur die gebruikt kan worden om overgewicht en lichamelijke activiteit betrouwbaar op locatie te meten.

De gelegenheid deed zich voor om de vragenlijst uit de pilot op 25 basisscholen ook uit te testen op een VMBO-school. Het testen van deze vragenlijsten is in web-based vorm gedaan.

De twee pilots hebben waardevolle informatie opgeleverd over problemen waar men tegen aan loopt tijdens het evalueren van lokale bewegestimuleringsinterventies. Op basis hiervan wordt in dit rapport een aantal aanbevelingen gedaan op het gebied van *beleid* (o.a. betere afstemming, samenwerking en communicatie tussen betrokken partijen), *interventieprogramma's* (o.a. voorkomen van selectieve deelname van scholen en leerlingen aan onderzoek door betere afstemming en communicatie en meer aandacht voor (effectieve vormen van) bewegestimulering binnen de opleiding voor docenten lichamelijke opvoeding) en *onderzoek* (o.a. aanschaffen van goede apparatuur voor meten van lengte en gewicht en omzetten van schriftelijke in web-based vragenlijsten).





TNO-rapport | KvL/B&G/2007.019





Inhoud

Samenvatting

1 Inleiding — 7

- 1.1 Trends in het beweeggedrag van de Nederlandse bevolking — 7
- 1.2 Fieldlab breedtesport — 8
- 1.3 Invitational Meeting fieldlab breedtesport — 9
- 1.4 Inventarisatie van protocollen — 10
- 1.5 Projectbeschrijving — 11
- 1.6 Procesevaluatie (pilot en aanpassing) van protocollen — 11
- 1.7 Ontwikkeling en pilot van web-based vragenlijsten — 12
- 1.8 Inventarisatie van fitheidstesten — 13
- 1.9 Aanschaf meetapparatuur — 14
- 1.10 Leeswijzer — 16

2 Pilot onder basisscholieren in Noord-Brabant 17

- 2.1 Opzet en uitvoering van de pilot — 17
- 2.2 Procesevaluatie — 19
- 2.3 Bevindingen procesevaluatie — 19
 - 2.3.1 Algemene bevindingen — 19
 - 2.3.2 Protocol voor het meten van lengte en gewicht — 21
 - 2.3.3 Schriftelijke vragenlijst — 22
 - 2.3.4 Schoolscan — 24
 - 2.3.5 Wijkscan — 24

3 Pilot onder VMBO-leerlingen in Rotterdam — 27

- 3.1 Opzet en uitvoering van de pilot — 27
- 3.2 Procesevaluatie — 27
- 3.3 Bevindingen procesevaluatie — 27
 - 3.3.1 Web-based vragenlijst — 27

4 Conclusies en aanbevelingen — 35

5 Referenties — 43





Bijlagen — 45

- A Vragen semi-gestructureerd interview pilot Noord-Brabant — 47
- B Protocol voor het meten van lengte en gewicht
bij kinderen (4 t/m 12 jaar) — 51
- C Schriftelijke vragenlijst pilot Noord-Brabant — 53
- D Respons op de schriftelijke vragenlijst per vraag — 65
- E Schoolscan pilot Noord-Brabant — 67
- F Wijkscan pilot Noord-Brabant — 77
- G Vragen semi-gestructureerd interview pilot Rotterdam — 87
- H Web-based vragenlijst pilot Rotterdam — 89
- I Handleiding web-based vragenlijst pilot Rotterdam — 111
- J Verslag 'invitational meeting' 2006 fieldlab breedtesport — 119





1. Inleiding

1.1 Trends in het beweeggedrag van de Nederlandse bevolking

Elke twee jaar publiceert TNO Kwaliteit van Leven het Trendrapport Bewegen en Gezondheid. Op basis van telefonische interviews onder een steekproef van 8.000 mensen van 12 jaar en ouder worden trends met betrekking tot bewegen, overgewicht en de determinanten hiervan gemonitord. Deze monitor, de Monitor Bewegen en Gezondheid, is geïntegreerd in de Monitor Ongevallen en Bewegen in Nederland (OBiN). De OBiN monitor levert belangrijke cijfers over trends in Nederland op gebied van zowel lichamelijke activiteit als van sportblessures en -ongevallen. De trendrapportages geven sturing en onderbouwing aan het beleid van het Ministerie van VWS op het gebied van beweegstimulering.

Uit de laatste OBiN cijfers (2004) blijkt dat circa 40% van de *volwassenen* te weinig beweegt om de gezondheid positief te beïnvloeden of om de lichamelijke fitheid te verbeteren (Ooijendijk et al., 2005). De helft (49%) van de volwassenen haalt de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB)¹ niet, 76% haalt de Fitnorm² niet en 40% voldoet niet aan de Combinorm³.

Voor de *jeugd* gelden andere normen dan voor volwassenen. Kinderen en adolescenten moeten elke dag minimaal 60 minuten matig inspannend actief zijn. Gegevens over het percentage kinderen en adolescenten dat aan de NNGB voldoet geven een sterk wisselend beeld. Zo voldoet 30% van de jeugd (12-17 jaar) uit de OBiN-steekproef aan de 30 minuten norm⁴. Uit onderzoek van Zeijl et al. (2005) komt naar voren dat 20% van de 8-12 jarigen aan de 60 minuten norm voldoet. In een onderzoek van Bruil et al. (2004) is daarentegen gevonden dat zo'n 80% van de basisscholieren de 60 minuten norm haalt. Uit onderzoek van De Vries et al. (2005) komt naar voren dat slechts 3% van de kinderen aan de 60 minuten norm voldoet. Het ging hier om kinderen uit stadsvernieuwingswijken. Het percentage normactieven hangt niet alleen af van de onderzoeksgroep (bijv. basisscholieren versus middelbare scholieren of stadskinderen versus plattelandskinderen), maar ook van de definitie en operationalisatie van de beweegnorm en de gehanteerde meetmethode (bijv. vragenlijst, beweegdagboekje of beweegmeter). Zo is in het onderzoek van Zeijl et al. (2005) de vraag gesteld 'Hoe vaak per week doe je tenminste een uur aan lichaamsbeweging?'. In het onderzoek van Bruil et al. (2004) is op basis van vragen over transport, schoolsport, sport, buitenspelen en inactiviteit (tv kijken, computeren) nagegaan of een kind al dan niet aan de NNGB voldoet.

¹ NNGB: 30 minuten per dag tenminste matig inspannende activiteiten op tenminste vijf dagen van de week (Kemper et al., 2000).

² Fitnorm: minstens 3 maal per week 20 minuten inspannende lichaamsbeweging.

³ Combinorm: voldoet aan de NNGB en/ of de Fitnorm.

⁴ Vanaf januari 2006 wordt in de OBiN expliciet gevraagd naar de 60 minuten norm.





Het onderzoek van De Vries et al. (2005) is gebaseerd op een beweegdagboekje dat de kinderen 7 dagen samen met hun ouders bijhielden. Sommigen van hen droegen ook een beweegmeter. Hoewel de cijfers zeer uiteenlopen, is het duidelijk dat een nog te gering percentage van de jeugd aan de beweegnorm voldoet.

Omdat lichaamsbeweging een bewezen positief effect heeft op de volksgezondheid en omdat een groot gedeelte van de Nederlandse bevolking te weinig beweegt heeft het Ministerie van VWS van bewegestimulering een beleidsspeerpunt gemaakt (Nota Sport, Bewegen en Gezondheid, 2001; Nota Tijd voor Sport, 2005). Dit is ook terug te zien in o.a. het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen, de alliantie tussen NOC*NSF en de Ministeries van VWS en OC&W (alliantie School & Sport) en de tijdelijke stimuleringsregeling Buurt, Onderwijs en Sport (BOS), de BOS-impuls.

In het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen zijn specifieke doelgroepen beschreven waar nog aanzienlijke bewegewinst te behalen is, waaronder jeugd, ouderen, mensen met een lage opleiding, niet werkenden, scholieren/studenten, mensen die niet aan sport doen en mensen met langdurige aandoeningen.

Binnen de alliantie School & Sport spelen opvoeden door schoolsport en het stimuleren van lokale samenwerking tussen scholen, sportverenigingen en sportorganisaties een belangrijke rol.

De BOS-impuls kan gezien worden als opvolger van de in 1999 gestarte breedtesport-impuls. De BOS-impuls is in oktober 2004 in werking getreden en is erop gericht gemeenten te ondersteunen bij de inzet van sport en bewegen bij de integrale aanpak van achterstanden van jeugdigen van 4 tot 19 jaar.

Het vernieuwen van het lokale sportaanbod, het verbeteren van de toegankelijkheid van bestaande sportvoorzieningen en het wegwerken van de achterstand in sportdeelname door allochtone jeugd zijn belangrijke aandachtsgebieden van het Ministerie van VWS (Nota Tijd voor Sport, 2005; Wendel-Vos et al., 2005). Gemeenten hebben hierbij een lokale verantwoordelijkheid.

1.2 Fieldlab breedtesport

In 2005-2006 heeft het Ministerie van VWS aan TNO middelen ter beschikking gesteld voor de inventarisatie en ontwikkeling van protocollen voor een *fieldlab bewegestimulering voor kinderen*. Het opzetten van een fieldlab heeft voor het Ministerie van VWS enkele belangrijke voordelen.

- Om vast te stellen wat de meest effectieve (beweegstimulerings)interventies zijn is het noodzakelijk om de verschillende interventies met elkaar te kunnen vergelijken. Het gebruik van uniforme methodiek is hiervoor gewenst. Op basis van effect-evaluaties kan het Ministerie van VWS de beschikbare middelen zo effectief mogelijk inzetten bij het realiseren van haar beleidsdoelstellingen.





- Het uitvoeren van onderzoek in verschillende steden wordt efficiënter als er gebruik kan worden gemaakt van één (onderzoeks)infrastructuur.
- De resultaten van de verschillende effectmetingen zouden gekoppeld kunnen worden aan landelijke monitoringsystemen zoals OBiN en de Lokale en Nationale Monitor Jeugd- en Volksgezondheid.

Het fieldlab beweegstimulering voor kinderen kan in de toekomst worden verbreed tot een *fieldlab breedtesport* (in samenwerking met o.a. NOC*NSF) waarin ook de volgende aspecten aan bod komen:

- Het ontwikkelen, uittesten en evalueren van nieuwe beweegstimuleringsinterventies (bijv. Community Based Interventions en BOS-projecten).
- Het creëren van een broedplaats en proeftuin voor innovaties. In een fieldlab omgeving kunnen nieuwe producten en/of diensten eerder tot stand komen doordat de verschillende partijen hierin vanuit een duurzame structuur samenwerken.

Op dit moment is er voor een dergelijke opzet belangstelling getoond door de Gemeente Eindhoven, de Stichting Sports & Technology en de Provincie Noord-Brabant. Ook binnen het bedrijfsleven is een toenemende aandacht voor beweegstimulering en de bestrijding van overgewicht. Hierbij kan gedacht worden aan grote fastfood ketens, supermarkten, de voedingsindustrie (snoep, zuivel, frisdranken), speeltoestellen leveranciers en de gaming industrie. Een voorstel voor de verdere uitbouw van het fieldlab in het kader van Innosport NL wordt momenteel uitgewerkt door TNO in samenwerking met andere kennisinstituten, NOC*NSF en bedrijven.

1.3 Invitational Meeting fieldlab breedtesport

In de voorgaande paragraaf is beschreven dat het fieldlab beweegstimulering voor kinderen in de toekomst verbreed kan worden tot een fieldlab breedtesport. In het voorjaar van 2006 bleek het mogelijk om samen met de Gemeente Eindhoven, sportcomplex Eindhoven Noord en de Stichting Sports & Technology een 'invitational meeting' te organiseren. Deze bijeenkomst werd mede mogelijk gemaakt door een bijdrage vanuit het Ministerie van VWS vanuit de doelfinanciering voor TNO (KIP 2006: Beweginginterventies, onderdeel van TNO doelfinancieringsprogramma Bewegen en Gezondheid).

Deze 'invitational meeting' behoorde niet tot het oorspronkelijke projectplan van het voorliggende onderzoek, maar is als extra activiteit uitgevoerd. Het organiseren van deze meeting was echter al wel opgenomen in de lange termijn planning.

Een verslag van deze 'invitational meeting' die op 21 maart 2006 plaatsvond in sportcomplex Eindhoven Noord en een deelnemerslijst zijn opgenomen in bijlage J. Gastheer bij deze bijeenkomst was de districtsmanager van het Sportcomplex Eindhoven Noord (Henny Beekwilder), Hans van Breukelen trad op als dagvoorzitter. Bij de bijeen-





komst waren vertegenwoordigers vanuit kennisinstellingen (TNO, Vrije Universiteit/EMGO instituut, Technische Universiteit Eindhoven, Fontys Sporthogeschool, Haagse Hogeschool), Sport, Overheid en Bedrijfsleven (speeltoestellen branche) aanwezig.

De 'invitational meeting' was een eerste stap om nadere invulling te geven aan de totstandkoming van het fieldlab breedtesport. Inmiddels wordt er in Eindhoven hard gewerkt aan de realisatie van een dergelijk fieldlab; er zijn zelfs al verschillende projecten uitgevoerd in dit fieldlab in 'opbouw'.

1.4 Inventarisatie van protocollen

In 2005-2006 heeft TNO Kwaliteit van Leven een eerste inventarisatie uitgevoerd naar protocollen die gebruikt kunnen worden bij het opzetten en evalueren van lokaal uitgevoerde leefstijlinterventies voor kinderen (Bakker et al., 2006). Aangezien er nog geen breed toepasbaar instrument is voor de evaluatie van leefstijlinterventies in brede zin, zijn er meetmethoden en protocollen geïnventariseerd voor afzonderlijke onderwerpen, waaronder bewegen, sport, fitheid, motoriek, voeding, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van bewegen en voeding, overgewicht, blessures en ongevallen, kwaliteit van leven, sport- en beweegaanbod, gebouwde omgeving en sociale veiligheid.

De protocollen kunnen voor verschillende soorten onderzoeken gebruikt worden, bijvoorbeeld voor onderzoek ten behoeve van:

- De opzet en evaluatie van beweeg- en voedingsinterventies uitgevoerd bij verschillende doelgroepen, bijvoorbeeld kinderen in kleine en grote steden, allochtone en autochtone kinderen, kinderen met een hoge versus lage sociaal economische status en evaluatie van BOS-projecten (Ministerie van VWS);
- De evaluatie van het beweeggedrag van kinderen op scholen met en zonder vakleerkracht lichamelijke opvoeding, evaluatie van de effecten van extra lessen lichamelijke opvoeding of het toevoegen van sport tijdens tussen- of naschoolse opvang (Ministerie van OC&W);
- De evaluatie van wijkverbeteringsprojecten (Ministerie van VROM);
- De evaluatie van product innovaties op het gebied van leefstijl (Ministerie van EZ).

In aanvulling op deze inventarisatie is in 2006-2007 op verzoek van het Ministerie van VWS een tweede inventarisatie uitgevoerd specifiek ten behoeve van het evalueren van BOS-projecten op het gebied van de achterstanden leefbaarheid, sociale samenhang en overlast en tevredenheid over, samenwerking tijdens en continuering van BOS-projecten (Bakker et al., 2007 in druk).

1.5 Projectbeschrijving

Bij het aanvragen van de middelen voor het fieldlab door TNO (in 2005) is reeds aangegeven dat het de bedoeling was om het fieldlab in 2006 verder uit te bouwen. Binnen het huidige project is een verdiepingsslag gemaakt ten opzichte van het eerder uitgevoerde project voor de inventarisatie en ontwikkeling van protocollen voor het opzetten en evalueren van lokaal uitgevoerde leefstijlinterventies voor kinderen (Bakker et al., 2006).

Binnen het huidige project is aan deze uitbouw nader vorm gegeven.

De belangrijkste activiteiten van TNO Kwaliteit van Leven binnen het project waren achtereenvolgens:

1. Het uitvoeren van een pilot met de ontwikkelde concept protocollen in samenwerking met de Fontys Sporthogeschool, de GGD West-Brabant, de GGD Hart van Brabant en 25 basisscholen in de provincie Noord-Brabant. Bij deze pilot ligt het accent op de procesevaluatie; hierin is bekeken of de ontwikkelde concept protocollen in de praktijk (op locatie) bruikbaar zijn.
2. Het eventueel aanpassen van de concept protocollen op basis van de ervaringen uit de pilot.
3. Het omzetten van de op papier ontwikkelde protocollen in concept web-based registratiemethoden.
4. Het inventariseren van beschikbare fitheidstesten voor kinderen van 4-18 jaar die gebruikt kunnen worden voor het evalueren van beweegstimuleringsinterventies op de lichamelijke fitheid van kinderen.
5. Het aanschaffen van meetapparatuur die gebruikt kan worden om overgewicht en lichamelijke activiteit betrouwbaar op locatie te meten; deze apparatuur kan ingezet worden bij lokale beweegstimuleringsinterventies.

De verschillende werkzaamheden zullen in onderstaande paragrafen kort toegelicht worden.

1.6 Procesevaluatie (pilot en aanpassing) van protocollen

Een van de doelen van het huidige onderzoek was om een aantal van de protocollen uit de inventarisatie in 2005-2006 in de praktijk uit te testen en waar nodig aan te passen. Het betrof:

- Een protocol voor het meten van lengte en gewicht bij kinderen.
- Een schriftelijke vragenlijst voor kinderen over achtergrondgegevens, het beweeggedrag, kennis ten aanzien van voeding en kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van sporten en bewegen.
- Een schriftelijke vragenlijst voor basisscholen over het sport- en beweegaanbod op school.



- Een checklist voor studenten over het sport- en beweegaanbod in de wijk en andere wijkenmerken die relevant worden geacht voor kinderen.

De pilot is uitgevoerd is samenwerking met de Fontys Sporthogeschool, GGD West-Brabant en GGD Hart van Brabant. De protocollen zijn uitgetest op 25 basisscholen in de provincie Noord-Brabant. Vervolgens zijn de protocollen waar nodig aangepast.

In het projectplan was uitsluitend een pilot gepland op basisscholen. De gelegenheid deed zich echter voor om de vragenlijsten ook uit te testen op een VMBO-school. Het testen van deze vragenlijsten is in web-based vorm uitgevoerd (zie hoofdstuk 3). Gezien het grote belang dat binnen de beweegstimulering gehecht wordt aan VMBO-leerlingen is deze kans met beide handen aangegrepen. Het vormt een belangrijke aanvulling op dit project. Het uittesten van de web-based vragenlijsten op het VMBO is mogelijk geworden door een samenwerking met de Gemeente Rotterdam.

1.7 Ontwikkeling en pilot van web-based vragenlijsten

De schriftelijke vragenlijst uit de pilot in Noord-Brabant is omgezet in een web-based vragenlijst voor basisscholieren. Voordelen van een web-based vragenlijst ten opzichte van een schriftelijke vragenlijst zijn:

- Bij het verzamelen van de gegevens wordt de invoer meteen gecontroleerd; als ongeldige of onduidelijke gegevens zijn ingevoerd, krijgt de invuller meteen een foutmelding en kan de invoer worden aangepast. Bij het invullen van schriftelijke vragenlijsten moet vaak achteraf opnieuw contact worden gezocht met de invuller om fouten of onduidelijkheden te corrigeren.
- Een web-based vragenlijst is gekoppeld aan één centrale database. De vragenlijsten hoeven niet meer lokaal verzameld worden en opgestuurd worden naar de centrale locatie waar de gegevens ingevoerd worden. Omdat de gegevens niet meer handmatig ingevoerd hoeven te worden, worden invoerfouten voorkomen. Bovendien scheelt het aanzienlijk in tijd. Ook wordt het eenvoudiger om de gegevens te analyseren. Er is één uniform bestand waarop zowel analyses op lokaal als op geaggregeerd niveau kunnen plaatsvinden.
- Er kan informatie voor de deelnemers via de website ter beschikking worden gesteld. De informatie kan voortdurend bij de tijd worden gehouden, zonder dat deze elke keer aan alle deelnemers hoeft te worden toegezonden. Deelnemers kunnen de informatie op het beeldscherm bekijken; alleen als het nodig is kan een deel van de informatie op papier worden afgedrukt.
- Er kan een terugkoppeling worden ingebouwd – scholen zouden een overzicht van hun eigen gegevens kunnen terugkrijgen, of een geanonimiseerd overzicht van de gegevens van alle deelnemers, of alle deelnemers in hun regio, enzovoorts, zodat ze zich een beeld kunnen vormen van hun situatie in vergelijking met anderen.





Bij elk rapport is ten behoeve van de opdrachtgever (het Ministerie van VWS) (als losse inleg) een link bijgesloten met enkele usernames en passwords om toegang te krijgen tot een demo versie van de web-based vragenlijst die voor basisscholieren is ontwikkeld.

De web-based vragenlijsten voor het basisonderwijs, zoals deze binnen dit project zijn ontwikkeld, zijn inmiddels al ingezet binnen de projecten:

- Scoren voor gezondheid
- Evaluatie van aanpassing van het schoolplein binnen Oldenzaal, Basisschool de Bongerd

Naast de web-based vragenlijsten ten behoeve van het basisonderwijs is inmiddels ook een versie van deze web-based vragenlijsten ontwikkeld ten behoeve van het VMBO. Deze versie is uitgetest en inmiddels ingezet op een VMBO-school in Rotterdam. Deze vragenlijst bevat vragen over achtergrondgegevens, het beweeg- en voedinggedrag en kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van sporten, bewegen en voeding.

1.8 Inventarisatie van fitheidstesten

Bij het uitvoeren van beweegstimuleringsprojecten voor kinderen wordt frequent gebruik gemaakt van fitheidstesten om vast te stellen of extra lichaamsbeweging leidt tot een toename van de fysieke fitheid. Veelal wordt hierbij gekeken naar verbeteringen op de grondmotorische eigenschappen (uithoudingsvermogen, kracht, lenigheid, snelheid en coördinatie). Ook vormen fitheidstesten vaak een onderdeel binnen de lessen lichamelijke opvoeding. Hierbij worden deze testen periodiek afgenomen om veranderingen in de lichamelijke fitheid van kinderen op basis- en voortgezet onderwijs in de tijd te kunnen bepalen.

Er is vanuit het werkveld behoefte aan een overzichtelijke inventarisatie van veel gebruikte fitheidstesten voor kinderen van 4-18 jaar. De resultaten van deze inventarisatie heeft TNO beschreven in een apart rapport ('Fitheidstesten voor de jeugd' Vrijkotte, De Vries & Jongert, 2007). In dit rapport wordt een overzicht gegeven van diverse testen en testbatterijen voor het meten van de grondmotorische eigenschappen: uithoudingsvermogen, snelheid, kracht, lenigheid en coördinatie bij kinderen.

Er worden vijftien testen besproken om het uithoudingsvermogen te meten, zes voor snelheid, dertien voor kracht, drie voor lenigheid, drie voor coördinatie en één voor balans. Daarnaast worden er acht testbatterijen besproken. Per test wordt ingegaan op het doel van de test, de doelgroep, de uitvoering, de benodigde materialen, de beschikbaarheid van referentiewaarden voor Nederlandse kinderen en de betrouwbaarheid en validiteit van de test.

Het selecteren van een geschikte fitheidstest is niet eenvoudig. Daarom wordt in het rapport stilgestaan bij de wijze waarop men, uit het grote aanbod aan fitheidstesten,



de meest geschikte test kan selecteren. Er zijn verschillende factoren van invloed op de testkeuze. Denk hierbij aan de doelgroep, het testdoel en de testeisen. Allereerst wordt de exacte doelgroep vastgesteld. Daarna is de bepaling van het testdoel de eerste afweging die moet worden gemaakt. Testdoelen kunnen zijn: het bepalen van de belastbaarheid, het evalueren van effecten van wetenschappelijk onderzoek, het doen van diagnostisch onderzoek en andere doelen zoals het geven van voorlichting, het motiveren van mensen en het verlagen van drempels om meer te gaan sporten of bewegen. Wanneer het testdoel duidelijk is, moet bepaald worden welke testeisen er gesteld worden. Testeisen zijn: betrouwbaarheid, validiteit, uitvoerbaarheid, beschikbaarheid van referentiewaarden, duur en kosten van de test. Het belang van de verschillende testeisen moet onderkend worden en op basis hiervan kan een uiteindelijke keuze voor een bepaalde test worden gemaakt.

In het projectplan is aangegeven dat het verzamelen van referentiewaarden mogelijk in de toekomst nog uitgevoerd zou kunnen worden. Het is echter binnen het huidige project al gelukt om een overzicht te maken van de beschikbare referentiewaarden en normtabellen van veel gebruikte fitheidstesten voor kinderen van 4-18 jaar.

Om verspreiding van de inventarisatie van de fitheidstesten voor kinderen mogelijk te maken is hierover een apart rapport geschreven. Dit rapport is interessant voor mensen die zich beroepsmatig of vanuit interesse bezighouden met sport- en beweegactiviteiten voor de jeugd, zoals bewegingswetenschappers, fysiotherapeuten, (sport)artsen, docenten lichamelijke opvoeding en trainers van sportclubs- en/ of sportbonden.

1.9 Aanschaf meetapparatuur

Gedurende het project is gebleken dat de beschikbaarheid van goede en betrouwbare meetapparatuur een drempel vormt bij het uitvoeren van effectevaluaties bij beweegstimuleringsprojecten (zie o.a. hoofdstuk 2). Daarom is in dit project ook de bekostiging meegenomen van de aanschaf van meetapparatuur die gebruikt kan worden om overgewicht en lichamelijke activiteit betrouwbaar op locatie te meten, bij lokale beweegstimuleringsinterventies.

De specifiek voor het fieldlab aangeschafte apparatuur omvat (volgens het projectplan):

- 5 stadiometers, bij voorkeur zijn deze vrij in de ruimte opstelbaar en eenvoudig te vervoeren in demontabele vorm.
- 5 weegschalen, die betrouwbaar kunnen meten tot op 0,1 kg nauwkeurig en met een bereik tot tenminste 150 kg.
- 1 huidplooiometer, bij voorkeur Harpenden skinfold Caliper, die aflezen tot 0,1 cm nauwkeurig mogelijk maakt.





- 30 ActiGraph versnellingsmeters. Omdat veel kinderen het moeilijk vinden om zich te herinneren wat ze waar, wanneer, hoe lang en hoe intensief hebben gedaan, wordt steeds vaker gebruik gemaakt van beweegmeters. Dit zijn kleine apparaatjes ter grootte van een luciferdoosje die het aantal stappen of versnellingen meten. Beweegmeters kunnen de lichamelijke activiteit van kinderen objectiever meten dan met behulp van vragenlijsten. Momenteel lijkt de ActiGraph de meest geschikte versnellingsmeter. Er is meer dan voldoende bewijs dat de ActiGraph een goede betrouwbaarheid, validiteit en bruikbaarheid heeft bij kinderen en adolescenten (De Vries et al., 2006).

De specifieke eisen waaraan de genoemde apparatuur moet voldoen zijn bij de uitvoering van het project, o.a. op basis van de ervaringen in de pilot in Noord-Brabant nog wat nader aangescherpt.

Stadiometers

Criteria:

- met een eigen voet (waar je op gaat staan)
- met een vaste bevestiging aan een verticale stang, waardoor de lengtemeter niet aan de muur bevestigd hoeft te worden
- meetbereik: 0 - 220 cm
- op 1 mm nauwkeurig
- gemakkelijk vervoerbaar; maximaal gewicht stadiometer: 7.5 kg
- vervoerbaar in de kofferbak van een middenklasse auto
- voldoende stabiel

Het is een aanbeveling als de stadiometer een bijpassende koffer heeft waarin deze ingepakt en vervoerd kan worden.

Weegschalen

Criteria:

- meetbereik: 0 – 150 kg
- ijkbaar
- gemakkelijk vervoerbaar
- niet te gevoelig voor verplaatsing
- op 100 gram nauwkeurig
- digitaal afleesbaar
- geschikt om te meten op verschillende ondergronden

Daarnaast is besloten om 30 ActiGraph versnellingsmeters en een huidplooiometer (Harpenden skinfold Caliper) aan te schaffen.

Deze meetapparatuur vormt een belangrijke aanvulling op de ontwikkelde protocollen. Zij kunnen concreet ingezet worden bij effectevaluaties van beweegstimulerings-



interventies. TNO beschikt over de kennis om de protocollen en de meetapparatuur op de juiste wijze in te zetten en om de data te analyseren en rapporteren.

Een deel van de beschikbare apparatuur is al ingezet in projecten:

- weegschaal en stadiometer, binnen de evaluatie van aanpassing van het schoolplein in Oldenzaal, Basisschool de Bongerd
- ActiGraph versnellingsmeters, binnen Generation R (Bleeker et al., 2006), playground van de toekomst, Gezond dansen en evaluatie laser-squash

1.10 Leeswijzer

De projectresultaten worden gepresenteerd in zes verschillende delen:

1. verslag van het project fieldlab 2006 (het voorliggende document)
2. verslag van de 'invitational meeting' fieldlab breedtesport (zie bijlage bij dit document)
3. inventarisatie van de fitheidstesten (zie rapport 'Fitheidstesten voor de jeugd' van Vrijkotte, De Vries & Jongert, 2007 in druk)
4. verslag van het project 'Gezond bewegen voor groep 7 en 8' (zie rapport 'Gezond bewegen in groep 7 en 8' van Volgelsang et al., 2006)
5. procesevaluatie protocollen (het voorliggende document)
6. demo van de web-based vragenlijsten (te benaderen met unieke username en password te verschaffen door TNO)

In het voorliggende document staan de bevindingen van de pilot in Noord-Brabant onder basisscholieren beschreven in hoofdstuk 2. In hoofdstuk 3 staan de bevindingen van de pilot in Rotterdam onder VMBO-leerlingen. Tot slot wordt in hoofdstuk 4 een aantal conclusies getrokken en worden aanbevelingen gedaan naar aanleiding van beide pilots. De protocollen zijn te vinden in de bijlagen. In de bijlage is ook het verslag van de 'invitational meeting' fieldlab breedtesport te vinden.



2 Pilot onder basisscholieren in Noord-Brabant

2.1 Opzet en uitvoering van de pilot

De eerste pilot is uitgevoerd onder ruim 1.000 leerlingen uit groep 7 en 8 van 25 basisscholen in de provincie Noord-Brabant. De pilot was ingebed in het project 'Gezond bewegen voor groep 7 en 8'. Dit project werd gecoördineerd door een stuurgroep van 7 vierdejaars studenten van de Fontys Sporthogeschool. Ieder stuurgroep lid begeleidde een deelprojectgroep van 4 à 5 derdejaars studenten bij het ontwikkelen, opzetten, uitvoeren en evalueren van beweegprogramma's op 23 van de 25 scholen. Twee scholen fungeerden als controlescholen. Op deze scholen zijn eveneens metingen uitgevoerd, maar hebben de leerlingen uit groep 7 en 8 niet deelgenomen aan een beweegprogramma. In totaal hebben er 34 studenten van de Fontys Sporthogeschool aan het project meegewerkt. Het project is uitgevoerd in samenwerking met de GGD West-Brabant en de GGD Hart van Brabant.

Het voornaamste doel voor de stuurgroep van de Fontys Sporthogeschool was om ervaring op te doen in het begeleiden van derdejaars studenten bij het uitvoeren van een project op basisscholen en het communiceren met de opdrachtgevers van het project (Fontys Sporthogeschool, TNO Kwaliteit van Leven, GGD West-Brabant en GGD Hart van Brabant).

Het primaire doel voor de derdejaars studenten van de Fontys Sporthogeschool was om ervaring op te doen in het ontwikkelen, opzetten, uitvoeren en evalueren van beweegprogramma's voor basisscholieren. Het evalueren van de door de studenten van de Sporthogeschool ontwikkelde en uitgevoerde beweegprogramma's was geen onderdeel van de pilot binnen dit project. Wel kon TNO door het uitvoeren van de pilot inzicht krijgen in de kwaliteit en inhoud van de beweegprogramma's. Wat hierbij opviel is dat de kwaliteit van de ontwikkelde programma's zeer uiteenliep.

Kennis over het planmatig opzetten van een programma voor beweegstimulering lijkt onvoldoende aanwezig te zijn bij studenten in het derde en vierde jaar van de opleiding tot vakleerkracht lichamelijke opvoeding. De door de studenten ontwikkelde en uitgevoerde beweegprogramma's waren meer gericht op het aanbieden van extra beweegactiviteiten in en om school dan om beweegstimulering in meer brede zin.

Uit de toelichting van de studenten op de door hen ontwikkelde beweegprogramma's, is gebleken dat er impliciet vanuit wordt gegaan dat elk lesuur lichamelijke opvoeding garant staat voor een uur bewegen op het niveau van de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. Bij de meeste beweegprogramma's die door de studenten zijn ontwikkeld is niet expliciet gewerkt aan de transfer van lichamelijke activiteiten naar het dagelijks leven, het ontwikkelen van een actieve leefstijl. Er was een relatief grote nadruk op sportactiviteiten, echter zonder dat er expliciet getracht werd de participatie aan de georganiseerde sport te verhogen.





Aanbeveling: *Studenten en mogelijk ook vakleerkrachten lichamelijke opvoeding zouden gebaat zijn bij een lijstje met criteria waaraan goede beweeg(stimulerings) programma's zouden moeten voldoen.*

De uitkomsten van het project staan beschreven in het rapport 'Gezond bewegen in groep 7 en 8' dat door de stuurgroep is geschreven (Volgelsang et al., 2006). Er waren grote verschillen in de door de studenten gevonden resultaten van de verschillende beweegprogramma's op bijvoorbeeld overgewicht. Doordat er in een aantal gevallen gewerkt is met apparatuur die niet betrouwbaar genoeg meet is het doen van uitspraken over de kwaliteit van de programma's niet mogelijk.

In eerste instantie zou voedingsvoorlichting ook onderdeel uitmaken van alle beweegprogramma's, maar dit bleek voor de GGD organisatorisch geen haalbare kaart. Er waren te weinig pakketten met voorlichtingsmateriaal beschikbaar voor alle deelnemende scholen. De beschikbare capaciteit van de betrokken GGD'en was onvoldoende voor zo'n grootschalig project.

Het primaire doel van het project voor GGD'en was het tegengaan van overgewicht bij basisscholieren.

Voor TNO was het voornaamste doel van het project om een aantal protocollen voor het opzetten en evalueren van leefstijlinterventies in de praktijk uit te testen. Tevens is er ervaring opgedaan met het laten uitvoeren van metingen door studenten, waarbij de communicatie met de derdejaars studenten, de basisscholen en de GGD voornamelijk via derden, in dit geval de stuurgroep, liep.

Voor het evalueren van de beweegprogramma's is gebruik gemaakt van vier protocollen, te weten:

- Een protocol voor het meten van lengte en gewicht bij kinderen.
- Een schriftelijke vragenlijst voor kinderen over achtergrondgegevens, het beweeggedrag, kennis ten aanzien van voeding en kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van sporten en bewegen.
- Een schriftelijke vragenlijst voor basisscholen over het sport- en beweegaanbod op school.
- Een checklist voor studenten over het sport- en beweegaanbod in de wijk en andere wijkenmerken die relevant worden geacht voor kinderen.

Voorafgaand aan de start van de beweegprogramma's (februari 2006) hebben de studenten lengte en gewicht van de leerlingen gemeten en hebben ze een checklist ingevuld over het sport- en beweegaanbod in de wijk. De leerlingen hebben een vragenlijst ingevuld over hun beweeggedrag en de basisschool heeft een vragenlijst ingevuld over het sport- en beweegaanbod op school.



Na afloop van de beweegprogramma's (april 2006) is opnieuw lengte en gewicht van de leerlingen gemeten en hebben de leerlingen de vragenlijst ingevuld.

Alle protocollen zijn via de stuurgroep aan de studenten verstrekt. TNO heeft tevens SPSS-invoerbestanden aangeleverd. Bij vragen konden de studenten via de stuurgroep contact opnemen met TNO.

2.2 Procesevaluatie

Het proces en de protocollen zijn geëvalueerd aan de hand van gesprekken met de stuurgroep tijdens en na afloop van het project, semi-gestructureerde interviews (zie bijlage A) met de deelprojectgroepen na afloop van het project en nadere analyse van de aangeleverde data.

2.3 Bevindingen procesevaluatie

2.3.1 Algemene bevindingen

Scholen

Er hebben in totaal 25 scholen (23 interventiescholen en 2 controlescholen) in Noord-Brabant aan het project en het daarmee gepaard gaande onderzoek meegewerkt.

In eerste instantie zouden de studenten via de GGD een lijst met scholen aangeleverd krijgen waar sprake was van een hoog percentage leerlingen met overgewicht en/ of bewegingsarmoede. Voor deze aanpak was gekozen omdat hiermee de beweegstimulering kon worden aangeboden op de prioritaire scholen. In de praktijk bleek dit echter niet zo eenvoudig; de resultaten van de GGD monitor waren niet te koppelen aan de schoolkeuze binnen het project van de Fontys Sporthogeschool. Hierdoor hebben de studenten de scholen zelf uitgekozen en op eigen initiatief benaderd. De resultaten van de GGD monitor waren niet beschikbaar voor de GVO deskundigen van de GGD die betrokken waren bij de uitvoering van dit project.

Aanbeveling: *Door de resultaten van de GGD monitor ter beschikking te stellen aan de scholen en aan de GVO-deskundigen binnen de GGD is het mogelijk om beter de prioritaire scholen (met relatief veel overgewicht en bewegingsarmoede) te selecteren binnen beweegstimuleringsprogramma's.*

Bij het merendeel van de studenten was de eerste school die zij benaderden bereid om mee te werken aan het project. Veel scholen stelden hierbij de voorwaarde dat zij en de ouders goed geïnformeerd zouden worden over het project en het daarmee gepaard gaande onderzoek en dat de andere lessen er niet onder zouden lijden. Een





aantal studenten had meer moeite om een school te vinden die mee wilde werken, zeker als het een controleschool betrof waar alleen metingen zouden plaatsvinden. Redenen om niet aan het project mee te werken waren: tijdsinvestering, andere soortgelijke projecten van o.a. de GGD, planning in het jaar en de aanwezigheid van een vakleerkracht bewegingsonderwijs waardoor zij het niet nodig vonden ook mee te werken aan een beweegprogramma.

Aanbeveling: *De respons zou in de toekomst verhoogd kunnen worden door scholen van te voren beter te informeren over de activiteiten die in het kader van een onderzoek plaatsvinden en de tijd die daarmee gepaard gaat. Hierbij dient rekening te worden gehouden met de tijdsplanning van de school. Ook moeten de activiteiten beter afgestemd worden op soortgelijke activiteiten van de GGD of andere organisaties. Daarnaast moet duidelijk zijn wat ieders rol en verantwoordelijkheid in het geheel is en wat de scholen van een onderzoek kunnen verwachten.*

Toestemming voor deelname aan het onderzoek

Er hebben in totaal 1.031 leerlingen (480 meisjes en 546 jongens) toestemming gekregen van hun ouders om mee te werken aan het onderzoek. Het ging om 566 leerlingen uit groep 7 en 464 leerlingen uit groep 8. Het aantal leerlingen per school varieerde van 17 tot 81.

Op sommige scholen kregen alle leerlingen toestemming van hun ouders, op andere scholen kregen enkele leerlingen geen toestemming. Leerlingen die geen toestemming hadden gekregen van hun ouders voor het onderzoek, deden wel mee aan het beweegprogramma. De studenten hadden de indruk dat met name leerlingen met overgewicht geen toestemming kregen van hun ouders. Ook allochtone ouders of ouders die vonden dat zij onvoldoende over het project en het onderzoek geïnformeerd waren verleenden geen toestemming.

Aanbeveling: *De respons zou in de toekomst verhoogd kunnen worden door ouders van te voren beter te informeren over de activiteiten die in het kader van een onderzoek plaatsvinden. Hierbij dient specifiek aandacht te worden besteed aan allochtone ouders en ouders van kinderen met een ongezonde leefstijl.*

Reacties van directie, groepsleerkrachten en ouders

De studenten hebben voornamelijk positieve reacties gekregen van de directie, groepsleerkrachten en ouders over het project en het daarmee gepaard gaande onderzoek. De inzet van studenten tijdens het project ter ondersteuning van de leerkrachten werd als positief ervaren. Het neemt een belangrijk deel van het extra werk uit handen dat voorkomt uit de deelname aan het project.

Soms vonden leerkrachten van andere groepen het jammer dat het project zich niet op hun leerlingen richtte. Daarnaast was het voor een aantal ouders of scholen niet helemaal duidelijk wat de rol van de verschillende partijen was (Fontys Sporthogeschool,





GGD, TNO) en waarom de metingen van lengte en gewicht niet door de GGD werden uitgevoerd. Huiswerkopdrachten werden door veel ouders als belastend ervaren.

2.3.2 Protocol voor het meten van lengte en gewicht

Bij de voormeting zijn 1.028 leerlingen uit groep 7 en 8 gemeten en 1.025 gewogen, bij de nameting 1.004 respectievelijk 998.

De studenten hebben via de stuurgroep een protocol voor het meten van lengte en gewicht bij kinderen ontvangen (zie bijlage B). Dit protocol komt overeen met de wijze waarop de GGD lengte en gewicht meet. De studenten hebben geen nadere uitleg gekregen over het protocol, maar vonden het duidelijk genoeg.

Alle studenten hebben de metingen zelfstandig uitgevoerd. Soms was een groepsleerkracht of de conciërge bij de meting aanwezig. De metingen vonden veelal plaats in de gymzaal, het kantoor van de directie of op de gang. Het was voor de studenten niet altijd eenvoudig om een muur te vinden zonder plint. Op één school is er in de klas gemeten. Dat beviel minder goed. Andere leerlingen raakten uit hun concentratie en er was weinig privacy voor de leerlingen die gemeten werden. Niet alle leerlingen willen dat de anderen hun lengte of gewicht weten. Over het algemeen vonden de leerlingen het leuk gemeten en gewogen te worden.

De metingen vonden veelal tijdens de reguliere les of gymles plaats. Het kostte ongeveer een uur om een hele klas te wegen en meten. Op de meeste scholen is de lengte en het gewicht gemeten met kleding, maar zonder schoenen.

De verwachting was dat de studenten de meetapparatuur zouden kunnen gebruiken van de GGD. Dit bleek in de praktijk echter niet haalbaar door gebrek aan voldoende meetapparatuur voor een project waarbij veel scholen betrokken zijn. De studenten hebben dan ook vaak met hun eigen analoge of digitale weegschaal gemeten. Voor het meten van de lengte van de leerlingen is gebruik van meetlinten, meetlatten, rolmaten en duimstokken en in één geval zelfs van een schoolbordliniaal. De lengte van de leerlingen is slechts op 6 van de 25 scholen op 1 decimaal nauwkeurig gemeten. De studenten hebben bij de voor- en nameting dezelfde meetapparatuur gebruikt.

Al met al kan men concluderen dat de validiteit, betrouwbaarheid, nauwkeurigheid en vergelijkbaarheid van deze metingen sterk te wensen overlaten. Het ontbreken van voldoende goede meetapparatuur vormde hierbij een belangrijke drempel. Ook de studenten hadden zo hun twijfels. Door de beschikbaarheid van goede mobiele meetapparatuur (zoals in het kader van dit project aangeschaft) kan dit in de toekomst verbeterd worden.



Aanbeveling: Voor het meten van lengte en gewicht dient geijkte meetapparatuur beschikbaar te zijn, zodat de voor- en nameting en de metingen op verschillende scholen of verschillende projecten met elkaar vergeleken kunnen worden. Metingen kunnen het beste niet in de klas uitgevoerd worden tijdens lesuren.

Daarnaast moet er meer aandacht besteed worden aan het exact opvolgen van het protocol voor het meten van lengte en gewicht (bijv. met of zonder kleding, aantal decimalen, hoofd in het Frankfurter vlak, etc.). Een dvd of instructiebijeenkomst zou hiervoor uitkomst kunnen bieden.

2.3.3 Schriftelijke vragenlijst

Bij de voormeting hebben 1.026 leerlingen uit groep 7 en 8 de schriftelijke vragenlijst ingevuld over achtergrondgegevens, het beweeggedrag, kennis ten aanzien van voeding en kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van sporten en bewegen. Bij de nameting ging het om 999 leerlingen.

De vragenlijst bestond uit 55 vragen bij de voormeting en 55 (deels andere) vragen bij de nameting (zie bijlage C). De vragen over geslacht, geboorteland van het kind, de moeder en vader en de vragen over het beweeggedrag van het kind komen uit de standaardvraagstellingen uit de Lokale en Nationale Monitor Jeugdgezondheid. De vragen over kennis ten aanzien van voeding en kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van sporten en bewegen zijn door TNO opgesteld voor een eerder onderzoek (effectevaluatie van Victory Camp, een zomerkamp voor jongeren met overgewicht; Bruil et al., 2006).

Bij de nameting is ten behoeve van de procesevaluatie van de beweegprogramma's en het onderzoek een aantal extra vragen gesteld.

De studenten hebben via de stuurgroep een digitale versie van de vragenlijst ontvangen. De meeste studenten kopieerden de vragenlijst op de basisschool. Dit beviel wisselend. Bij sommige studenten was dit geen probleem, anderen voelden zich bezwaard vanwege de grote hoeveelheid papier en de lange wachttijd voor andere leerkrachten.

Hoewel dit aan de studenten werd overgelaten, is de vragenlijst op alle scholen op school, tijdens een reguliere les of een gymles, en niet thuis ingevuld. Op deze manier konden studenten eventuele vragen van de leerlingen beantwoorden. Ook is de vragenlijst soms verdeeld over de dag of de week ingevuld. De leerlingen hebben de vragenlijst veelal individueel ingevuld. Op enkele scholen is dit klassikaal gedaan. Beide manieren zijn bij de studenten goed bevallen. Het invullen van de vragenlijst duurde maximaal een half uur. Driekwart (76%) van de leerlingen was binnen een kwartier klaar.

De leerlingen vonden het over het algemeen leuk om de vragenlijst in te vullen. Sommige leerlingen vonden het wel wat saai binnen een relatief kort tijdsbestek (6 weken) tweemaal (bijna) dezelfde vragenlijst in te vullen.





De vragen waren over het algemeen goed te begrijpen. Zeventig procent van de leerlingen vond de vragen makkelijk of heel makkelijk. Dit is ook terug te zien in het geringe percentage missende antwoorden (range: 0-5%; zie bijlage D). Slechts twee procent vond de vragenlijst moeilijk of heel moeilijk.

Sommige leerlingen hadden moeite met de vragen over de geboortedatum. Bij datum dag/maand/jaar werd bij 'dag' bijvoorbeeld woensdag ingevuld of zij vulden de huidige datum of het huidige jaar in. Ook het verschil tussen 'hoeveel dagen per week', 'hoeveel keer per week' en 'hoe lang per dag' was lastig. Als er door de student op gewezen werd de vraag eerst goed door te lezen, ging het vaak al een stuk beter.

Andere vragen waar de leerlingen soms moeite mee hadden, waren vragen over de mening van hun ouders of vrienden over hun sport- en beweeggedrag. Bijvoorbeeld vraag 49: 'Vindt je vader dat jij minstens twee keer per week zou moeten sporten?'.

Bij vragen met maar één antwoord mogelijkheid omcirkelden de leerlingen soms toch meerdere antwoordcategorieën of ze zetten het cirkeltje tussen twee antwoordcategorieën als ze niet konden kiezen. Ook werd het hele antwoord wel eens omcirkeld. Soms voegden de kinderen zelf een antwoord toe (met een heel verhaal erbij). Dit maakte het voor de studenten lastig om de vragenlijsten in SPSS in te voeren.

Aanbeveling: *Bovenstaande knelpunten zijn goed te verhelpen door gebruik te maken van een web-based vragenlijst. Vragen die overgeslagen mogen worden zijn dan niet langer zichtbaar, het aantal antwoorden per vraag en het bereik van de antwoorden kunnen worden vastgelegd (bijv. range 'aantal dagen per week': 0-7). Daarnaast is het mogelijk begrippen toe te lichten of voorbeelden te geven. Een ander voordeel is dat de vragenlijsten niet meer handmatig ingevoerd hoeven te worden (zie ook §1.7).*

Aan de studenten is ook gevraagd of het een verbetering zou zijn de vragenlijst op school of thuis digitaal in te laten vullen door de leerlingen. De meningen hierover liepen uiteen. De studenten zagen het als een groot voordeel dat zij de vragenlijsten dan niet meer in hoefden te voeren. Dit heeft hun veel tijd gekost. Geen van de studenten leek het een goed idee om de vragenlijst thuis digitaal in te laten vullen. De leerlingen kunnen dan niet om uitleg vragen. Bovendien weet je niet wie de vragenlijst heeft ingevuld, de leerling zelf, een ouder of een broertje of zusje. Indien er op de basisschool voldoende computers met internetverbinding aanwezig zouden zijn, dan leek het de studenten een verbetering om de vragenlijst digitaal in plaats van schriftelijk in te laten vullen. Niet alle scholen die aan het project hebben meegewerkt, hadden echter voldoende computers.



2.3.4 Schoolscan

Bijna alle basisscholen (24 van de 25) hebben de Schoolscan ingevuld. De Schoolscan bestond uit 44 vragen over het sport- en beweegaanbod op school (zie bijlage E). Deze vragenlijst is door TNO opgesteld voor eerdere onderzoeken naar sport- en beweegactiviteiten op het VMBO (Stege et al., 2004) en in het speciaal onderwijs (De Vries et al., 2005). De vragenlijst werd op de basisscholen veelal ingevuld door de leerkracht van groep 7 of 8 of de directie, eventueel samen met een student van de Fontys Sporthogeschool. Dit duurde maximaal een half uur. De vragen waren volgens de studenten over het algemeen goed te begrijpen. Er werden geen vragen gemist. Het zou volgens hen een verbetering zijn, de vragenlijst in de toekomst digitaal in te laten vullen. Dan hoeven zij de vragenlijsten niet meer handmatig in te voeren.

Aanbeveling: *Gezien de voordelen die een web-based vragenlijst met zich meebrengt (zie ook §1.7), is het aan te bevelen een digitale versie van de Schoolscan te ontwikkelen.*

2.3.4 Wijkscan

De Wijkscan is op alle 25 scholen ingevuld. De Wijkscan is een checklist voor het in kaart brengen van het sport- en beweegaanbod in de wijk en andere wijkkenmerken die relevant worden geacht voor kinderen (zie bijlage F). De checklist is door TNO ontwikkeld voor een eerder onderzoek (Lichamelijke (in)activiteit en overgewicht van kinderen in prioriteitswijken; De Vries et al., 2006). In het huidige onderzoek is een enigszins aangepaste versie van de checklist gebruikt met 10 in plaats van 8 subschalen, te weten:

1. nieuw: demografie (5 items)
2. soort bebouwing (11 items);
3. sportaccommodaties (13 items);
4. openbare ruimte en groenvoorzieningen (61 items);
5. groen en water (3 items);
6. straten (netwerk) (6 items);
7. vuil- en stankoverlast (2 items);
8. nieuw: sociale veiligheid (4 items);
9. verkeersveiligheid (16 items);
10. algemene indruk van de wijk om te spelen/ wandelen/ fietsen voor (1 item).

Het was voor TNO wenselijk alle Wijkscans in te laten vullen door twee vaste studenten van de Fontys Sporthogeschool om de consistentie in de beoordeling van de wijkkenmerken te vergroten. Dit was echter niet haalbaar voor de studenten gezien de grote spreiding van de 25 basisscholen over de provincie Noord-Brabant en de daarmee gepaard gaande reistijd. Elke student heeft daarom de eigen wijk geobserveerd en gescoord. Dit deden zij veelal al lopend of fietsend door de wijk. Het invullen van de Wijkscan kostte deze studenten ongeveer een uur. Sommige studenten hebben de Wijkscan van achter hun bureau ingevuld, omdat zij de wijk wel (dachten te) kennen.





De studenten vonden de items over het algemeen goed te begrijpen. De (nieuwe) items over demografische kenmerken en sociale veiligheid vonden zij wat lastiger, omdat zij daarbij informatie van de gemeente nodig hadden (bijv. aanwezigheid van vandalisme, percentage 65-plussers, etc.). Ook het vinden van een goede gedetailleerde kaart van de wijk vonden zij lastig. Op deze kaart moesten de studenten de gelopen of gefietste route aangeven, opdat de meting eventueel herhaald kon worden in de toekomst of ook door andere studenten aangehouden kon worden.

Aanbeveling: *Het is niet aan te raden de Wijkscan door verschillende studenten in te laten vullen als je de metingen in verschillende wijken vergelijkbaar wilt houden.*







3. Pilot onder VMBO-leerlingen in Rotterdam

3.1 Opzet en uitvoering van de pilot

De schriftelijke vragenlijst uit de pilot in Noord-Brabant is aangepast en vervolgens omgezet in een web-based vragenlijst voor basisscholieren. Deze versie werd ook geschikt geacht voor VMBO-leerlingen en leerlingen uit het praktijkonderwijs. Deze web-based vragenlijst is uitgetest op een VMBO-school in Rotterdam. De vragenlijst is vervolgens gebruikt ten behoeve van het evalueren van een voeding- en beweeginterventie op twee VMBO scholen in Rotterdam. De pilot is uitgevoerd in samenwerking met de Gemeente Rotterdam.

3.2 Procesevaluatie

De web-based vragenlijst is voorgelegd aan 8 leerlingen uit het derde leerjaar van de VMBO-school. Om na te gaan hoeveel vragen maximaal gesteld zouden kunnen worden kregen vier leerlingen een complete versie (93 vragen) en 4 leerlingen een verkorte versie (74 vragen; exclusief vragen over frisdrank en groente en fruit) voorgelegd. Om daarnaast ook inzicht te krijgen in de voorkeur voor een web-based of schriftelijke versie werd de leerlingen gevraagd ofwel een schriftelijke versie ofwel een web-based vragenlijst in te vullen. Drie leerlingen mochten een web-based versie invullen, vijf leerlingen kregen een schriftelijke versie uitgereikt. De uiteindelijke verdeling van web-based/ schriftelijk en compleet/ verkort is als volgt:

- verkorte schriftelijke versie: 4 leerlingen
- complete schriftelijke versie: 1 leerling
- complete digitale versie: 3 leerlingen

Nadat de leerlingen de vragenlijst in hadden gevuld werd bij hen een semi-gestructureerd interview afgenomen. Dit gebeurde in een 1-op-1 situatie of samen met een klasgenoot die tegelijkertijd klaar was met het invullen van de vragenlijst (zie bijlage G).

3.3 Bevindingen procesevaluatie

3.3.1 Web-based vragenlijst

De vragenlijst bevatte 93 (complete ofwel lange versie; zie bijlage H) of 74 (verkorte versie) vragen over achtergrondgegevens, het beweeg- en voedinggedrag en kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van sporten, bewegen en voeding. De vragen over geslacht, geboorteland van het kind, de moeder en vader en de vragen over het beweeg- en voedinggedrag van het kind komen uit de standaard-





vraagstellingen uit de Lokale en Nationale Monitor Jeugdgezondheid. De vragen over kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van voeding, sporten en bewegen zijn door TNO opgesteld voor een eerder onderzoek (effectevaluatie van Victory Camp, een zomerkamp voor jongeren met overgewicht; Bruil et al., 2006).

In de pilot zijn de onderstaande zaken met betrekking tot het afnemen van de vragenlijst onder VMBO-leerlingen naar voren gekomen:

De vier leerlingen die de verkorte schriftelijke versie hebben ingevuld deden hier 12, 14, 19 en 22 minuten over. Hiermee komt de gemiddelde duur van de verkorte versie op zo'n 16 à 17 minuten. Het invullen van de complete schriftelijke versie nam 10 minuten in beslag, terwijl de complete web-based versie 15, 17 en 20 minuten in beslag nam, met een gemiddelde duur van 17 à 18 minuten. Alle acht leerlingen vonden de door hen ingevulde vragenlijst (compleet of verkort, schriftelijk of web-based) goed van lengte.

Alle acht leerlingen vonden het geen probleem om de vragenlijst in het computerlokaal in te vullen. Eén meisje gaf aan dat ze het wel prettig vond dat ze zoveel ruimte had voor het invullen van de vragenlijst; dat andere leerlingen niet over haar schouder mee konden kijken. Er zou volgens haar wel een hele klas tegelijk in het computerlokaal kunnen plaatsnemen, als er voor de web-based versie voldoende computers zouden zijn. Zelfs dan zou er nog voldoende ruimte zijn om de vragenlijst zonder meekijkende medeleerlingen in te kunnen vullen.

Aanbeveling: *Zorg voor voldoende privé ruimte tijdens het invullen van de vragenlijst.*

Geen van de leerlingen vond het vervelend om de vragenlijst zelfstandig (alleen) in te moeten vullen. De gegeven antwoorden waren: 'het is beter om het zelfstandig in te vullen', 'het maakt mij niet uit', 'ik vind het goed' en 'ik vind dat normaal'. Vier leerlingen gaven expliciet aan wel gewend te zijn aan het (alleen) invullen van een vragenlijst.

De acht leerlingen deden in twee groepjes mee aan het pilot onderzoek. De eerste groep leerlingen kwam tijdens de les 'Voeding en Bewegen' en vonden het wel 'oké' om in plaats van die les een vragenlijst in te vullen. De tweede groep leerlingen kwam tijdens het eerste uur van een dubbel uur Engels. Ze vonden het niet erg om iets van de les te missen omdat het toch een dubbel uur was. Daarnaast gaven ze aan het leuk te vinden om mee te doen aan een onderzoek.

Drie van de vier leerlingen die de schriftelijke versie van de vragenlijst hebben ingevuld gaven aan dat het voor hen niet uitmaakt of de vragenlijst digitaal of op papier is. De vierde leerling dacht dat ze een digitale versie wel iets leuker zou vinden, maar





de schriftelijke versie was volgens haar ook 'oké'. De drie leerlingen die de web-based versie hebben ingevuld hebben aangegeven dat volgens hen een web-based vragenlijst wel beter, gemakkelijker en sneller is.

De leerling die de lange schriftelijke versie heeft ingevuld gaf aan dat het volgens haar niet uitmaakt.

Van de acht leerlingen hebben twee leerlingen thuis een computer met internetaansluiting. Vier leerlingen hebben wel een computer maar daarbij doet de internetaansluiting het niet (goed). Eén leerling heeft wel een laptop, maar geen internetaansluiting thuis. Het thuis invullen van de web-based vragenlijst is daarmee voor zes van de acht leerlingen geen optie.

Aanbeveling: *Neem de web-based vragenlijst op school af en niet thuis.*

De leerlingen waren van mening dat de vragenlijst beter in één keer kan worden ingevuld. Ze vonden opdeling niet nodig en zelfs onhandig.

Aanbeveling: *Streef ernaar de vragenlijst in één keer in te laten vullen.*

Opmerking: Drie van de vier leerlingen die de lange versie van de vragenlijst hebben ingevuld vonden de vragen erg op elkaar lijken. Bij navraag bleek dat ze dit echter niet erg vonden. Ze gaven aan dat ze de (minimale) verschillen tussen de vragen wel begrepen en dat ze ook wel begrepen waarom deze verschillende vragen werden gesteld.

De meeste leerlingen hadden over het algemeen geen problemen met de vragen over bewegen. Ze vonden de vragen niet zo moeilijk. Er was echter een aantal lastige punten met betrekking tot enkele vragen uit de vragenlijst:

- Eén leerling had bij vraag 44 moeite met het kiezen van maar één antwoord. (Opmerking: Het was voor de leerlingen in ieder geval wel duidelijk dat er maar één antwoord mocht worden gekozen)
- Eén leerling vroeg zich af of bij vraag 7 ook het lopen van en naar de OV halte hoorde.
- Eén leerling besepte achteraf dat ze vraag 8 niet goed had ingevuld. Ze was vergeten de minuten naar school toe en terug naar huis bij elkaar op te tellen. (Opmerking: dit staat wel vermeld bij de vraag, maar ze had verzuimd dit te lezen. Ze gaf aan dat het haar eigen schuld was).
- Eén leerling begreep het woord 'onhandig' in vraag 49 niet zo goed. Het gevolg was dat ze de vraag heeft overgeslagen en niet om uitleg heeft gevraagd. Dit lag volgens haar niet aan de aanwezige begeleider(s)), maar meer aan haar eigen 'laksheid'. Volgens haar zou hiervoor geen oplossing zijn. (Opmerking: Voorafgaand aan het invullen is door de begeleider aangegeven dat om uitleg kon worden gevraagd)



aan de begeleider(s). Om na te gaan of met uitleg de vraag wel beantwoord kon worden is uitleg gegeven. De leerling bleek vervolgens wel in staat te zijn de vraag te beantwoorden.)

Zeven van de acht leerlingen hebben aangegeven geen vragen te hebben gemist. Eén leerling miste een vraag naar het gewoon lopen, anders dan naar school (bijvoorbeeld om boodschappen te halen).

De leerlingen hadden geen moeite met de voedingsvragen van zowel de korte als de lange versie. Ze vonden het goed dat alles aan bod kwam.

- Eén leerling die een schriftelijke versie ingevuld had gaf aan dat hij vraag 25 zelf wel goed begreep, maar dat hij voorzag dat andere leerlingen er wel eens moeite mee zouden kunnen hebben. Hij dacht dat andere leerlingen zouden kunnen denken dat ze uit de als voorbeeld aangedragen producten zouden moeten kiezen.

De meeste leerlingen misten geen vragen over de voeding.

- Eén leerling miste een vraag over hoe laat je 's avonds stopt met eten. Volgens deze leerling zou het niet goed zijn om met een volle maag naar bed te gaan. Twee andere vragen die deze leerling miste hadden betrekking op of je wel of niet aan bewegen doet na het eten en hoe lang je slaapt.
- Eén leerling miste vragen naar wat je precies eet.
- Een leerling die de korte versie heeft ingevuld merkte op dat ze het vreemd vond dat er alleen maar vragen over ontbijt en tussendoortjes waren opgenomen in de vragenlijst.

Drie leerlingen vonden het 'leuk' om mee te werken aan het onderzoek. Drie leerlingen vonden het 'gewoon, normaal, niet raar', één leerling antwoordde met 'beter dan fietsen in de regen tijdens de les 'Voeding en Bewegen', en één leerling gaf aan dat ze het wel 'oké' vond en dat ze er 'wel een beetje van geleerd' had. (Opmerking: Op de aanvullende vraag of ze straks nog wel een keer mee zouden willen doen als de vragenlijst wel op de computer ingevuld moest worden, werd aangegeven het wel 'oké' te vinden.)

De leerlingen hadden verder geen tips. Ze vonden de vragenlijst er goed uit zien.

Op basis van deze bevindingen is een aantal aanpassingen gedaan:

- Bij vraag 7 is toegevoegd dat ook lopen van en naar de OV halte hierbij hoort.
- Om te voorkomen dat bepaalde informatie niet gelezen wordt is de lay-out van de web-based versie zo vormgegeven dat de leerling ook 'uitgenodigd' wordt het onderschrift te lezen.
- Bij de web-based versie is extra veel aandacht aan de lay-out van vraag 25 besteed, om misverstanden of onduidelijkheden te voorkomen.





- Voor vraag 49 is nog eens kritisch gekeken naar een betere formulering. Dit bleek niet mogelijk te zijn.

Aanbeveling: *Gelet op de benodigde tijd voor en de bereidheid tot het invullen van de vragenlijsten zou het voor de leerlingen niet uitmaken of de vragenlijst schriftelijk of web-based afgenomen wordt. Echter, omdat de leerlingen aan hebben gegeven dat een web-based versie gevoelsmatig minder kost, verdient de web-based versie de voorkeur.*

Aanbeveling: *Aangezien zowel de korte als de lange versie als 'precies de goede lengte' werden ervaren is het aan te bevelen de lange versie te kiezen, omdat deze versie meer informatiewaarde heeft.*

De web-based vragenlijst is vervolgens onder leerlingen van alle leerjaren van twee VMBO-scholen in Rotterdam afgenomen: het Melanchthon College en het Lodewijk Rogiercollege.

Over het algemeen ging het afnemen van de vragenlijst onder leerlingen van het Melachthon College goed, niet in de laatste plaats door de goede medewerking en ondersteuning van de VMBO-scholen. Zij hadden voor de hele dag het computerlokaal gereserveerd en een docent vrijgeroosterd. Deze docent heeft met name geholpen met het handhaven van de orde in de klas en het verlenen van hand- en spandiensten (helpen inloggen, vragen beantwoorden, etc.). Dit is door de onderzoeksmedewerker van de Gemeente Rotterdam als zeer prettig ervaren.

Op het Lodewijk Rogiercollege is het handhaven van de orde in de klassen echter wel een groot probleem geweest bij het afnemen van de web-based vragenlijst. Met name de leerlingen uit de 'Techniek klassen', met hoofdzakelijk jongens, laten zich niets vertellen. Dit is mede veroorzaakt doordat de web-based vragenlijst op computers verspreid over meerdere lokalen werd afgenomen. Zelfs met goede begeleiding (1 of 2 extra docenten van de school) is de orde nog moeilijk te handhaven geweest.

Citaat van de onderzoeksmedewerker: *'Één ochtend en één middag heb ik er helemaal alleen voor gestaan, met als gevolg dat wanneer ik in lokaal 1 stond, in lokaal 3 de stoelen soms letterlijk door het lokaal vlogen'.*

Tijdens het afnemen van de web-based vragenlijst zijn aantekeningen gemaakt van de vragen die de leerlingen hadden en de zaken die zijn opgevallen tijdens het afnemen van de vragenlijst. Hieronder worden puntsgewijs de vragen van de leerlingen genoemd, op volgorde van de vragen in de vragenlijst, gevolgd door enkele algemene opmerkingen van de onderzoeksmedewerker van de Gemeente Rotterdam.





- Met name de leerlingen uit het eerste leerjaar hadden vragen als: ‘wat is een opscheplepel’ en ‘wat is rauwkost’ en ‘wat is aanmaaklimonade’ en hadden moeite met het invullen van de geboortedatum. Ook vroeg een leerling of hij een banaan als groente mocht rekenen. Een andere leerling vroeg wat groente nou precies is. Een leerling vroeg - ondanks de uitleg in het tekstblok- wat een tussendoortje is. Onder leerlingen uit het derde leerjaar ging dit veel beter; deze leerlingen zeggen geen moeite te hebben met het niveau van de vragenlijst.
- Voor een aantal leerlingen was het niet duidelijk dat de vragen steeds betrekking hadden op de afgelopen week.
- Het viel op dat in iedere klas wel door een leerling gevraagd werd wat ze in moesten vullen wanneer ze soms met de bus en soms met de fiets naar school gaan. De onderzoeksmedewerker moest de kinderen er dan op wijzen dat de vraag betrekking had op de afgelopen week. De vraag is dus in hoeverre de andere leerlingen deze vraag goed gelezen en begrepen hebben. Of in ieder geval hoe de leerlingen die deze vraag stelden de vragen ervoor (met dezelfde constructie) hebben ingevuld.
- Een aantal leerlingen had moeite met de vraag: ‘Als ik zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe zou gaan, is mijn kans om dik te worden of te blijven...’. De combinatie van de vraag met antwoordmogelijkheden als ‘veel kleiner dan als ik dat niet zou doen’ werd als moeilijk ervaren.
- Een leerling wist niet wat ze moest antwoorden op de vraag: ‘Als ik ’s ochtends ontbeten heb dan voel ik me...’. Naar eigen zeggen omdat ze nog nooit in haar hele leven ontbeten had en hier dus geen antwoord op wist.
- Het is de onderzoeksmedewerker opgevallen dat hij geen enkele vraag heeft gekregen over de berekening van het aantal snacks of het aantal stuks fruit (bijv. een biscuittje telt voor 1/2, een gebakje voor 2), aangezien deze vraag op voorhand als ‘lastig’ was beoordeeld.
- Tot slot werd een paar keer gevraagd waarom er zoveel ‘dubbele’ vragen in zaten. Het gaat dan om vragen als: ‘Wat vindt je moeder...’ en ‘Wat vindt je vader...’ of ‘Het koste me geen moeite om ...’ en ‘Ik vind het leuk om ...’ of ‘Denk je dat het je gaat lukken om ...’ en ‘Ben je van plan om ...’.
- Met name de vragen over de ouders (wat vindt je vader, wat vindt je moeder) riepen veel weerstand op onder de leerlingen. Gemaakte opmerkingen varieerden van ‘waarom vragen jullie steeds hetzelfde?’ en ‘dit zijn echt domme vragen’ tot ‘ik heb schijt aan mijn ouders’ en ‘mijn ouders hebben toch niets te vertellen’. Een leerling merkte op dat zij niet wist wie haar vader was.
- De leerlingen kunnen bijna niets zelfstandig en hebben overal hulp bij nodig, van het opstarten van de computer en het inloggen met hun schoolaccount tot het intypen van de website. Het is dan ook bijna nooit stil in de lokalen en het is de vraag in hoeverre de leerlingen de vragenlijst helemaal alleen hebben ingevuld. Tijdens het invullen van de web-based vragenlijst zit het merendeel van de leerlingen tussendoor te msn-en of (vieze) filmpjes te kijken.



- Voor het invullen van de vragenlijst is per klas een vol lesuur nodig. Voor een deel is dit verklaarbaar doordat leerlingen eerst met hun eigen schoolaccount de computer op moeten starten en er wat tijd verloren gaat met het handhaven van de orde. Alles moet stap voor stap worden uitgelegd: zoek een plaats, doe je jas uit, start de computer, start internet, ga naar de site (veel kinderen hebben hier hulp bij nodig) enz. Maar ook het (trage) tempo en (het gebrek aan) concentratie van de leerlingen speelt een rol. In een aantal gevallen heeft er zelfs nog een leerling ‘na moeten blijven’ om de vragenlijst af te maken.
- Een zeer kleine groep leerlingen was daarentegen verdacht snel klaar met de vragenlijst. Een jongen vertelde bij het verlaten van de klas waarom hij zo snel was: ‘Het maakt toch niet uit wat je invult, er is toch geen goed of fout’. Een andere leerling zei “Het maakt toch niet uit wat je invult, als je maar snel klaar bent.” Een begeleidende docent merkte op dat sommige leerlingen zomaar wat aanklikken.
- Daarnaast heeft de onderzoeksmedewerker in totaal 16 keer een nieuwe persoonlijke inlogcode moeten verstrekken omdat leerlingen toch de toolbar van de internet explorer of de ‘backspace’ functie gebruikten.

Aanbeveling: *Zorg voor orde door minimaal één begeleider van de school per lokaal in te zetten.*



Aanbeveling: *Zorg dat er voldoende computers beschikbaar zijn, bij voorkeur in één overzichtelijk lokaal.*







4 Conclusies en aanbevelingen

In de afgelopen jaren is het percentage volwassenen dat aan de beweegnormen voldoet gestegen. Voor jongeren gelden andere normen dan voor volwassenen, zij moeten dagelijks 60 minuten in plaats van 30 minuten lichamelijk actief zijn. Gegevens over het percentage jeugdigen dat aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen voldoet geven een sterk wisselend beeld, mede afhankelijk van de gehanteerde criteria en methode van onderzoek. Duidelijk is echter dat een te gering percentage van de jeugd aan de beweegnorm voldoet (Ooijendijk et al., 2005). Hierdoor is de jeugd benoemd als prioritaire groep binnen het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen (Wendel-Vos et al., 2005), dat wil zeggen als groep waar nog aanzienlijke beweegwinst te behalen is. Omdat duidelijk is dat met het huidige beweegaanbod niet alle groepen jongeren voldoende bereikt worden is het noodzakelijk om een innovatief sport- en beweegaanbod te ontwikkelen (Nota Tijd voor Sport, 2005), bijvoorbeeld voor mensen uit de lagere sociaal economische klassen en allochtonen. Het fieldlab breedtesport kan hierbij een rol spelen als broedplaats en proeftuin.

Daarnaast is het belangrijk om van de reeds ingezette beweeg(stimulerings)interventies de effectiviteit vast te stellen. Het gebruik van uniforme methodiek is hiervoor gewenst. Op basis van effectevaluaties kan het Ministerie van VWS de beschikbare middelen zo effectief mogelijk inzetten bij het realiseren van haar beleidsdoelstellingen.

In 2005-2006 heeft TNO Kwaliteit van Leven een eerste inventarisatie uitgevoerd naar protocollen die gebruikt kunnen worden bij het opzetten en evalueren van lokaal uitgevoerde leefstijlinterventies voor kinderen (Bakker et al., 2006). Binnen het huidige project is een pilot uitgevoerd op basisscholen om te bekijken of deze protocollen in de praktijk (op locatie) bruikbaar zijn. De op papier ontwikkelde protocollen zijn tevens omgezet in concept web-based registratiemethoden.

Op basis van het huidige onderzoek is een aantal conclusies te trekken. Deze conclusies resulteren in aanbevelingen. Bij het weergeven van de conclusies en aanbevelingen wordt gebruik gemaakt van een indeling naar beleid, interventie, beweegstimuleringsprogramma's en onderzoek.

Beleid

Vanuit het Ministerie van VWS zijn in het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen prioritaire groepen gedefinieerd voor beweegstimuleringsprogramma's. Het accent ligt hierbij op groepen die met name inactief zijn en/of waarbij er sprake is van een relatief hoog percentage kinderen met overgewicht. Voor het kiezen van de prioritaire groepen zijn goede instrumenten aanwezig. De Lokale en Nationale Monitor Jeugdgezondheid biedt mogelijkheden om prioritaire scholen te kiezen. Dat zijn scholen waarbij er bij een relatief hoog percentage van de kinderen sprake is van bewegingsarmoede en/of overgewicht.





Tijdens het uitvoeren van de pilot op basisscholen in Noord-Brabant bleek het echter voor de GVO-medewerkers van de GGD'en lastig om de gegevens van de Lokale en Nationale Monitor Jeugdgezondheid te raadplegen. Het bleek niet mogelijk om de prioritaire scholen binnen deze pilot te achterhalen. Het is aan te bevelen om een koppeling te maken tussen de GGD monitoring en de lokale projecten voor beweegstimulering. Relevante partijen, zoals degene die betrokken zijn bij bijvoorbeeld BOS-projecten, moeten inzage kunnen hebben in de resultaten van deze monitor.

Interventie

Het is aan te bevelen om de scholen die deelnemen aan beweegstimuleringsinterventies vooraf beter te informeren over de activiteiten die in het kader van een onderzoek plaatsvinden. In de pilot is bij de planning vooral rekening gehouden met de tijdsplanning van de Fontys Sporthogeschool. Bij volgende projecten zou de planning beter moeten aansluiten op de jaarplanning van de, aan de interventie, deelnemende scholen.

Ook moeten de activiteiten beter worden afgestemd op ander leefstijlinterventies die uitgevoerd worden. Bij projecten waarbij verschillende partijen betrokken zijn zoals GGD'en, scholen, kennis- en onderzoeksinstituten en aanbieders van sport- en beweegprogramma's verdient het aanbeveling om zeer duidelijke afspraken te maken rond taken en verantwoordelijkheden.

Naast het vinden van de prioritaire scholen is in de pilot in Noord-Brabant ook gebleken dat het vinden van controlescholen erg lastig is. Scholen zijn minder bereid om deel te nemen aan de programma's als er alleen metingen en geen interventie wordt uitgevoerd. Het geven van een garantie dat in een later stadium wel deelgenomen kan worden aan de beweegstimuleringsprogramma's (nadat de effectiviteit is aangetoond) kan deze drempel mogelijk verlagen.

Bij veel van de lokaal uitgevoerde interventies vinden geen effectevaluaties plaats (volgens een uniforme methodiek). De effectiviteit van de interventies is daarom niet goed vergelijkbaar. De in het kader van dit project uitgeteste protocollen en de web-based registratiemethoden kunnen er samen met de aangeschafte apparatuur voor zorgen dat dit in de toekomst wel mogelijk is.

De GGD'en hadden ten behoeve van de beweegstimuleringsinterventie voorlichtingsmateriaal beschikbaar over gezonde voeding. Hiervan was echter niet voldoende voorraad voor alle scholen die aan de pilot deelnamen. Er waren slechts enkele kisten met lesmateriaal voor basisscholen beschikbaar. Uitbreiding van de capaciteit is wenselijk indien grootschalige interventies worden opgezet.

Beweegstimuleringsprogramma's

Binnen de pilot werden sommige leerlingen niet bereikt doordat de ouders geen toestemming tot deelname verleenden. De studenten hadden hierbij (subjectief) de indruk dat er mogelijk een selectie-effect is opgetreden. Het is aan te bevelen om bij beweegstimuleringsinterventies onderzoek te doen naar degene die niet deelnemen



aan het onderzoek. Hiervan zou een profiel opgesteld kunnen worden van de 'non-participanten' om te bekijken of er een selectie-effect optreedt. Er leek een relatief hoge mate van 'non-participatie' te zijn onder leerlingen met overgewicht en onder leerlingen van allochtone afkomst. Ook was er uitval onder ouders die vonden dat zij onvoldoende geïnformeerd waren over de inhoud en uitvoering van het project. De respons zou in de toekomst verhoogd kunnen worden door ouders van tevoren beter te informeren over de activiteiten die in het kader van een onderzoek plaatsvinden. Bijzondere aandacht verdienen de ouders van allochtone afkomst en/of ouders van kinderen met overgewicht.

Het zou verstandig zijn als de vakleerkrachten lichamelijke opvoeding op de basisscholen een rol zouden krijgen bij het opsporen van kinderen met bewegingsarmoede en overgewicht. De vakleerkrachten lichamelijke opvoeding hebben de beschikking over leerlingvolgsystemen om de motorische ontwikkeling van kinderen in kaart te brengen. Zij hebben de mogelijkheid om de kinderen continue (wekelijks, jaarlijks) te monitoren. De GGD ziet de kinderen slechts tweemaal gedurende de basisschoolperiode. Daarnaast zou de vakleerkracht veranderingen in beweegpatroon kunnen vaststellen voordat overgewicht zich heeft ontwikkeld. TNO onderzoekt momenteel de mogelijkheden voor afstemming en uitbreiding van bestaande leerlingvolgsystemen met informatie over sport, bewegen en (over)gewicht. Hierbij wordt afgestemd op reeds lopende projecten zoals 'Jump In' in Amsterdam.

De binnen het kader van het huidige project onderzochte protocollen en web-based vragenlijsten zullen ook voor die nieuwe uitgebreide versie van het leerlingvolgsysteem worden ingezet.

Het inzetten van studenten van Sporthogeschole kan de leerkrachten veel extra werk uit handen nemen. Ook is het werken op projectbasis binnen de Fontys Sporthogeschool als zeer nuttig ervaren. Daarnaast blijkt de deelname van de studenten van de Sport-hogeschool aan beweegstimuleringsprojecten erg nuttig te zijn om kennis te maken met de praktische uitvoering van interventies gericht op leefstijlverandering. De huidige studenten uit het derde en vierde jaar van de opleiding tot vakleerkracht lichamelijke opvoeding beschikken over relatief weinig kennis op het gebied van (effectiviteit van) beweegstimuleringsprogramma's. Dat is jammer. Uit eerder onderzoek (Kahn, 2002, Kemper en Ooijendijk, 2004) is gebleken dat lessen lichamelijke opvoeding een effectieve vorm van beweegstimulering kunnen zijn. Het accent moet hierbij echter niet uitsluitend liggen op het aanbieden van een uur extra beweegactiviteiten, maar op beweegstimulering, waarbij leerlingen gestimuleerd worden om een actieve leefstijl te ontwikkelen en ook gaan deelnemen aan (georganiseerde) sportactiviteiten buiten de school. TNO kan op basis van de beschikbare deskundigheid op het gebied van (effectieve) beweegstimuleringsinterventies aan Sporthogeschole adviseren over de invulling van een onderwijsmodule voor de HBO opleiding voor vakleerkrachten lichamelijke opvoeding. Binnen sommige masterop-



leidingen van de Fontys Sporthogeschool wordt bijvoorbeeld al wel aandacht besteed aan het structureel veranderen van het beweeggedrag.

Studenten van de Sporthogeschool, maar mogelijk ook vakleerkrachten lichamelijke opvoeding zouden geholpen zijn met een korte lijst met criteria waaraan goede en effectieve beweegstimuleringsprogramma's zouden moeten voldoen.

Onderzoek

Tijdens de pilot in Noord-Brabant bleek dat er onvoldoende geijkte meetapparatuur beschikbaar was vanuit de GGD'en voor het meten van lengte en gewicht. Bij groot-schalige interventies, waarbij zoals in de pilot meer dan 20 scholen tegelijkertijd betrokken zijn, schiet de capaciteit tekort. Er bleken slechts enkele weegschalen en lengtemeters beschikbaar, die bovendien lastig vervoerbaar waren. Hieruit blijkt dat er behoefte is aan goede meetapparatuur die eenvoudig verplaatsbaar is en ingezet kan worden bij lokale interventies. Dat is de reden dat er binnen dit project middelen zijn vrijgemaakt om hiervoor apparatuur aan te schaffen.

Er moet daarbij voldoende aandacht besteed worden aan het exact opvolgen van de ontwikkelde meetprotocollen. De wijze van uitvoering van de metingen is van grote invloed op de betrouwbaarheid. Tijdens de pilot is gebleken dat er niet zonder meer van uit gegaan kan worden dat alle metingen volgens dit protocol uitgevoerd worden. Een DVD of instructiebijeenkomst zou hierbij uitkomst kunnen bieden.

Metingen van lengte en gewicht kunnen beter niet tijdens de les in de klas uitgevoerd worden. Ervaringen tijdens de pilot leren dat binnen een uur bij alle kinderen van een klas (van gemiddelde grootte) de lengte en het gewicht gemeten kunnen worden. Het was binnen schoolgebouwen soms lastig om muren te vinden zonder plint. Het gebruik van losstaande stadiometers is (mede) daarom aan te bevelen.

Op basis van de ervaringen bij het meten van groepen kinderen (o.a. in de pilot) zijn criteria opgesteld voor de aanschaf van betrouwbare mobiele meetapparatuur.

In dit project zijn zowel schriftelijke vragenlijsten als web-based versies van vragenlijsten ingezet voor het meten van:

- beweeggedrag
- kennis ten aanzien van voeding
- kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van sporten en bewegen

Op basis van de pilot is een aantal vragen aangepast. Het inzetten van web-based vragenlijsten is aan te bevelen omdat hiermee het ontbreken van data, het onjuist invullen en invoeren van de vragenlijsten en het ten onrechte overslaan van vragen wordt voorkomen. Ook verdient het invullen van de web-based vragenlijsten de voorkeur gelet op de benodigde tijd en de bereidheid tot invullen. Objectief gemeten kost het invullen van de schriftelijke vragenlijsten en de web-based versies ongeveer evenveel tijd. De VMBO-leerlingen gaven echter aan dat web-based vragenlijsten gevoelsmatig minder tijd lijken te kosten.





Het (onder begeleiding) invullen van de web-based vragenlijsten op school verdient de voorkeur boven het zelfstandig thuis invullen. De scholen moeten dan wel beschikken over voldoende computers. De leerlingen moeten de vragenlijsten zonder meekijken van andere leerlingen kunnen invullen.

Conclusie

Samenvattend kan geconcludeerd worden dat de twee pilots die in dit project zijn uitgevoerd een nuttige bijdrage hebben geleverd aan de verdere ontwikkeling van protocollen en meetinstrumenten die ingezet kunnen worden bij effectevaluaties van lokale beweegstimuleringsinterventies. Op dit moment zijn ten behoeve van effectevaluaties de volgende meetinstrumenten beschikbaar:

- zowel schriftelijke als web-based vragenlijsten voor het meten van:
 - beweeggedrag
 - kennis ten aanzien van voeding
 - kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van sporten en bewegen
- schoolscan
- wijkscan
- mobiele en betrouwbare weegschalen
- mobiele en betrouwbare stadiometers
- huiplooiometer
- ActiGraph versnellingsmeters

Met behulp van de inventarisatie van de fitheidstesten is een hulpmiddel beschikbaar gekomen waarmee een gerichte keuze gemaakt kan worden voor een geschikte test voor het meten (van veranderingen) van de lichamelijke fitheid bij kinderen van 4-18 jaar.

Alhoewel zowel landelijk als lokaal de prioritaire groepen en scholen zijn vastgesteld is nadere onderlinge afstemming tussen de verschillende partijen wenselijk (gemeente, GGD, scholen) om er voor te zorgen dat de prioritaire scholen daadwerkelijk bij de beweegstimuleringsinterventies worden betrokken. Ook moet extra aandacht besteed worden aan het bereiken van de kinderen met de grootste mate van bewegingsarmoede en/of overgewicht. Het betrekken van de ouders bij de interventies is noodzakelijk. Ook wordt geadviseerd de vakleerkrachten een rol te geven bij het opsporen van kinderen met bewegingsarmoede en (beginnend) overgewicht.

Gebleken is dat meer aandacht besteed moet worden aan (effectieve vormen van) beweegstimulering binnen de opleiding voor vakleerkrachten lichamelijke opvoeding.

Binnen dit project is ten slotte een 'invitational meeting' georganiseerd waarin aandacht besteed is aan de inrichting van een fieldlab, een broedplaats en proeftuin voor





innovatief beweegaanbod gericht op groepen kinderen die met het huidige sport- en beweegaanbod niet (voldoende) bereikt worden. In een fieldlab omgeving kunnen nieuwe producten en/of diensten eerder tot stand komen doordat de verschillende partijen hierin vanuit een duurzame structuur samenwerken.

Zowel bedrijven als gemeentes gaven aan dat er naast een vast fieldlab ook behoefte zou zijn aan een mobiel fieldlab om metingen en effectevaluaties lokaal te kunnen uitvoeren.

Na afronding van het project moeten de ontwikkelde protocollen, (web-based) vragenlijsten en de beschikbare meetinstrumenten in de praktijk geïmplementeerd worden. Hier is al een begin mee gemaakt. Uiteraard zal TNO zorgen voor het inzetten van deze middelen in projecten die zij zelf uitvoert. Doordat de ontwikkel- en testfase reeds in het voorliggende project heeft plaatsgevonden zal de effectevaluatie in nieuwe projecten efficiënter en goedkoper uitgevoerd kunnen worden.

Een deel van de beschikbare apparatuur is reeds ingezet in projecten:

- weegschaal en stadiometer, binnen de evaluatie van aanpassing van het schoolplein in Oldenzaal, Basisschool de Bongerd;
- ActiGraph versnellingsmeters, binnen project Generation R (Bleeker et al., 2006), playground van de toekomst, Gezond dansen en evaluatie laser-squash

De web-based vragenlijsten voor het basisonderwijs, zoals deze binnen dit project zijn ontwikkeld, zijn inmiddels al ingezet binnen de projecten:

- Scores voor gezondheid
- Evaluatie van aanpassing van het schoolplein binnen Oldenzaal, Basisschool de Bongerd

In de toekomst zullen de web-based vragenlijsten voor het basisonderwijs worden ingezet bij BOS-projecten voor de gemeente Vlaardingen en Maassluis.

De web-based vragenlijst ten behoeve van het VMBO is inmiddels ingezet op twee VMBO-scholen in Rotterdam. In de nabije toekomst zal deze tevens gebruikt worden voor een onderzoek naar de inzet van een fitheidstest en individueel beweegadvies als instrument voor beweegstimulering in sportcomplex Eindhoven Noord.

TNO zal de ontwikkelde protocollen en web-based vragenlijsten tevens gebruiken bij de verdere afstemming en uitbreiding van het leerlingvolgsysteem.

TNO is momenteel bezig met afstemming en het afsluiten van een raamovereenkomst met het NISB, ondermeer over het uitvoeren van effectevaluaties voor projecten binnen de Campagne 30 minuten bewegen.



Als vervolg op het huidige project is het aan te bevelen om te werken aan de volgende onderdelen:

- 1 Het uitbreiden van de web-based vragenlijsten (voor het meten van beweeggedrag, kennis ten aanzien van voeding, kennis, attitude, sociale norm en eigen effectiviteit ten aanzien van sporten en bewegen) met een module voor standaardrapportage. In deze standaardrapportage wordt aan een school terugkoppeling geven over de resultaten en worden vergelijkingen gemaakt met referentiewaarden (die bij TNO beschikbaar zijn).
- 2 Het uitbreiden van het leerlingvolgsysteem met een module om bewegingsarmoede en overgewicht (in een vroegtijdig stadium) op te sporen.
- 3 Het ontwikkelen van een web-based schoolscan.
- 4 Het valideren van de ontwikkelde web-based vragenlijsten met bijvoorbeeld beweegdagboekjes en ActiGraph versnellingsmeters. Dit laatste is ook belangrijk omdat hiermee ook de link gelegd kan worden met de OBiN monitoring en de trendrapportage.







5 Referenties

BAKKER I, VRIES SI DE, JONGERT MWA, HOPMAN-ROCK M. Protocollen ten behoeve van het opzetten en evalueren van leefstijlinterventies bij kinderen; een inventarisatie. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven TNO-rapport KvL/B&G 2006.046.

BLEEKER SE, VRIES SI DE, JADDOE VWV, WITTEMAN JCM, HOFMAN A, HOPMAN-ROCK M, MOLL HA. Lichamelijke (in)activiteit bij 2 jarigen. Abstract, Tijdschrift voor Kindergeneeskunde 2006, Suppl 1: 19-20.

BRUIL J, DIJKSTRA NS, JACOBUSSE GW, KOK C, KLABBERS AJPA, DUINSTRAL UD, WIJNGAARDEN JCM van, PIJPERS FIM, PAULUSSEN TGWM. Handleiding Vragenlijsten Schoolgezondheid Basisonderwijs "Wat doe jij voor je gezondheid?" TNO Preventie en Gezondheid & GGD Nederland, 2004.

BRUIL J, VRIES SI DE, DOMMELEN P VAN, CHORUS A, BAAN VAN DER- SLOOTWEG OH. Evaluatie van Victory Camp en Real Victory 2004/2005. Resultaten van het zomerkamp en de nazorg voor jongeren op overgewicht, gedrag en kwaliteit van leven. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven TNO-rapport KvL/ P&Z 2006.048.

KAHN EB, RAMSEY LT, BROWNSON RC, HEATH GW, HOWZE EH, POWELL KE, STONE EJ, RAJAB MW, CORSO P. The Effectiveness of Interventions to Increase Physical Activity; A systematic Review. American Journal of Preventive Medicine 2002; 22 (4S): 73-107.

KEMPER HCG, OOIJENDIJK WTM. H2: De Nederlandse Norm Gezond Bewegen; een update met bezinning over communicatie. In: Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2002/2003. o.r.v. HILDEBRANDT VH, OOIJENDIJK WTM, STIGGELBOUT M, HOPMAN-ROCK M. TNO Arbeid. Amsterdam: PlantijnCasparie, 2004.

KEMPER HCG, OOIJENDIJK WTM, STIGGELBOUT M. Consensus over de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. TSG 2000; 78: 180-3.

MINISTERIE VAN VWS. Nota 'Sport, bewegen en gezondheid'. Den Haag: Ministerie van VWS, 2001.

MINISTERIE VAN VWS. Nota 'Tijd voor sport; Bewegen, meedoen, presteren'. Den Haag: Ministerie van VWS, 2005.

OIJENDIJK WTM, HILDEBRANDT V, JACOBUSSE G, HOPMAN-ROCK M. Bewegen in Nederland 2000-2004 (OBiN); eerste resultaten. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven, 2005.





STEGE JP, HESPEN ATH VAN, OOIJENDIJK WTM, OVERBEEK K VAN, VRIES SI DE. Sport- en bewegingsactiviteiten op het VMBO. Leiden: TNO Preventie en Gezondheid. TNO-rapport PG/ B&G 2004.178

VOGELSANG K, VERMEEREN M, HOEF RTH van der, FISCHER T, BEERENS NWAM, ENGELLEN L van, SPOOR T. Gezond bewegen in groep 7 en 8. Tilburg: Fontys Sporthogeschool, 2006.

VRIES SI DE, BAKKER I, HOPMAN-ROCK M, HIRASING RA, MECHELEN W VAN. Bewegemeters voor kinderen en adolescenten: reproduceerbaarheid en validiteit. JGZ Tijdschrift voor Jeugdgezondheidszorg 2006; 5: 92-95.

VRIES SI DE, BAKKER I, OVERBEEK K van, BOER ND, HOPMAN-ROCK M. Kinderen in prioriteitswijken: lichamelijke (in)activiteit en overgewicht. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven, 2005. TNO-rapport KvL/B&G 2005.179. ISBN 90-5986-165-5

VRIES SI DE, DUIJNHOFEN M VAN, OOIJENDIJK WTM, HOPMAN-ROCK M. School & Sport Speciaal. Sport- en beweegactiviteiten voor en door leerlingen uit het speciaal onderwijs. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven. TNO-rapport KvL/B&G 2005.114. ISBN 90-5986-173-6

WENDEL-VOS GCW, OOIJENDIJK WTM, BAAL PHM van, STORM I, VIJGEN SMC, JANS M, HOPMAN-ROCK M, SCHUIT AJ, WIT GA de, BEMELMANS WJE. Kosteneffectiviteit en gezondheidswinst van behalen beleidsdoelen bewegen en overgewicht; onderbouwing Nationaal Actieplan Sport en Bewegen. Bilthoven: RIVM, 2005. RIVM-rapport 260701001/2005.

ZEIJL E, CRONE M, WIEFFERINK K, KEUZENKAMP S, REIJNEVELD M. Kinderen in Nederland. Den Haag: SCP, Leiden: TNO Kwaliteit van Leven, 2005.



Bijlagen







Bijlage A Vragen semi-gestructureerd interview pilot Noord-Brabant

Procesevaluatie protocollen project 'Gezond bewegen voor groep 7 en 8'

▪ Algemeen

- Was de school bereid om mee te werken aan een onderzoek?
Zo ja, onder welke voorwaarden?
Zo nee, waarom niet?
- Hebben jullie of de school reacties/ tips/ kritiek van *ouders* gekregen over het project dan wel de metingen? Zo ja, wat voor reacties?
- Hebben jullie reacties/ tips/ kritiek van *andere groepsleerkrachten* (dan die uit groep 7 en 8) gekregen over het project dan wel de metingen? Zo ja, wat voor reacties?
- Hebben jullie reacties/ tips/ kritiek van de *directie* of groepsleerkrachten uit groep 7 en 8 gekregen over het project dan wel de metingen? Zo ja, wat voor reacties?
- Van hoeveel ouders/ kinderen hebben jullie geen *toestemming* gekregen voor het onderzoek?
- Van welke ouders/ kinderen hebben jullie geen *toestemming* gekregen voor het onderzoek?
- Hoe zou de respons verhoogd kunnen worden?
- Hoe reageerden de kinderen die niet mee mochten/ wilden doen op de metingen (bijv. voelden zich buitengesloten, jaloers, wilden toch wel meedoen)?
- Hoe reageerden de kinderen die wel mee mochten doen op de kinderen die niet mee mochten/ wilden doen aan de metingen en andersom?

▪ Lengte en Gewicht

- Wie voerde deze meting uit (alleen/ samen met andere studenten/ samen met groepsleerkracht/ vakleerkracht LO)? Hoe beviel dat?
- Wat voor soort weegschaal is gebruikt (digitaal/ analoog)? Hoe beviel dat?
- Is bij de tweede meting dezelfde weegschaal gebruikt? Zo nee, waarom niet?
- Wat voor lengtemeter is gebruikt? Hoe beviel dat?
- Waar is gemeten (gymzaal, gang)? Hoe beviel dat?
- Op welke ondergrond is gemeten (bijv. vloerbedekking, hout)? Hoe beviel dat?
- Hoe is gemeten (met/ zonder kleding/ schoenen)? Hoe beviel dat?
- Wanneer is gemeten (bijv. in de gymles, pauze)? Hoe beviel dat?
- Hebben jullie het protocol voor het meten van lengte en gewicht ontvangen/ gelezen/ begrepen/ uitgevoerd?
- Hoeveel tijd nam het meten van lengte en gewicht in beslag?
- Reacties/ ervaringen van kinderen
- Problemen/ knelpunten
- Verbeterpunten voor in de toekomst

▪ Vragenlijst Bewegen

- Wie kopieerde de vragenlijsten? Hoe beviel dat?
- Waar werden de vragenlijst gekopieerd? Hoe beviel dat?
- Waar is de vragenlijst ingevuld (in de klas/ gymles/ thuis)? Hoe beviel dat?
- Indien op school, is de vragenlijst klassikaal of individueel ingevuld? Hoe beviel dat?



- Indien op school, hadden de kinderen hulp nodig bij het invullen van de vragenlijst? Zo ja, bij welke vragen?
 - Indien op school, hoe werd dit ingebed in een les? Hoe beviel dat?
 - Indien op school, wie nam de vragenlijsten in/ wie had de leiding over dit onderdeel van de les (groepsleerkracht/ jullie)? Hoe beviel dat?
 - Hoe lang duurde het om de vragenlijst in te vullen?
 - Zou het een verbetering zijn om de vragenlijst digitaal in te kunnen vullen? Zo ja, voor wie? Zo nee, waarom niet?
 - Zou het uitvoerbaar zijn om de vragenlijst op school digitaal in te vullen? M.a.w. zijn er een of meerdere computers met internetverbinding op school die door leerlingen gebruikt mogen worden?
 - Zou het uitvoerbaar zijn om de vragenlijst thuis digitaal in te vullen? M.a.w. heeft het overgrote deel van de leerlingen een computer met Internet thuis?
 - Hebben jullie vragen gemist? Zo ja, welke?
 - Reacties/ ervaringen van kinderen
 - Problemen/ knelpunten
 - Verbeterpunten voor in de toekomst
- **Buurtscan**
- Wie heeft de buurtscan ingevuld (alleen/ samen met andere student(en))? Hoe beviel dat?
 - Hoe is de buurtscan ingevuld (lopend/ fietsend)? Hoe beviel dat?
 - Hoe lang duurde het om de buurtscan in te vullen?
 - Waren alle items duidelijk? Zo nee, welke niet?
 - Hebben jullie items gemist? Zo ja, welke?
 - Hebben jullie een kaart van de buurt/ wijk kunnen vinden/ gebruikt/ ingescand/ gekopieerd? Zo ja, hebben jullie de route die jullie gelopen/ gefietst hebben gemarkeerd op de kaart? Zo nee, waarom niet?
 - Problemen/ knelpunten
 - Verbeterpunten voor in de toekomst
- **Schoolscan**
- Wie heeft de schoolscan ingevuld? Hoe beviel dat?
 - Waren alle items duidelijk? Zo nee, welke niet?
 - Heeft diegene items gemist? Zo ja, welke?
 - Hoe lang duurde het om de schoolscan in te vullen?
 - Zou het een verbetering zijn om de schoolscan digitaal in te kunnen vullen? Zo nee, waarom niet?
 - Problemen/ knelpunten
 - Verbeterpunten voor in de toekomst
- **Dataverwerking en – analyse**
- Zouden jullie zelf een data-invoer scherm kunnen maken? Zo ja, in welk programma zou je dat dan doen? Zo nee, waarom niet?
 - Hadden jullie voldoende kennis van SPSS om het toegezonden invoerscherm te gebruiken? Zo nee, waar had je toelichting over willen ontvangen?
 - Hoeveel tijd kostte het om de vragenlijsten in te voeren?
 - Hadden jullie voldoende kennis van SPSS om de resultaten/ de output te kunnen 'lezen' en verwerken in het verslag? Zo nee, waar had je toelichting over willen ontvangen?



- Hoeveel tijd kostte het om de gegevens te verwerken in het verslag?
- Problemen/ knelpunten
- Verbeterpunten voor in de toekomst
- **Overig**
 - Wie beheerde de proefpersoonnummers? Hoe beviel dat?
 - In hoeveel dagen hebben jullie de metingen op school uitgevoerd? Hoe beviel dat?
 - Hoeveel tijd hebben de metingen jullie in totaal gekost (voorbereiding, uitvoeren, invoeren en verwerken gegevens)?
 - Zou de school de metingen zelfstandig uit kunnen voeren? Zo ja, onder welke voorwaarden? Zo nee, waarom niet?
 - Zou de school de metingen zelfstandig uit willen voeren? Zo ja, onder welke voorwaarden? Zo nee, waarom niet?
 - In hoeverre waren er ouders betrokken bij het project dan wel de metingen? Hoe zou dit verbeterd kunnen worden?
 - Wat zou je zelf de volgende keer anders doen?
 - Hoe vonden jullie het om aan een onderzoek mee te werken? Wat vonden jullie leuk, wat vonden jullie minder leuk?
 - Overige opmerkingen en verbeterpunten.







Bijlage B Protocol voor het meten van lengte en gewicht bij kinderen (4 t/m 12 jaar)

Protocol voor het meten van lengte en gewicht bij kinderen (4 t/m 12 jaar)

1. Lichaamsgewicht

Het bepalen van het lichaamsgewicht van het kind gebeurt met een weegschaal.

De gewichtsmeting van een kind, stap voor stap

- Controleer of de weegschaal onbelast op 0 staat;
- Laat het kind (zonder schoenen en sokken, maar met kleding) op de weegschaal stappen;
- Controleer of het kind stil staat en zich nergens aan vasthoudt;
- Lees het gewicht op 100 gram nauwkeurig af;
- Trek 500 gram van het afgelezen gewicht af (voor de kleding) en noteer het.

2. Lichaamslengte

Voor het meten van een staand kind wordt gebruik gemaakt van een microtoise. Deze moet op de goede hoogte aan de muur bevestigd worden en worden geijkt. De vloer waar de staande lengte wordt gemeten moet vlak zijn. Leg op die plek geen losse kledjes of matjes neer.

De lengtemeting van een kind, stap voor stap

- Vertel het kind wat er van hem of haar wordt verwacht;
- De voeten van het kind zijn ontbloot (sokken en schoenen uit);
- Plaats het kind recht onder de microtoise; de voorgeplakte voetjes op de grond bieden uitkomst;
- Het kind staat op beide voeten; let op dat het kind niet op de tenen staat;
- Corrigeer de stand van het kind zo dat de hakken, de billen, de schouders en het achterhoofd van het kind de muur raken;
- De enkels raken elkaar (soms niet mogelijk bij kinderen met x-benen);
- Het hoofd staat in de juiste positie, in het 'Frankfurter vlak';

'Frankfurter vlak'

Bekijk het kind van de zijkant. Trek een denkbeeldige horizontale lijn door de bovenrand van de uitwendige gehoorgang en de onderkant van de oogkas. Deze lijn moet loodrecht staan op de muur waartegen het kind staat. Het hoofd staat dan in de juiste stand voor het meten van de lengte.

- Het kind moet zijn rug strekken, dat lukt vaak beter door te vragen diep in te ademen dan door de instructie 'maak je zo lang mogelijk', omdat kinderen dan de neiging hebben om op de tenen te gaan staan;
- Schuif de microtoise op het hoofd van het kind, waarbij zo goed mogelijk direct contact wordt gehouden tussen de microtoise en de hoofdhuid; druk eventueel opgestoken haar plat en verwijder zo nodig klemmetje, speldjes en andere zaken die de meting kunnen verstoren;
- Controleer nogmaals of aan alle voorgaande eisen is voldaan;
- Lees de lengte af tot op 1 mm nauwkeurig;
- Laat het kind onder de microtoise vandaan stappen;
- Registreer het meetresultaat.

Bron: FREDRIKS AM, BUUREN S VAN, BURGMEIJER RJF, VERLOOVE-VANHORICK SP, WIT JM. Groeidiagrammen: Handleiding bij het meten en wegen van kinderen en het invullen van groeidiagrammen. TNO/ LUMC, Leiden, 2002.







Bijlage C Schriftelijke vragenlijst pilot Noord-Brabant

Vul hier je voor- en achternaam in
(deze gegevens worden later weer weggehaald)



Vragenlijst voor kinderen uit groep 7 en 8

1^e meting





Hallo,

Hoe gaat het met jou? Hoe denk je over voeding, bewegen en sporten? Dit zijn dingen die we graag van jou willen weten.

Het volgende is belangrijk om te weten voordat je de lijst invult:

- Dit is geen proefwerk of test. Er zijn dus geen foute antwoorden.
- Het is belangrijk dat je alle vragen eerlijk beantwoordt. De antwoorden zijn altijd goed, het gaat om jouw mening.
- Lees elke vraag goed door, maar denk er niet te lang over na. Kies het antwoord dat het beste bij jou past en kruis het hokje aan.
- Je kunt steeds één antwoord per vraag geven.

Als je een antwoord wilt veranderen, kun je dat als volgt doen:

Kras het verkeerd ingevulde antwoord helemaal door en kruis alsnog het goede antwoord aan:

nooit <input checked="" type="radio"/> 1	zelden <input type="radio"/> 2	zo nu en dan <input type="radio"/> 3	redelijk vaak <input type="radio"/> 4	altijd <input type="radio"/> 5
goede antwoord			foute antwoord	

Als je vragen tegenkomt die je echt niet kan beantwoorden, sla ze dan over en ga naar de volgende vraag.

Belangrijk: Dit is geen examen! Er zijn geen goede of foute antwoorden. Het is wel belangrijk dat je de vragenlijst helemaal en zo duidelijk mogelijk invult.



1. Over jezelf

Zet een kruisje bij het hokje dat bij jou past.

1. Ben je een meisje of een jongen? ¹ Meisje
² Jongen
2. Welke datum is het vandaag? _____
dag maand jaar
3. Wat is je geboortedatum? _____
dag maand jaar
4. In welke groep op school zit je? ¹ Groep 7
² Groep 8
³ Anders, _____
5. In welk land ben je geboren? ¹ Nederland
² Suriname
³ Nederlandse Antillen of Aruba
⁴ Turkije
⁵ Marokko
⁶ Ander land, namelijk _____
6. In welk land is je eigen moeder geboren? ¹ Nederland
² Suriname
³ Nederlandse Antillen of Aruba
⁴ Turkije
⁵ Marokko
⁶ Ander land, namelijk _____
7. In welk land is je eigen vader geboren? ¹ Nederland
² Suriname
³ Nederlandse Antillen of Aruba
⁴ Turkije
⁵ Marokko
⁶ Ander land, namelijk _____





2. Bewegen

Denk bij het invullen van de volgende vragen over bewegen aan de afgelopen week.

8. Hoeveel dagen per week ga jij lopend of zelf fietsend naar school?
- ¹ nooit, minder dan 1 dag per week → *Ga door naar vraag 10*
² 1 dag per week
³ 2 dagen per week
⁴ 3 dagen per week
⁵ 4 dagen per week
⁶ 5 dagen per week
9. Hoe lang ben je meestal lopend of zelf fietsend per dag onderweg van huis naar school en van school naar huis? (tel de minuten bij elkaar op van één dag (ochtend en middag))?
- ¹ minder dan 10 minuten per dag
² 10 tot 20 minuten per dag
³ 20 tot 30 minuten per dag
⁴ 30 minuten tot een uur per dag
⁵ langer dan een uur per dag
10. Hoeveel keer per week heb jij sport op school, zoals schoolgym, schoolzwemmen enz?
- ¹ nooit, minder dan 1 keer per week
² 1 keer per week
³ 2 keer per week
⁴ 3 keer per week
⁵ 4 keer per week
⁶ 5 keer per week of vaker
11. Ben je lid van een (of meerdere) sportvereniging(en)?
- ¹ ja
² nee → *Ga door naar vraag 14*
12. Hoeveel keer per week sport je bij een vereniging (buiten school)? (zwemmen, voetballen, ballet, paardrijden enz)?
- ¹ nooit, minder dan 1 keer per week → *Ga door naar vraag 14*
² 1 keer per week
³ 2 keer per week
⁴ 3 keer per week
⁵ 4 keer per week
⁶ 5 keer per week
⁷ 6 keer per week
⁸ 7 keer per week
⁹ ik heb afgelopen week niet gesport, maar doe dat in een normale week wel → *Ga door naar vraag 14*
13. Hoe lang per keer sport je meestal?
- ¹ korter dan een half uur per keer
² een half uur tot 1 uur per keer
³ 1 tot 2 uur per keer
⁴ 2 tot 3 uur per keer
⁵ meer dan 3 uur per keer





14. Hoeveel dagen per week kijk jij TV/Video/DVD?
- 1 nooit, minder dan 1 dag per week → *Ga door naar vraag 16*
 - 2 1 dag per week
 - 3 2 dagen per week
 - 4 3 dagen per week
 - 5 4 dagen per week
 - 6 5 dagen per week
 - 7 6 dagen per week
 - 8 7 dagen per week
15. Hoe lang per dag kijk je meestal TV/Video/DVD?
- 1 korter dan een half uur per dag
 - 2 een half uur tot 1 uur per dag
 - 3 1 tot 2 uur per dag
 - 4 2 tot 3 uur per dag
 - 5 meer dan 3 uur per dag
16. Hoeveel dagen per week zit je achter de computer, Internet, gameboy (buiten schooltijd)?
- 1 nooit, minder dan 1 dag per week → *Ga door naar vraag 18*
 - 2 1 dag per week
 - 3 2 dagen per week
 - 4 3 dagen per week
 - 5 4 dagen per week
 - 6 5 dagen per week
 - 7 6 dagen per week
 - 8 7 dagen per week
17. Hoe lang per dag zit je meestal achter de computer of Internet (buiten schooltijd)?
- 1 korter dan een half uur per dag
 - 2 een half uur tot 1 uur per dag
 - 3 1 tot 2 uur per dag
 - 4 2 tot 3 uur per dag
 - 5 meer dan 3 uur per dag
18. Hoeveel dagen per week speel je buiten (buiten schooltijd)?
- 1 nooit, minder dan 1 dag per week → *Ga door naar het volgende onderdeel*
 - 2 1 dag per week
 - 3 2 dagen per week
 - 4 3 dagen per week
 - 5 4 dagen per week
 - 6 5 dagen per week
 - 7 6 dagen per week
 - 8 7 dagen per week
 - 8 ik heb afgelopen week niet buiten gespeeld, maar doe dat in een normale week wel → *Ga door naar het volgende onderdeel*





19. Hoe lang per dag speel je meestal buiten (buiten schooltijd)?
- ¹ korter dan een half uur per dag
 - ² een half uur tot 1 uur per dag
 - ³ 1 tot 2 uur per dag
 - ⁴ 2 tot 3 uur per dag
 - ⁵ meer dan 3 uur per dag

3. Wat denk jij?

- | | Waar | Weet niet | Niet waar |
|---|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|
| 20. Elke dag ontbijten is gezond. | <input type="checkbox"/> ¹ | <input type="checkbox"/> ² | <input type="checkbox"/> ³ |
| 21. Het is genoeg om één keer in de week een stuk fruit te eten. | <input type="checkbox"/> ¹ | <input type="checkbox"/> ² | <input type="checkbox"/> ³ |
| 22. Gekookt eten is gezonder dan gebakken eten. | <input type="checkbox"/> ¹ | <input type="checkbox"/> ² | <input type="checkbox"/> ³ |
| 23. Naar school lopen of fietsen is beter voor je dan met de auto gaan. | <input type="checkbox"/> ¹ | <input type="checkbox"/> ² | <input type="checkbox"/> ³ |
| 24. Het is gezond om elke dag buiten te spelen. | <input type="checkbox"/> ¹ | <input type="checkbox"/> ² | <input type="checkbox"/> ³ |
| 25. Het is genoeg om elke dag een half uur te bewegen. | <input type="checkbox"/> ¹ | <input type="checkbox"/> ² | <input type="checkbox"/> ³ |

Dit gedeelte van de vragenlijst gaat over fietsen of lopen als je ergens naar toe gaat. Naar school, maar ook in je vrije tijd. Bijvoorbeeld, als je naar een vriend of vriendin gaat, naar een winkel of naar een (sport)club, er van uitgaand dat dit op loop- of fietsafstand is.

26. Vind je dat je zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens heen zou moeten gaan?
- ¹ Ja dat moet zeker
 - ² Ja dat zou eigenlijk wel moeten
 - ³ Misschien wel/misschien niet
 - ⁴ Nee dat hoeft eigenlijk niet
 - ⁵ Nee dat hoeft zeker niet
27. Als ik lopend of met de fiets ergens naar toe ga, kost me dat...
- ¹ Veel moeite
 - ² Moeite
 - ³ Beetje moeite
 - ⁴ Geen moeite
 - ⁵ Helemaal geen moeite



28. Als ik lopend of met de fiets ergens naar toe ga, vind ik dat ...
- ¹ Heel leuk
 - ² Leuk
 - ³ Niet leuk/ niet stom
 - ⁴ Stom
 - ⁵ Heel stom
29. Als ik zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe zou gaan, voel ik me...
- ¹ Veel fitter dan als ik dat niet zou doen
 - ² Fitter dan als ik dat niet zou doen
 - ³ Maakt niet uit
 - ⁴ Minder fit dan als ik dat niet zou doen
 - ⁵ Veel minder fit dan als ik dat niet zou doen
30. Als ik zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe zou gaan, is mijn kans om te dik te worden of te blijven...
- ¹ Veel kleiner dan als ik dat niet zou doen
 - ² Kleiner dan als ik dat niet zou doen
 - ³ Maakt niet uit
 - ⁴ Groter dan als ik dat niet zou doen
 - ⁵ Veel groter dan als ik dat niet zou doen
31. Vinden de meeste van jouw vrienden dat jij zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe zou moeten gaan?
- ¹ Ja, dat moet van hen zeker
 - ² Ja, dat moet van hen eigenlijk wel
 - ³ Misschien wel/misschien niet
 - ⁴ Nee, dat hoeft van hen eigenlijk niet
 - ⁵ Nee, dat hoeft van hen zeker niet
32. Vindt jouw moeder dat jij zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe zou moeten gaan?
- ¹ Ja, dat moet van haar zeker
 - ² Ja, dat moet van haar eigenlijk wel
 - ³ Misschien wel/misschien niet
 - ⁴ Nee, dat hoeft van haar eigenlijk niet
 - ⁵ Nee, dat hoeft van haar zeker niet
 - ⁶ Heb ik niet





33. Vindt jouw vader dat jij zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe zou moeten gaan?

- ¹ Ja, dat moet van hem zeker
- ² Ja, dat moet van hem eigenlijk wel
- ³ Misschien wel/misschien niet
- ⁴ Nee, dat hoeft van hem eigenlijk niet
- ⁵ Nee, dat hoeft van hem zeker niet
- ⁶ Heb ik niet

34. Hoeveel van jouw vrienden gaan zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe?

- ¹ (Bijna) allemaal
- ² Meer dan de helft
- ³ Ongeveer de helft
- ⁴ Minder dan de helft
- ⁵ (Bijna) niemand

35. Gaat jouw moeder wel eens lopend of met de fiets ergens naar toe?

- ¹ Ja, zo vaak mogelijk
- ² Ja, regelmatig
- ³ Ja, af en toe
- ⁴ Zelden
- ⁵ Nee, bijna nooit
- ⁶ Heb ik niet

36. Gaat jouw vader wel eens lopend of met de fiets ergens naar toe?

- ¹ Ja, zo vaak mogelijk
- ² Ja, regelmatig
- ³ Ja, af en toe
- ⁴ Zelden
- ⁵ Nee, bijna nooit
- ⁶ Heb ik niet

37. Denk je dat het je zult lukken om zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe te gaan?

- ¹ Ja, zeker wel
- ² Ja, waarschijnlijk wel
- ³ Misschien wel/misschien niet
- ⁴ Nee, waarschijnlijk niet
- ⁵ Nee, zeker niet





38. Ben je van plan om het komende half jaar zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe te gaan?
- ¹ Ja, zeker wel
 - ² Ja, waarschijnlijk wel
 - ³ Misschien wel/misschien niet
 - ⁴ Nee, waarschijnlijk niet
 - ⁵ Nee, zeker niet

39. Welke van de volgende uitspraken past het beste bij jou? (*slechts één antwoord aankruisen*)
- ¹ Ik heb er nooit over nagedacht om vaker lopend of met de fiets te gaan.
 - ² Ik heb er wel over nagedacht, maar ik weet nog niet of ik vaker lopend of met de fiets ga.
 - ³ Ik heb besloten om niet vaker lopend of met de fiets te gaan.
 - ⁴ Ik wil later wel vaker lopend of met de fiets gaan, maar ben dat voorlopig nog niet van plan.
 - ⁵ Ik wil vandaag nog beginnen met vaker lopend of fietsend ergens naar toe te gaan.
 - ⁶ Ik ga nu al vaker dan vroeger lopend of met de fiets.

Dit gedeelte van de vragenlijst gaat over sporten in je vrije tijd of op school (gymnastiek telt ook mee).

40. Vind je dat je minstens twee keer per week zou moeten sporten?
- ¹ Ja dat moet zeker
 - ² Ja dat zou wel moeten
 - ³ Misschien wel/misschien niet
 - ⁴ Nee dat hoeft niet
 - ⁵ Nee dat hoeft zeker niet
41. Als ik aan het sporten ben, kost me dat...
- ¹ Veel moeite
 - ² Moeite
 - ³ Beetje moeite
 - ⁴ Geen moeite
 - ⁵ Helemaal geen moeite
42. Als ik aan het sporten ben, vind ik dat...
- ¹ Heel leuk
 - ² Leuk
 - ³ Niet leuk/niet stom
 - ⁴ Stom
 - ⁵ Heel stom



43. Als ik aan het sporten ben, voel ik me...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel onzeker over mijn uiterlijk <input type="checkbox"/> ² Onzeker over mijn uiterlijk <input type="checkbox"/> ³ Niet onzeker/niet zeker over mijn uiterlijk <input type="checkbox"/> ⁴ Zeker over mijn uiterlijk <input type="checkbox"/> ⁵ Heel zeker over mijn uiterlijk
44. Als ik aan het sporten ben, voel ik me...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel onhandig <input type="checkbox"/> ² Onhandig <input type="checkbox"/> ³ Beetje onhandig <input type="checkbox"/> ⁴ Niet onhandig <input type="checkbox"/> ⁵ Helemaal niet onhandig
45. Als ik twee keer per week zou sporten, voel ik me...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel fitter dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ² Fitter dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ³ Maakt niet uit <input type="checkbox"/> ⁴ Minder fit dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ⁵ Veel minder fit dan als ik dat niet zou doen
46. Als ik minstens twee keer per week zou sporten, is mijn kans om te dik te worden of te blijven...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel kleiner dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ² Kleiner dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ³ Maakt niet uit <input type="checkbox"/> ⁴ Groter dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ⁵ Veel groter dan als ik dat niet zou doen
47. Vinden de meeste van jouw vrienden dat jij minstens twee keer per week zou moeten sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat moet van hen zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat moet van hen eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat hoeft van hen eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat hoeft van hen zeker niet
48. Vindt je moeder dat jij minstens twee keer per week zou moeten sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat moet van haar zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat moet van haar eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat hoeft van haar eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat hoeft van haar zeker niet <input type="checkbox"/> ⁶ Heb ik niet
49. Vindt je vader dat jij minstens twee keer per week zou moeten sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat moet van hem zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat moet van hem eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat hoeft van hem eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat hoeft van hem zeker niet <input type="checkbox"/> ⁶ Heb ik niet



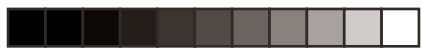
50. Hoeveel van jouw vrienden sporten minstens twee keer per week?	<input type="checkbox"/> ¹ (Bijna) allemaal <input type="checkbox"/> ² Meer dan de helft <input type="checkbox"/> ³ Ongeveer de helft <input type="checkbox"/> ⁴ Minder dan de helft <input type="checkbox"/> ⁵ (Bijna) niemand
51. Gaat jouw moeder wel eens sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, minstens twee keer per week <input type="checkbox"/> ² Ja, regelmatig (1 à 2 x per week) <input type="checkbox"/> ³ Ja, af en toe (1 x per 2 weken) <input type="checkbox"/> ⁴ Zelden (1 x per maand) <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, (bijna) nooit (minder dan 1x per maand) <input type="checkbox"/> ⁶ Heb ik niet
52. Gaat jouw vader wel eens sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, minstens twee keer per week <input type="checkbox"/> ² Ja, regelmatig (1 à 2 x per week) <input type="checkbox"/> ³ Ja, af en toe (1 x per 2 weken) <input type="checkbox"/> ⁴ Zelden (1 x per maand) <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, (bijna) nooit (minder dan 1x per maand) <input type="checkbox"/> ⁶ Heb ik niet
53. Denk je dat het je zult lukken om (bijna) elke week minstens twee keer te sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet
54. Ben je van plan om het komende half jaar minstens twee keer per week te sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet

55. Welke van de volgende uitspraken past het beste bij jou? (*slechts één antwoord aankruisen*)

- ¹ Ik heb er nooit over nagedacht om vaker te gaan sporten.
 ² Ik heb er wel over nagedacht, maar ik weet nog niet of ik vaker ga sporten.
 ³ Ik heb besloten om niet vaker te gaan sporten.
 ⁴ Ik wil later wel vaker gaan sporten, maar ben dat voorlopig nog niet van plan.
 ⁵ Ik wil vandaag nog beginnen met vaker te sporten.
 ⁶ Ik sport al een tijdje meer dan vroeger.

Dank je wel voor het invullen van de vragenlijst!





Bijlage D Respons op de schriftelijke vragenlijst per vraag

Respons per vraag bij de voormeting

Vraag	Variabele naam	Respons n (%)
1	geslacht	1026 (100)
2	datum	1021 (99)
3	geboren	1014 (98)
4	groep	1030 (100)
5	landkind	1020 (99)
6	landmam	1020 (99)
7	landpap	981 (95)
8	lopendag	1013 (98)
9	lopendur	1017 (99)
10	gym	1016 (99)
11	sportlid	1016 (99)
12	sportker	1008 (98)
13	sportdur	1011 (98)
14	tvdag	1016 (99)
15	tvduur	1015 (99)
16	pcdag	1014 (98)
17	pcduur	1007 (98)
18	buitendg	1012 (98)
19	buitendr	1012 (98)
20	denk_20	1016 (99)
21	denk_21	1010 (98)
22	denk_22	1015 (99)
23	denk_23	1014 (98)
24	denk_24	1013 (98)
25	denk_25	1014 (98)
26	lopen_26	1014 (98)
27	lopen_27	1014 (98)
28	lopen_28	1017 (99)
29	lopen_29	1016 (99)
30	lopen_30	1013 (98)
31	lopen_31	1011 (98)
32	lopen_32	1010 (98)
33	lopen_33	1007 (98)
34	lopen_34	1006 (98)
35	lopen_35	1006 (98)
36	lopen_36	1001 (97)
37	lopen_37	1008 (98)
38	lopen_38	1005 (98)
39	lopen_39	995 (97)
40	sport_40	1007 (98)
41	sport_41	1004 (97)
42	sport_42	1007 (98)
43	sport_43	1001 (97)
44	sport_44	1002 (97)
45	sport_45	1000 (97)



46	sport_46	1005 (98)
47	sport_47	982 (95)
48	sport_48	999 (97)
49	sport_49	997 (97)
50	sport_50	1002 (97)
51	sport_51	998 (97)
52	sport_52	995 (97)
53	sport_53	1002 (97)
54	sport_54	1000 (97)
55	sport_55	989 (96)





Bijlage E Schoolscan pilot Noord-Brabant

Uw school	
1.	Wat is de naam van uw school? _____
2.	In welke plaats staat uw school? _____
3.	In welke provincie ligt uw school? <input type="checkbox"/> ¹ Friesland <input type="checkbox"/> ² Groningen <input type="checkbox"/> ³ Drente <input type="checkbox"/> ⁴ Overijssel <input type="checkbox"/> ⁵ Noord-Holland <input type="checkbox"/> ⁶ Zuid-Holland <input type="checkbox"/> ⁷ Flevoland <input type="checkbox"/> ⁸ Utrecht <input type="checkbox"/> ⁹ Gelderland <input type="checkbox"/> ¹⁰ Noord-Brabant <input type="checkbox"/> ¹¹ Limburg <input type="checkbox"/> ¹² Zeeland
4.	Welke datum is het vandaag? _____ dag _____ maand _____ jaar
5.	Wat is uw functie binnen de school? <input type="checkbox"/> ¹ Directeur/ directrice <input type="checkbox"/> ² Groepsleerkracht <input type="checkbox"/> ³ Vakleerkracht bewegingsonderwijs <input type="checkbox"/> ⁴ Anders, namelijk _____
6.	Wat voor soort onderwijs biedt uw school aan? <input type="checkbox"/> ¹ Openbaar <input type="checkbox"/> ² Bijzonder, namelijk: <input type="checkbox"/> ¹ Protestants-christelijk <input type="checkbox"/> ² Rooms-katholiek <input type="checkbox"/> ³ Islamitisch <input type="checkbox"/> ⁴ Anders, namelijk _____
7.	Wordt er op uw school volgens een bepaalde methode lesgegeven? <input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee Zo ja, volgens welke methode? <input type="checkbox"/> ¹ Dalton <input type="checkbox"/> ² Jenaplan <input type="checkbox"/> ³ Montessori <input type="checkbox"/> ⁴ Anders, namelijk _____





8.	Hoeveel leerlingen staan er ingeschreven op uw school? (peildatum 1 september 2005)	_____ leerlingen
	Hoeveel jongens staan er ingeschreven op uw school?	_____ jongens
	Hoeveel meisjes staan er ingeschreven op uw school?	_____ meisjes
9.	Hoeveel klassen zijn er op uw school?	<input type="checkbox"/> ¹ Acht <input type="checkbox"/> ² Meer dan acht, te weten _____ <input type="checkbox"/> ³ Minder dan acht, te weten _____
10.	Wat is het percentage leerlingen dat behoort tot een culturele minderheid ^a op uw school?	_____ procent

Bewegingsonderwijs op uw school

11.	Hoeveel lessen bewegingsonderwijs krijgen de leerlingen gemiddeld per week? (inclusief schoolzwemmen)	groep 1 _____ lessen per week groep 2 _____ lessen per week groep 3 _____ lessen per week groep 4 _____ lessen per week groep 5 _____ lessen per week groep 6 _____ lessen per week groep 7 _____ lessen per week groep 8 _____ lessen per week
12.	Hoe lang duren de lessen bewegingsonderwijs gemiddeld per keer? (inclusief schoolzwemmen)	groep 1 _____ minuten per les groep 2 _____ minuten per les groep 3 _____ minuten per les groep 4 _____ minuten per les groep 5 _____ minuten per les groep 6 _____ minuten per les groep 7 _____ minuten per les groep 8 _____ minuten per les
13.	Hoeveel vakleerkrachten bewegingsonderwijs werken er op uw school?	_____ vakleerkrachten

^a behoort tot een Molukse bevolkingsgroep; ten minste één van de ouders/voogden is afkomstig uit Griekenland, Italië, (voormalig) Joegoslavië, Kaapverdië, Marokko, Portugal, Spanje, Tunesië of Turkije; ten minste één van de ouders/voogden is afkomstig uit Suriname, Aruba of de Nederlandse Antillen; ten minste één van de ouders/voogden is door de Minister van Justitie als vreemdeling toegelaten op grond van artikel 15 van de Vreemdelingenwet; ten minste één van de ouders/voogden is afkomstig uit een ander, niet Engelstalig land buiten Europa, met uitzondering van Indonesië (CBS, 2006).





14.	In welke groepen worden alle reguliere lessen bewegingsonderwijs verzorgd door een vakleerkracht? (meerdere antwoorden mogelijk)	<input type="checkbox"/> ¹ In alle groepen <input type="checkbox"/> ² Groep 1 <input type="checkbox"/> ³ Groep 2 <input type="checkbox"/> ⁴ Groep 3 <input type="checkbox"/> ⁵ Groep 4 <input type="checkbox"/> ⁶ Groep 5 <input type="checkbox"/> ⁷ Groep 6 <input type="checkbox"/> ⁸ Groep 7 <input type="checkbox"/> ⁹ Groep 8
15.	Wordt er in het bewegingsonderwijs gebruik gemaakt van een leerlingvolgsysteem?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee Zo ja, welke? <input type="checkbox"/> ¹ LVS Bewegen en Spelen (Van Gelder & Stroes) <input type="checkbox"/> ² LVS Bewegingsonderwijs (Consten & Van de Vuurst) <input type="checkbox"/> ³ Anders, namelijk _____
16.	Welke accommodaties worden gebruikt voor de lessen bewegingsonderwijs? (meerdere antwoorden mogelijk)	<input type="checkbox"/> ¹ Gymnastieklokaal <input type="checkbox"/> ² Sporthal <input type="checkbox"/> ³ Sportveld <input type="checkbox"/> ⁴ Kunstgrasveld <input type="checkbox"/> ⁵ Atletiekbaan <input type="checkbox"/> ⁶ Tennisbaan <input type="checkbox"/> ⁷ Tennis- en/ of squashhal <input type="checkbox"/> ⁸ IJsbaan <input type="checkbox"/> ⁹ Fitnesscentrum/ sportschool <input type="checkbox"/> ¹⁰ Zwembad <input type="checkbox"/> ¹¹ Klimhal <input type="checkbox"/> ¹² Skibaan <input type="checkbox"/> ¹³ Golfbaan <input type="checkbox"/> ¹⁴ Anders, namelijk _____
17.	Welk van deze accommodaties heeft uw school in eigen beheer? (meerdere antwoorden mogelijk)	<input type="checkbox"/> ¹ Geen <input type="checkbox"/> ² Gymnastieklokaal <input type="checkbox"/> ³ Sporthal <input type="checkbox"/> ⁴ Sportveld <input type="checkbox"/> ⁵ Kunstgrasveld <input type="checkbox"/> ⁶ Atletiekbaan <input type="checkbox"/> ⁷ Tennisbaan <input type="checkbox"/> ⁸ Tennis- en/ of squashhal <input type="checkbox"/> ⁹ IJsbaan <input type="checkbox"/> ¹⁰ Fitnesscentrum/ sportschool <input type="checkbox"/> ¹¹ Zwembad <input type="checkbox"/> ¹² Klimhal <input type="checkbox"/> ¹³ Skibaan <input type="checkbox"/> ¹⁴ Golfbaan <input type="checkbox"/> ¹⁵ Anders, namelijk _____



18. Wilt u hieronder aangeven of en zo ja welke beweegvormen tijdens de lessen bewegingsonderwijs op uw school aan bod komen? (meerdere antwoorden mogelijk)		
<u>Domein A: Spel</u>		
<input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee	<input type="checkbox"/> Voetbal <input type="checkbox"/> Handbal <input type="checkbox"/> Hockey <input type="checkbox"/> Basketbal <input type="checkbox"/> Korfbal <input type="checkbox"/> Rugby	<input type="checkbox"/> (Een vorm van) volleybal <input type="checkbox"/> Badminton <input type="checkbox"/> Tafeltennis <input type="checkbox"/> Tennis <input type="checkbox"/> Squash <input type="checkbox"/> (Vormen van) softbal spelen
<u>Domein B: Turnen</u>		
<input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee	<input type="checkbox"/> Verschillende vormen van springen <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van zwaaien <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van balanceren	
<u>Domein C: Bewegen op muziek</u>		
<input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee	<input type="checkbox"/> Ritme en bewegen <input type="checkbox"/> Volksdansen <input type="checkbox"/> Jazzdansen <input type="checkbox"/> Conditionele vormen op muziek (bijvoorbeeld aerobics, steps) <input type="checkbox"/> Streetdance	
<u>Domein D: Atletiek</u>		
<input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee	<input type="checkbox"/> Verschillende vormen van lopen <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van springen <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van werpen	
<u>Domein E: Zelfverdediging</u>		
<input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee	<input type="checkbox"/> Stoeispelen (vormen van judo) <input type="checkbox"/> Zelfverdediging (voor meisjes) <input type="checkbox"/> Trefspelen (vormen van boksen, schermen, karate)	
<u>Overige beweegvormen</u>		
<input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee	<input type="checkbox"/> Bowling <input type="checkbox"/> Duiksport <input type="checkbox"/> Fitness conditie <input type="checkbox"/> Fitness kracht <input type="checkbox"/> Handboogschieten <input type="checkbox"/> Kano <input type="checkbox"/> Klimsport <input type="checkbox"/> Paardensport	<input type="checkbox"/> Roeien <input type="checkbox"/> Schaatsen <input type="checkbox"/> Skeelers <input type="checkbox"/> Skiën <input type="checkbox"/> Wielrennen / mountainbiken <input type="checkbox"/> Zwemmen/ zwemsport <input type="checkbox"/> Andere beweegvormen, namelijk _____



19.	Waarom heeft u voor deze beweegvormen gekozen? (maximaal drie antwoorden)	
	<input type="checkbox"/> Omdat de leerlingen deze beweegvormen leuk vinden	
	<input type="checkbox"/> Omdat deze beweegvormen goed te organiseren zijn op de school	
	<input type="checkbox"/> Omdat deze beweegvormen goed aansluiten op de mogelijkheden van de leerlingen	
	<input type="checkbox"/> Omdat deze beweegvormen leerzaam/ goed zijn	
	<input type="checkbox"/> Omdat we daarmee voldoen aan de kerndoelen	
	<input type="checkbox"/> Omdat we enkele van deze sporten kunnen aanbieden in samenwerking met sportverenigingen	
	<input type="checkbox"/> Om een andere reden, namelijk _____	
20.	Speelt u in uw lesprogramma in op sporten die op dat moment populair zijn onder leerlingen? (trendy sporten)	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, altijd <input type="checkbox"/> ² Ja, meestal wel <input type="checkbox"/> ³ Nee, meestal niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, nooit
21.	Worden leerlingen tijdens de lessen bewegingsonderwijs betrokken bij de organisatie en uitvoering van bewegingsactiviteiten? (begeleiden, instrueren, beoordelen, verzorgen, observeren en hulpverleners, dan wel coördinatietaken)	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, altijd <input type="checkbox"/> ² Ja, meestal wel <input type="checkbox"/> ³ Nee, meestal niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, nooit
22.	Kunt u aangeven welke aspecten van sport en bewegen u het belangrijkste vindt voor uw leerlingen? (maximaal drie antwoorden)	
	<input type="checkbox"/> Gezondheid(bevordering)	
	<input type="checkbox"/> Leren samenwerken/ samenspelen	
	<input type="checkbox"/> Leren van bewegingsvaardigheden, motorische ontwikkeling	
	<input type="checkbox"/> Leren deelnemen aan de bewegingscultuur/ vrijetijdskeuze	
	<input type="checkbox"/> Energie/ agressie kwijtraken	
	<input type="checkbox"/> Plezier	
	<input type="checkbox"/> Anders, namelijk _____	

Sport- en spelfaciliteiten op uw school

23.	Mogen leerlingen in pauzes, tussenuren en/of voor of na schooltijd gebruik maken van materialen en/ of sport- en spelfaciliteiten van/ op school? (bijv. gymzaal of schoolplein)	<input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee → ga verder bij vraag 25
24.	Doen zij dit ook?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja → ga verder bij vraag 27 <input type="checkbox"/> ² Nee → ga verder bij vraag 26





25.	Wat is de reden dat de leerlingen er geen gebruik van mogen maken? (meerdere antwoorden mogelijk) <input type="checkbox"/> Er is geen tijd voor begeleiding <input type="checkbox"/> Er zijn geen docenten beschikbaar die extra willen begeleiden <input type="checkbox"/> Men is bang voor vandalisme / vernielingen
26.	Waarom maken de leerlingen hier geen gebruik van? (meerdere antwoorden mogelijk) <input type="checkbox"/> Zij vinden andere dingen leuker <input type="checkbox"/> De sport- en spelfaciliteiten voldoen niet aan hun wensen <input type="checkbox"/> Anders, namelijk _____
27.	Zijn de sport- en spelfaciliteiten op uw school/ het schoolplein naar uw wens? <input type="checkbox"/> ¹ Ja → ga verder bij vraag 29 <input type="checkbox"/> ² Nee
28.	Wat is de reden dat het niet naar wens is? (meerdere antwoorden mogelijk) <input type="checkbox"/> Het aantal faciliteiten is niet toereikend <input type="checkbox"/> De faciliteiten voldoen niet aan de wensen van de leerlingen <input type="checkbox"/> De faciliteiten zijn aan vervanging toe door intensief gebruik <input type="checkbox"/> Andere reden, namelijk _____

Sport- en beweegactiviteiten buiten het reguliere lesprogramma om

29.	Nemen de leerlingen wel eens deel aan door de school aangeboden sport- en beweegactiviteiten buiten het reguliere lesprogramma om? (bijv. een sportdag of toernooi) <input type="checkbox"/> ¹ Ja, een keer per jaar <input type="checkbox"/> ² Ja, twee keer per jaar <input type="checkbox"/> ³ Ja, meer dan twee keer per jaar <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dergelijke activiteiten worden op mijn school niet georganiseerd
30.	Welke bestaande sportstimuleringsplannen worden op school buiten/ naast het reguliere lesprogramma gebruikt? (meerdere antwoorden mogelijk) <input type="checkbox"/> Kies voor Hart en Sport <input type="checkbox"/> De klas beweegt <input type="checkbox"/> Anders, namelijk _____
31.	Worden leerlingen betrokken bij de organisatie en uitvoering van sport- en beweegactiviteiten buiten het reguliere lesprogramma? (begeleiden, instrueren, beoordelen, verzorgen, observeren en hulpverlenen, dan wel coördinatie-taken) <input type="checkbox"/> ¹ Ja, altijd <input type="checkbox"/> ² Ja, meestal wel <input type="checkbox"/> ³ Nee, meestal niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, nooit



32.	<p>Worden ouders betrokken bij de organisatie en uitvoering van sport- en beweegactiviteiten buiten het reguliere lesprogramma? (begeleiden, instrueren, beoordelen, verzorgen, observeren en hulpverlening, dan wel coördinatietaken)</p> <p> <input type="checkbox"/>¹ Ja, altijd <input type="checkbox"/>² Ja, meestal wel <input type="checkbox"/>³ Nee, meestal niet <input type="checkbox"/>⁴ Nee, nooit </p>	
33.	<p>Zou uw school meer sport- en beweegactiviteiten aan willen bieden aan de leerlingen?</p> <p> <input type="checkbox"/>¹ Nee → ga verder bij vraag 34 <input type="checkbox"/>² Ja, <i>binnen</i> het reguliere lesprogramma bewegingsonderwijs <input type="checkbox"/>³ Ja, <i>buiten</i> het reguliere lesprogramma bewegingsonderwijs <input type="checkbox"/>⁴ Ja, zowel <i>binnen als buiten</i> het reguliere lesprogramma bewegingsonderwijs </p>	
34.	<p>a. Wilt u hieronder aangeven welke beweegvormen uw school, binnen dan wel buiten het lesprogramma, (meer) zou willen aanbieden? (meerdere antwoorden mogelijk)</p>	
	<p><u>Domein A: Spel</u></p> <p> <input type="checkbox"/>¹ Ja <input type="checkbox"/>² Nee </p>	<p> <input type="checkbox"/> Voetbal <input type="checkbox"/> Handbal <input type="checkbox"/> Hockey <input type="checkbox"/> Basketbal <input type="checkbox"/> Korfbal <input type="checkbox"/> Rugby </p> <p> <input type="checkbox"/> (Een vorm van) volleybal <input type="checkbox"/> Badminton <input type="checkbox"/> Tafeltennis <input type="checkbox"/> Tennis <input type="checkbox"/> Squash <input type="checkbox"/> (Vormen van) softbal spelen </p>
	<p><u>Domein B: Turnen</u></p> <p> <input type="checkbox"/>¹ Ja <input type="checkbox"/>² Nee </p>	<p> <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van springen <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van zwaaien <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van balanceren </p>
	<p><u>Domein C: Bewegen op muziek</u></p> <p> <input type="checkbox"/>¹ Ja <input type="checkbox"/>² Nee </p>	<p> <input type="checkbox"/> Ritme en bewegen <input type="checkbox"/> Volksdansen <input type="checkbox"/> Jazzdansen <input type="checkbox"/> Conditionele vormen op muziek (bijvoorbeeld aerobics, steps) <input type="checkbox"/> Streetdance </p>
	<p><u>Domein D: Atletiek</u></p> <p> <input type="checkbox"/>¹ Ja <input type="checkbox"/>² Nee </p>	<p> <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van lopen <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van springen <input type="checkbox"/> Verschillende vormen van werpen </p>
	<p><u>Domein E: Zelfverdediging</u></p> <p> <input type="checkbox"/>¹ Ja <input type="checkbox"/>² Nee </p>	<p> <input type="checkbox"/> Stoeispelen (vormen van judo) <input type="checkbox"/> Zelfverdediging (voor meisjes) <input type="checkbox"/> Trefspelen (vormen van boksen, schermen, karate) </p>





	Overige beweegvormen <input type="checkbox"/> ¹ Ja <input type="checkbox"/> ² Nee	<input type="checkbox"/> Bowling <input type="checkbox"/> Duiksport <input type="checkbox"/> Fitness conditie <input type="checkbox"/> Fitness kracht <input type="checkbox"/> Handboogschieten <input type="checkbox"/> Kano <input type="checkbox"/> Klimsport <input type="checkbox"/> Paardensport	<input type="checkbox"/> Roeien <input type="checkbox"/> Schaatsen <input type="checkbox"/> Skeelers <input type="checkbox"/> Skiën <input type="checkbox"/> Wielrennen / mountainbiken <input type="checkbox"/> Zwemmen/ zwemsport <input type="checkbox"/> Andere beweegvormen, namelijk _____
	b. Het betreft hier voornamelijk beweegvormen: <input type="checkbox"/> ¹ Binnen het reguliere lesprogramma <input type="checkbox"/> ² Buiten het reguliere lesprogramma		
35.	Wat zijn de redenen dat uw school (nog) niet meer sport- en beweegactiviteiten aanbiedt/ uw school niet meer sport- en beweegactiviteiten aan wil bieden, binnen dan wel buiten het reguliere lesprogramma? (maximaal drie antwoorden) <input type="checkbox"/> We bieden al voldoende aan <input type="checkbox"/> De leerlingen hebben er geen behoefte aan <input type="checkbox"/> De school heeft er geen behoefte aan <input type="checkbox"/> Er is onvoldoende personeel voor <input type="checkbox"/> Er is onvoldoende geld voor <input type="checkbox"/> Er is onvoldoende materiaal voor <input type="checkbox"/> Er is onvoldoende expertise voor binnen de school <input type="checkbox"/> Er is onvoldoende aanbod in de omgeving <input type="checkbox"/> Er is onvoldoende informatie beschikbaar <input type="checkbox"/> Een andere reden, namelijk _____		
Contact/ samenwerking met anderen op het gebied van sporten en bewegen			
36.	Werkt uw school op het gebied van sport en bewegen samen met (een) andere externe organisatie(s) binnen dan wel buiten de BOS-driehoek ^b ? (bijv. een sportvereniging of een andere school) <input type="checkbox"/> ¹ Ja, uitsluitend binnen de BOS driehoek <input type="checkbox"/> ² Ja, zowel binnen als buiten de BOS driehoek <input type="checkbox"/> ³ Nee → ga verder bij vraag 38		
37.	Met wat voor soort organisaties werkt uw school samen op het gebied van sport en bewegen? (meerdere antwoorden mogelijk) <input type="checkbox"/> Gemeente (afdeling Sport & Recreatie) <input type="checkbox"/> Lokale Sportraad <input type="checkbox"/> Provincie (provinciale sportraad) <input type="checkbox"/> GG(G)D (jeugdgezondheidszorg) <input type="checkbox"/> Reguliere sportverenigingen <input type="checkbox"/> (Sport)buurtwerk/welzijnsinstellingen <input type="checkbox"/> Sportbonden <input type="checkbox"/> Sportopleidingen <input type="checkbox"/> Andere scholen <input type="checkbox"/> Anders, namelijk _____		

^b BOS-driehoek: organisaties in de driehoek Buurt, Onderwijs en Sport (www.bosimpuls.nl).





Tot slot										
44.	Kunt u aangeven in hoeverre u het met de volgende vier uitspraken over sport en bewegen eens bent?									
		Helemaal oneens	Oneens	Niet eens en niet oneens	Eens	Helemaal eens				
	a.	Binnen een straal van drie kilometer biedt de omgeving van de school veel mogelijkheden voor de jeugd om lichamelijk actief te zijn				<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵
	b.	Plaatselijke sportclubs en andere aanbieders in de omgeving van de school hebben een aantrekkelijk aanbod voor de jeugd				<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵
	c.	De gemeente doet genoeg voor de jeugd wat betreft hun lichamelijke activiteiten				<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵
Heeft u nog opmerkingen?										
<hr/>										
<hr/>										
<hr/>										
<hr/>										

Dank u wel voor het invullen van de vragenlijst!





Bijlage F Wijkscan pilot Noord-Brabant



Kader fysieke wijkenmerken (buurtonderzoek)

Dit kader is ontwikkeld in overleg met TNO ten behoeve van het project van Fontys Sporthogeschool, GGD en TNO. In dit project wordt gekeken wat de invloed is van sport en bewegen op de fysieke eigenschappen van de leerlingen uit groep 7 en 8 van het basisonderwijs. Om de resultaten goed te kunnen vergelijken is het noodzakelijk dat de kenmerken van de wijk goed in beeld worden gebracht.

De checklist dient ingevuld te worden terwijl men te voet door de wijk loopt. De observatie dient overdag, op een doordeweekse dag na schooltijd plaats te vinden.

De checklist brengt wijkenmerken in kaart die relevant geacht worden voor kinderen van 10-13 jaar oud.

Algemeen

Naam(namen) observatoren:.....

Plaats:.....

Onderdeel van de gemeente:.....

School + locatie

Evt. andere locaties:.....

Type school:.....

Totaal aantal leerlingen van de school:.....

Kenmerken van de school ten aanzien van:

Halen/brengen:

Fietsbeleid:.....

Pauzes:

Traktaties:

Aantal leerlingen per klas

Groep 7:.....

Groep 8:.....

Datum observatie:.....

Tijdstip begin en eind observatie::.....tot.....:.....





Let op: markeer na afloop met een merkstift *de gelopen route* op de kaart!

Geef eventuele bijzonderheden (bijv. bouwwerkzaamheden) op de kaart aan.

Plaats hier plattegrond van de plaats





A Demografie	
Aantal inwoners van de plaats waar de school staatinwoners
Verhouding allochtoon/ autochtoon Bijvoorbeeld 60/40/.....
Percentage 65+%
Percentage <18%
Wat is de bevolkingsdichtheid van de plaats (aantal inwoners per km ²)inwoners per km ²

B Soort bebouwing	
<i>Hoe veel komen onderstaande type woningen in de wijk voor?</i>	<i>Vink het hokje aan dat het meest van toepassing is</i> <input checked="" type="checkbox"/>
1. Vrijstaand	1. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
2. Twee onder één kap	2. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
3. Rijtjeswoning/ eengezinswoning	3. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
4. Bovenwoning/ portiekwoning (≤ 3 etages)	4. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
5. Flat 1-3 etages hoog	5. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
6. Flat 4-6 etages hoog	6. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
7. Flat 6-12 etages hoog	7. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
8. Appartement/flat met meer dan 12 etages	8. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
9. Boerderijen	9. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
10. Verhouding woningen /bedrijven en winkels (bijv. 60/40)	10. /
11. Leegstand van woningen en/of bedrijven	11. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> enkele <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> het merendeel <input type="checkbox"/> allemaal
<u>Opmerkingen:</u>	

C Sportaccommodaties (voor leden en/of met entreekosten)	
<i>Vink de faciliteiten aan die in de wijk voorkomen</i> <input checked="" type="checkbox"/>	<i>B. Toelichting/Opmerkingen (bijv. aantal)</i> <i>Vink het hokje aan dat het meest van toepassing is</i> <input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 1. Sporthal	1.
<input type="checkbox"/> 2. Sportveld	2.
<input type="checkbox"/> 3. Atletiekbaan	3.
<input type="checkbox"/> 4. Tennisbaan	4a. <input type="checkbox"/> binnen <input type="checkbox"/> buiten <input type="checkbox"/> gecombineerd 4b.
<input type="checkbox"/> 5. Zwembad	5a. <input type="checkbox"/> binnen <input type="checkbox"/> buiten <input type="checkbox"/> gecombineerd 5b.
<input type="checkbox"/> 6. Kunstijsbaan	6a. <input type="checkbox"/> binnen <input type="checkbox"/> buiten <input type="checkbox"/> gecombineerd 6b.
<input type="checkbox"/> 7. Fitnesscentrum/sportschool	7.
<input type="checkbox"/> 8. Tafeltennis/badminton/tennis- en/of squashhal	8.





<input type="checkbox"/> 9. Klimhal	9.
<input type="checkbox"/> 10. Kartbaan	10a. <input type="checkbox"/> ₁ binnen <input type="checkbox"/> ₂ buiten <input type="checkbox"/> ₃ gecombineerd 10b.
<input type="checkbox"/> 11. Kunstskibaan	11a. <input type="checkbox"/> ₁ binnen <input type="checkbox"/> ₂ buiten <input type="checkbox"/> ₃ gecombineerd 11b.
<input type="checkbox"/> 12. Golfbaan	12.
<input type="checkbox"/> 13. Anders nl.....	13.
<u>Opmerkingen:</u>	

D Openbare ruimte en groenvoorzieningen

Vink de faciliteiten aan die in de wijk voorkomen

Beoordeling

Vink het hokje aan dat het meest van toepassing is

1. Speeltuin (bijv. met schommel, zandbak en/of wip)

- a. Aantal
- b. Ligging
- c. Toezicht (overdag)
- d. Staat van onderhoud
- e. (Straat) verlichting
- f. Type speeltoestellen/ attributen (de 4 meest voorkomende)
- g. Afscherming van weg/straat (d.m.v. bijv. een hek, begroeiing etc.)
- h. Toegang

1. Indien er meerdere speeltuinen zijn, geef dan een algemeen oordeel.

- a.
- b. ₁ niet in de buurt van woningen
₂ dichtbij woningen
- c. ₁ niet aanwezig ₂ aanwezig
- d. ₁ slecht ₂ matig ₃ goed
- e. ₁ niet aanwezig ₂ aanwezig
- f. ₁
₂
₃
₄

- g1. ₁ niet aanwezig ₂ aanwezig, maar nauwelijks zinvol ₃ aanwezig en zinvol
- g2. Soort afscherming (meest voorkomend):
- h. ₁ onder beheer en/of met speelgoed uitleenschuur (niet vrij toegankelijk voor iedereen)
₂ zonder beheer en/of speelgoed uitleenschuur (vrij toegankelijk voor iedereen)

Opmerkingen:

2. Schoolplein

- a. Aantal
- b. Ligging
- c. Staat van onderhoud
- d. (Straat) verlichting
- e. Type speeltoestellen/ attributen (de 4 meest voorkomende)

2. Indien er meerdere schoolpleinen zijn, geef dan een algemeen oordeel.

- a.
- b. ₁ niet in de buurt van woningen
₂ dichtbij woningen
- c. ₁ slecht ₂ matig ₃ goed
- d. ₁ niet aanwezig ₂ aanwezig
- e. ₁
₂



<p>f. Afscherming van weg/straat (d.m.v. bijv. een hek, begroeiing etc.)</p> <p>g. Toegang</p>	<p><input type="checkbox"/>₁..... <input type="checkbox"/>₂.....</p> <p>f. <input type="checkbox"/> niet aanwezig <input type="checkbox"/> aanwezig, maar nauwelijks zinvol <input type="checkbox"/> aanwezig en zinvol</p> <p>g. <input type="checkbox"/> niet toegankelijk buiten schooltijd <input type="checkbox"/> altijd toegankelijk</p>
<p><u>Opmerkingen:</u></p>	
<p><input type="checkbox"/> 3. Verhard speelplein (bijv. basketbalveld, voetbalveld) niet behorend bij een school of (sport) vereniging</p> <p>a. Aantal</p> <p>b. Ligging</p> <p>c. Toezicht (overdag)</p> <p>d. Staat van onderhoud</p> <p>e. (Straat) verlichting</p> <p>f. Type faciliteiten/attributen voor kinderen (bijv. baskets, hinkeltegels) (de 4 meest voorkomende)</p> <p>g. Afscherming van weg/straat (d.m.v. bijv. een hek, begroeiing etc.)</p>	<p>3. Indien er meerdere verharde speelpleinen zijn, geef dan een algemeen oordeel.</p> <p>a.</p> <p>b. <input type="checkbox"/>₁ niet in de buurt van woningen <input type="checkbox"/>₂ dichtbij woningen</p> <p>c. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>d. <input type="checkbox"/>₁ slecht <input type="checkbox"/>₂ matig <input type="checkbox"/>₃ goed</p> <p>e. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>f. <input type="checkbox"/>₁..... <input type="checkbox"/>₂..... <input type="checkbox"/>₃..... <input type="checkbox"/>₄.....</p> <p>g. <input type="checkbox"/> niet aanwezig <input type="checkbox"/> aanwezig, maar nauwelijks zinvol <input type="checkbox"/> aanwezig en zinvol</p>
<p><u>Opmerkingen:</u></p>	
<p><input type="checkbox"/> 4. Halfpipe/ skatebaan</p> <p>a. Aantal</p> <p>b. Ligging</p> <p>c. Toezicht (overdag)</p> <p>d. Staat van onderhoud</p> <p>e. (Straat) verlichting</p> <p>f. Type faciliteiten/attributen voor kinderen (bijv. baskets, hinkeltegels) (de 4 meest voorkomende)</p> <p>g. Afscherming van weg/straat (d.m.v. bijv. een hek, begroeiing etc.)</p>	<p>4. Indien er meerdere halfpipes/ skatebanen zijn, geef dan een algemeen oordeel.</p> <p>a.</p> <p>b. <input type="checkbox"/>₁ niet in de buurt van woningen <input type="checkbox"/>₂ dichtbij woningen</p> <p>c. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>d. <input type="checkbox"/>₁ slecht <input type="checkbox"/>₂ matig <input type="checkbox"/>₃ goed</p> <p>e. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>f. <input type="checkbox"/>₁..... <input type="checkbox"/>₂..... <input type="checkbox"/>₃..... <input type="checkbox"/>₄.....</p> <p>g. <input type="checkbox"/> niet aanwezig <input type="checkbox"/> aanwezig, maar nauwelijks zinvol <input type="checkbox"/> aanwezig en zinvol</p>
<p><u>Opmerkingen:</u></p>	





<p><input type="checkbox"/> 5. Grasveld ($\geq 100 \text{ m}^2$) niet behorend bij een (sport)vereniging of gelegen in een park</p> <p>a. Aantal</p> <p>b. Ligging</p> <p>c. Toezicht (overdag)</p> <p>d. Staat van onderhoud</p> <p>e. (Straat) verlichting</p> <p>f. Type faciliteiten/attributen voor kinderen (bijv. voetbaldoel) (de 4 meest voorkomende)</p> <p>g. Afscherming van weg/straat (d.m.v. bijv. een hek, begroeiing etc.)</p> <p><u>Opmerkingen:</u></p>	<p>5. Indien er meerdere grasvelden zijn, geef dan een algemeen oordeel.</p> <p>a.</p> <p>b. <input type="checkbox"/>₁ niet in de buurt van woningen <input type="checkbox"/>₂ dichtbij woningen</p> <p>c. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>d. <input type="checkbox"/>₁ slecht <input type="checkbox"/>₂ matig <input type="checkbox"/>₃ goed</p> <p>e. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>f. <input type="checkbox"/>₁ <input type="checkbox"/>₂ <input type="checkbox"/>₃ <input type="checkbox"/>₄</p> <p>g. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig, maar nauwelijks zinvol <input type="checkbox"/>₃ aanwezig en zinvol</p>
<p><input type="checkbox"/> 6. Park</p> <p>a. Aantal</p> <p>b. Ligging</p> <p>c. Toezicht (overdag)</p> <p>d. Staat van onderhoud</p> <p>e. (Straat) verlichting</p> <p>f. Type faciliteiten/attributen voor kinderen (bijv. kinderboerderij, vijver) (de 4 meest voorkomende)</p> <p><u>Opmerkingen:</u></p>	<p>6. Indien er meerdere parken zijn, geef dan een algemeen oordeel.</p> <p>a.</p> <p>b. <input type="checkbox"/>₁ niet in de buurt van woningen <input type="checkbox"/>₂ dichtbij woningen</p> <p>c. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>d. <input type="checkbox"/>₁ slecht <input type="checkbox"/>₂ matig <input type="checkbox"/>₃ goed</p> <p>e. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>f. <input type="checkbox"/>₁ <input type="checkbox"/>₂ <input type="checkbox"/>₃ <input type="checkbox"/>₄</p>
<p><input type="checkbox"/> 7. Meer/recreatiewater (bijv. sloot, kanaal, vijver)</p> <p>a. Aantal</p> <p>b. Ligging</p> <p>c. Toezicht (overdag)</p> <p>d. Staat van onderhoud</p> <p>e. (Straat) verlichting</p> <p>f. Type faciliteiten/attributen voor kinderen (bijv. volleybalnet, kanoverhuur)</p>	<p>7. Indien er meerdere meren/ recreatieplassen zijn, geef dan een algemeen oordeel.</p> <p>a.</p> <p>b. <input type="checkbox"/>₁ niet in de buurt van woningen <input type="checkbox"/>₂ dichtbij woningen</p> <p>c. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>d. <input type="checkbox"/>₁ slecht <input type="checkbox"/>₂ matig <input type="checkbox"/>₃ goed</p> <p>e. <input type="checkbox"/>₁ niet aanwezig <input type="checkbox"/>₂ aanwezig</p> <p>f. <input type="checkbox"/>₁ <input type="checkbox"/>₂</p>



etc.) (de 4 meest voorkomende)	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<u>Opmerkingen:</u>	
<input type="checkbox"/> 8. Anders nl..... a. Aantal b. Ligging c. Toezicht (overdag) d. Staat van onderhoud e. (Straat) verlichting f. Type faciliteiten/attributen voor kinderen (bijv. kinderboerderij, vijver) (de 4 meest voorkomende) g. Afscherming van weg/straat (d.m.v. bijv. een hek, begroeiing etc.)	8. a. b. <input type="checkbox"/> niet in de buurt van woningen <input type="checkbox"/> dichtbij woningen c. <input type="checkbox"/> niet aanwezig <input type="checkbox"/> aanwezig d. <input type="checkbox"/> slecht <input type="checkbox"/> matig <input type="checkbox"/> goed e. <input type="checkbox"/> niet aanwezig <input type="checkbox"/> aanwezig f. <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> g. <input type="checkbox"/> niet aanwezig <input type="checkbox"/> aanwezig maar nauwelijks zinvol <input type="checkbox"/> aanwezig en zinvol
<u>Opmerkingen:</u>	

E. Groen en Water	
<i>Hoeveel 'groen' komt er in de wijk voor? (bomen, gras, plantsoenen etc.)</i>	<i>Vink het hokje aan dat het meest van toepassing is</i> <input checked="" type="checkbox"/>
1. Aanwezigheid groen in de wijk	1. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> een beetje <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> veel
2. Verhouding bebouwing/ groen naar oppervlak (bijv. 60/40)	2. /
3. Aanwezigheid water in de wijk (slootjes, plas, meer etc.)	3. <input type="checkbox"/> geen <input type="checkbox"/> een beetje <input type="checkbox"/> nogal wat <input type="checkbox"/> veel
<u>Opmerkingen:</u>	

F. Straten (netwerk)	
<i>Bestrating</i>	<i>Vink het hokje aan dat het meest van toepassing is</i> <input checked="" type="checkbox"/>
1. Trottoirs a. Aanwezigheid b. Kwaliteit (breedte, egaal, ruimte etc.) c. Soort bestrating (meest voorkomend)	1. Geef een algemeen oordeel a. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel b. <input type="checkbox"/> slecht <input type="checkbox"/> matig <input type="checkbox"/> goed c. <input type="checkbox"/> tegels <input type="checkbox"/> asfalt <input type="checkbox"/> klinkers <input type="checkbox"/> kinderkopjes <input type="checkbox"/> anders nl,.....
2. Fietspaden a. Aanwezigheid	2. Geef een algemeen oordeel a. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel





b. Type (meest voorkomend) c. Soort bestrating (meest voorkomend)	b. <input type="checkbox"/> geen fietspad <input type="checkbox"/> stippellijn (onderdeel van weg) <input type="checkbox"/> doorgetrokken streep (onderdeel van weg) <input type="checkbox"/> apart fietspad (geen onderdeel van weg) c. <input type="checkbox"/> tegels <input type="checkbox"/> asfalt <input type="checkbox"/> klinkers <input type="checkbox"/> anders nl.....
<u>Opmerkingen:</u>	

G. Stank overlast	
<i>Aanwezigheid van.....</i>	<i>Vink het hokje aan dat het meest van toepassing is</i> <input checked="" type="checkbox"/>
1. Afval/ zwerfvuil	1. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
2. Hondenpoep op straat	2. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
<u>Opmerkingen:</u>	

H. Sociale veiligheid	
1. Vandalisme (bijvoorbeeld vernielde bushokjes, gesloopte prullenbakken enz.)	1. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
2. Vandalisme volgens gemeente	2.
3. Inbraken	3.
4. Mishandeling	4.
<u>Opmerkingen:</u>	

I. Verkeersveiligheid	
<i>A. Aanwezigheid van.....</i>	<i>B. Vink het hokje aan dat het meest van toepassing is</i> <input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 1. Hard rijdende auto's of motoren	1. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
<input type="checkbox"/> 2. Hard rijdende scooters en/of brommers	2. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
<input type="checkbox"/> 3. Auto's geparkeerd op straat (buiten het parkeervak)	3. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
<input type="checkbox"/> 4. Druk verkeer	4. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
<input type="checkbox"/> 5. Zwaar vracht- of busverkeer	5. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
<input type="checkbox"/> 6. Andere problemen, nl.....	6. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
<u>Opmerkingen</u>	
<i>C. Aanwezigheid van.....</i>	<i>D. Vink het hokje aan dat het meest van toepassing is</i> <input checked="" type="checkbox"/>
1. Zebrapaden	1. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
2. Officiële oversteekplaatsen	2. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
3. Verkeerslichten	3. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
4. Vluchtheuvels/middenbermen	4. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel





5. Parkeerplaatsen a) overdekt b) aan een straat/ langs het trottoir c) gegroepeerd/ parkeervakken	5. a) <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel b) <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel c) <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
6. Verkeersdrempels/bulten	6. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
7. Woonerven (30 km/u zones)	7. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
8. Autoluwe zones (bijv. alleen 's avonds na 19.00 toegankelijk)	8. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
9. Rotondes	9. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
10. Kruispunten (4 haakse wegen)	10. <input type="checkbox"/> weinig <input type="checkbox"/> niet veel/niet weinig <input type="checkbox"/> veel
Opmerkingen:	
J. Algemene indruk van de wijk om te spelen/ wandelen/ fietsen voor kinderen (10-13 jr)	
Op een schaal van 1 tot 10 :	
Opmerkingen:	







Bijlage G Vragen semi-gestructureerd interview pilot Rotterdam

TNO Kwaliteit van Leven

Procesevaluatie web-based vragenlijst VMBO

Algemeen

- Hoe lang duurde het om de vragenlijst in te vullen? Wat vind je daarvan (te lang/ te kort/ goed)?
- De vragenlijst is ingevuld in een computerlokaal. Hoe beviel dat?
- Je hebt de vragenlijst alleen (i.p.v. samen, in een groep of klassikaal) ingevuld. Hoe beviel dat?
- Hoe is het invullen van de vragenlijst ingebed op school? Gebeurde dit in een les? In welke les? Hoe beviel dat?
- Vind je het prettig om de vragenlijst digitaal in te kunnen vullen in plaats van op papier? Zo ja, waarom? Zo nee, waarom niet?
- Zou je de vragenlijst thuis digitaal in kunnen vullen? M.a.w. heb je een computer met Internet thuis?
- Zou je de vragenlijst thuis liever in delen of in één keer helemaal invullen?

Bewegen

- Had je hulp nodig bij het invullen van de vragen over bewegen? Waren er onduidelijke vragen of vragen die je niet snapte? Zo ja, bij welke vragen?
- Heb je vragen over bewegen gemist? Zo ja, welke?

Voeding

- Had je hulp nodig bij het invullen van de vragen over de voeding? Waren er onduidelijke vragen of vragen die je niet snapte? Zo ja, bij welke vragen?
- Heb je vragen over de voeding gemist? Zo ja, welke?

Overig

- Hoe vond je het om aan dit onderzoekje mee te werken? Wat vond je leuk, wat vond je minder of niet leuk?
- Heb je nog verbeterpunten of tips voor ons?





Bijlage H Web-based vragenlijst pilot Rotterdam

Vul hier je voor- en achternaam in



Vragenlijsten bewegen en voeding

Vragenlijst voor VMBO en praktijkonderwijs Rotterdam

1^e meting



ID-nummer
kind

» TNO KVL, Leiden, september 2006





Hallo,

Hoe gaat het met jou? Hoe denk je over voeding, bewegen en sporten? Dit zijn dingen die we graag van jou willen weten.

Het volgende is belangrijk om te weten voordat je de lijst invult:

- Het is belangrijk dat je alle vragen eerlijk beantwoordt. De antwoorden zijn altijd goed, het gaat om jouw mening.
- Lees elke vraag goed door, maar denk er niet te lang over na. Kies het antwoord dat het beste bij jou past en kruis het hokje aan.
- Je kunt steeds één antwoord per vraag geven.

Als je een antwoord wilt veranderen, kun je dat als volgt doen:

Kras het verkeerd ingevulde antwoord helemaal door en kruis alsnog het goede antwoord aan:

- | | | | |
|----------------|-------------------------------------|---|-----------------------------------|
| | <input type="checkbox"/> | 1 | nooit, minder dan 1 keer per week |
| foute antwoord | <input checked="" type="checkbox"/> | 2 | 1 keer per week |
| | <input type="checkbox"/> | 3 | 2 keer per week |
| goede antwoord | <input checked="" type="checkbox"/> | 4 | 3 keer per week |
| | <input type="checkbox"/> | 5 | 4 keer per week |
| | <input type="checkbox"/> | 6 | 5 keer per week of vaker |

Belangrijk: Dit is geen toets! Er zijn geen goede of foute antwoorden. Het is wel belangrijk dat je de vragenlijst helemaal en zo duidelijk mogelijk invult en dat je eerlijke antwoorden geeft. Alleen dan hebben wij er wat aan.

**1. Over jezelf**

1.	Ben je een meisje of een jongen?	<input type="checkbox"/> 1 Meisje <input type="checkbox"/> 2 Jongen
2.	Wat is je geboortedatum? <i>Bijv. 5 oktober 1985</i>	____ dag ____ maand ____ jaar
3.	In welk leerjaar zit je op school?	<input type="checkbox"/> 1 1 ^e jaar <input type="checkbox"/> 2 2 ^e jaar <input type="checkbox"/> 3 3 ^e jaar <input type="checkbox"/> 4 4 ^e jaar
4.	In welk land ben je geboren?	<input type="checkbox"/> 1 Nederland <input type="checkbox"/> 2 Suriname <input type="checkbox"/> 3 Nederlandse Antillen <input type="checkbox"/> 4 Aruba <input type="checkbox"/> 5 Turkije <input type="checkbox"/> 6 Marokko <input type="checkbox"/> 7 Ander land, namelijk _____
5.	In welk land is je moeder geboren?	<input type="checkbox"/> 1 Nederland <input type="checkbox"/> 2 Suriname <input type="checkbox"/> 3 Nederlandse Antillen <input type="checkbox"/> 4 Aruba <input type="checkbox"/> 5 Turkije <input type="checkbox"/> 6 Marokko <input type="checkbox"/> 7 Ander land, namelijk _____
6.	In welk land is je vader geboren?	<input type="checkbox"/> 1 Nederland <input type="checkbox"/> 2 Suriname <input type="checkbox"/> 3 Nederlandse Antillen <input type="checkbox"/> 4 Aruba <input type="checkbox"/> 5 Turkije <input type="checkbox"/> 6 Marokko <input type="checkbox"/> 7 Ander land, namelijk _____





2. Over je beweging

Denk bij het invullen van de volgende vragen aan het bewegen in de afgelopen week.

- | | | |
|-----|---|---|
| 7. | <p><u>Hoeveel dagen per week</u> ga je lopend of zelf fietsend naar school?</p> <p><i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p> | <p><input type="checkbox"/>¹ nooit of minder dan 1 dag per week → <i>Ga door naar vraag 9</i></p> <p><input type="checkbox"/>² 1 dag per week</p> <p><input type="checkbox"/>³ 2 dagen per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁴ 3 dagen per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁵ 4 dagen per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁶ 5 dagen per week</p> |
| 8. | <p><u>Hoe lang</u> ben je meestal lopend of zelf fietsend <u>per dag</u> onderweg van huis naar school en van school naar huis?</p> <p><i>Tel de minuten bij elkaar op van één dag (ochtend en middag).</i></p> <p><i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p> | <p><input type="checkbox"/>¹ korter dan 10 minuten per dag</p> <p><input type="checkbox"/>² 10 tot 20 minuten per dag</p> <p><input type="checkbox"/>³ 20 tot 30 minuten per dag</p> <p><input type="checkbox"/>⁴ 30 minuten tot een uur per dag</p> <p><input type="checkbox"/>⁵ een uur per dag of langer</p> |
| 9. | <p><u>Hoeveel keer per week</u> heb je sport op school, zoals schoolgym, schoolzwemmen enz?</p> <p><i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p> | <p><input type="checkbox"/>¹ nooit of minder dan 1 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>² 1 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>³ 2 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁴ 3 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁵ 4 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁶ 5 keer per week of vaker</p> |
| 10. | <p>Ben je lid van een (of meerdere) sportvereniging(en)?</p> | <p><input type="checkbox"/>¹ ja</p> <p><input type="checkbox"/>² nee → <i>Ga door naar vraag 13</i></p> |
| 11. | <p><u>Hoeveel keer per week</u> sport je bij een vereniging (buiten school)?</p> <p><i>(bijv. zwemmen, voetballen, basketbal, paardrijden, enz)</i></p> <p><i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p> | <p><input type="checkbox"/>¹ nooit of minder dan 1 keer per week → <i>Ga door naar vraag 13</i></p> <p><input type="checkbox"/>² 1 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>³ 2 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁴ 3 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁵ 4 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁶ 5 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁷ 6 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁸ 7 keer per week</p> <p><input type="checkbox"/>⁹ ik heb deze week niet gesport, maar doe dat in een normale week wel → <i>Ga door naar vraag 13</i></p> |





<p>12. <u>Hoe lang per keer</u> sport je meestal? <i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p>	<p><input type="checkbox"/>¹ korter dan een half uur per keer <input type="checkbox"/>² een half uur tot 1 uur per keer <input type="checkbox"/>³ 1 tot 2 uur per keer <input type="checkbox"/>⁴ 2 tot 3 uur per keer <input type="checkbox"/>⁵ 3 uur per keer of langer</p>
<p>13. <u>Hoeveel dagen per week</u> kijk je TV/Video/DVD? <i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p>	<p><input type="checkbox"/>¹ nooit of minder dan 1 dag per week → <i>Ga door naar vraag 15</i> <input type="checkbox"/>² 1 dag per week <input type="checkbox"/>³ 2 dagen per week <input type="checkbox"/>⁴ 3 dagen per week <input type="checkbox"/>⁵ 4 dagen per week <input type="checkbox"/>⁶ 5 dagen per week <input type="checkbox"/>⁷ 6 dagen per week <input type="checkbox"/>⁸ 7 dagen per week</p>
<p>14. <u>Hoe lang per dag</u> kijk je meestal TV/Video/DVD? <i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p>	<p><input type="checkbox"/>¹ korter dan een half uur per dag <input type="checkbox"/>² een half uur tot 1 uur per dag <input type="checkbox"/>³ 1 tot 2 uur per dag <input type="checkbox"/>⁴ 2 tot 3 uur per dag <input type="checkbox"/>⁵ 3 uur per dag of langer</p>
<p>15. <u>Hoeveel dagen per week</u> zit je achter de computer, Internet, gameboy (buiten schooltijd)? <i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p>	<p><input type="checkbox"/>¹ nooit of minder dan 1 dag per week → <i>Ga door naar vraag 17</i> <input type="checkbox"/>² 1 dag per week <input type="checkbox"/>³ 2 dagen per week <input type="checkbox"/>⁴ 3 dagen per week <input type="checkbox"/>⁵ 4 dagen per week <input type="checkbox"/>⁶ 5 dagen per week <input type="checkbox"/>⁷ 6 dagen per week <input type="checkbox"/>⁸ 7 dagen per week</p>
<p>16. <u>Hoe lang per dag</u> zit je meestal achter de computer of Internet (buiten schooltijd)? <i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p>	<p><input type="checkbox"/>¹ korter dan een half uur per dag <input type="checkbox"/>² een half uur tot 1 uur per dag <input type="checkbox"/>³ 1 tot 2 uur per dag <input type="checkbox"/>⁴ 2 tot 3 uur per dag <input type="checkbox"/>⁵ 3 uur per dag of langer</p>



- | | |
|--|---|
| <p>17. <u>Hoeveel dagen per week</u> beweeg je in je vrije tijd?</p> <p><i>(bijv. een balletje trappen, hardlopen, lopen, fietsen, dansen (ook in een discotheek), skaten etc.)</i></p> <p><i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p> <p><i>Sporten bij een vereniging en lopen/fietsen naar school niet meerekenen.</i></p> | <p><input type="checkbox"/> ¹ nooit of minder dan 1 dag per week → Ga door naar vraag 19</p> <p><input type="checkbox"/> ² 1 dag per week</p> <p><input type="checkbox"/> ³ 2 dagen per week</p> <p><input type="checkbox"/> ⁴ 3 dagen per week</p> <p><input type="checkbox"/> ⁵ 4 dagen per week</p> <p><input type="checkbox"/> ⁶ 5 dagen per week</p> <p><input type="checkbox"/> ⁷ 6 dagen per week</p> <p><input type="checkbox"/> ⁸ 7 dagen per week</p> <p><input type="checkbox"/> ⁹ ik heb deze week niet bewogen in mijn vrije tijd, maar doe dat in een normale week wel → Ga door naar vraag 19</p> |
| <p>18. <u>Hoe lang per dag</u> beweeg je meestal in je vrije tijd?</p> <p><i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i></p> | <p><input type="checkbox"/> ¹ korter dan een half uur per dag</p> <p><input type="checkbox"/> ² een half uur tot 1 uur per dag</p> <p><input type="checkbox"/> ³ 1 tot 2 uur per dag</p> <p><input type="checkbox"/> ⁴ 2 tot 3 uur per dag</p> <p><input type="checkbox"/> ⁵ 3 uur per dag of langer</p> |





3. Over je eten en drinken

Denk bij het invullen van de volgende vragen aan je eten en drinken in de afgelopen week.

- | | |
|--|--|
| 19. <u>Hoeveel</u> dagen per week ontbijt je?
<i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i> | <input type="checkbox"/> ¹ nooit of minder dan 1 dag per week
<input type="checkbox"/> ² 1 dag per week
<input type="checkbox"/> ³ 2 dagen per week
<input type="checkbox"/> ⁴ 3 dagen per week
<input type="checkbox"/> ⁵ 4 dagen per week
<input type="checkbox"/> ⁶ 5 dagen per week
<input type="checkbox"/> ⁷ 6 dagen per week
<input type="checkbox"/> ⁸ 7 dagen per week |
| 20. <u>Hoeveel</u> opscheplepels (50 gram) groente eet je meestal <u>per dag</u> ?
<i>Een schaaltje rauwkost telt voor 1 opscheplepel.</i> | <input type="checkbox"/> ¹ minder dan 1 opscheplepel per dag
<input type="checkbox"/> ² 1 opscheplepel per dag
<input type="checkbox"/> ³ 2 opscheplepels per dag
<input type="checkbox"/> ⁴ 3 of meer opscheplepels per dag |
| 21. <u>Hoeveel</u> stuks fruit eet je meestal <u>per dag</u> ?
<i>Denk hierbij aan de afgelopen week.</i>
<i>Bijv. een appel, peer, banaan, sinaasappel, meloen, mandarijn, druiven, perzik.</i>
<i>- een mandarijntje telt als ½</i>
<i>- een stuk meloen telt als 1</i>
<i>- een schaaltje druiven telt als 1</i> | <input type="checkbox"/> ¹ geen
<input type="checkbox"/> ² minder dan 1 per dag
<input type="checkbox"/> ³ 1 per dag
<input type="checkbox"/> ⁴ 2 of meer per dag |
| 22. <u>Hoeveel</u> glazen vruchtensap drink je meestal <u>per dag</u> ?
<i>Zowel vers als uit een pak telt mee.</i> | <input type="checkbox"/> ¹ geen
<input type="checkbox"/> ² minder dan 1 glas per dag
<input type="checkbox"/> ³ 1 glas per dag
<input type="checkbox"/> ⁴ 2 glazen per dag
<input type="checkbox"/> ⁵ 3 glazen per dag
<input type="checkbox"/> ⁶ meer dan 3 glazen per dag |
| 23. <u>Hoeveel</u> glazen frisdrank drink je meestal <u>per dag</u> ?
<i>Light frisdrank telt NIET mee.</i> | <input type="checkbox"/> ¹ geen
<input type="checkbox"/> ² minder dan 1 glas per dag
<input type="checkbox"/> ³ 1 glas per dag
<input type="checkbox"/> ⁴ 2 glazen per dag
<input type="checkbox"/> ⁵ 3 glazen per dag
<input type="checkbox"/> ⁶ meer dan 3 glazen per dag |





24. **Hoeveel** glazen aanmaaklimonade drink je meestal per dag?
Bijv. siroop, diksap, roosvicee, ranja.
- ¹ geen
 ² minder dan 1 glas per dag
 ³ 1 glas per dag
 ⁴ 2 glazen per dag
 ⁵ 3 glazen per dag
 ⁶ meer dan 3 glazen per dag

25. Hoeveel van de hieronder genoemde tussendoortjes eet je meestal <u>per dag</u> ?	0	minder dan 1	1	2	3	meer dan 3
a. Koek en gebak <i>Bijv. cake, taart, vlaai, gevulde koek, ontbijtkoek, mueslireep, liga, sultana, evergreen.</i> - gebakje of stuk taart telt als 2 - een koekje of biscuitje telt als ½	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵	<input type="checkbox"/> ⁶
b. Chocolade <i>Bijv. een doosje smarties, zakje M&M's, mars, twix, bonbon, reep chocolade.</i> - een mini of bonbon telt als ½ - een reep chocolade (100g) telt als 2	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵	<input type="checkbox"/> ⁶
c. Snoep <i>Bijv. zuurtjes, lolly, drop, winegums, spekkie.</i> - een handje drop of wingums telt als 1 - een spekkie (klein) telt als ½	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵	<input type="checkbox"/> ⁶
d. Zoutjes <i>Bijv. een klein zakje chips (25g) een handje borrelnootjes of pinda's, 4 zoute koekjes.</i>	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵	<input type="checkbox"/> ⁶
e. Snacks <i>Bijv. een portie patat, frikandel, (broodje) kroket, bami- of nasischijf, hotdog, saucijzenbroodje.</i>	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³	<input type="checkbox"/> ⁴	<input type="checkbox"/> ⁵	<input type="checkbox"/> ⁶



4. Wat denk jij?		Waar	weet niet	Niet waar
27.	Elke dag ontbijten is gezond.	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³
28.	Het is genoeg om één keer in de week een stuk fruit te eten.	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³
29.	Frisdrank is gezonder dan water.	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³
30.	Het is genoeg om 2 opscheplepels groente of een schaaltje rauwkost per dag te eten.	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³
31.	Het is beter om zo weinig mogelijk tussendoortjes (koek en snoep) en snacks te eten.	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³
32.	Naar school lopen of fietsen is beter voor je dan met de auto gaan.	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³
33.	Het is gezond om elke dag te bewegen in je vrije tijd.	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³
34.	Het is genoeg om elke dag een half uur te bewegen.	<input type="checkbox"/> ¹	<input type="checkbox"/> ²	<input type="checkbox"/> ³





De volgende vragen gaan over fietsen of lopen. Als je ergens naar toe gaat. Naar school, maar ook in je vrije tijd. Bijvoorbeeld, als je naar een vriend of vriendin gaat, naar een winkel of naar een (sport)club.

5. Fietsen of lopen – over jezelf

Zet een kruisje in het hokje bij het antwoord dat het best bij jou past.

35.	Vind je dat je zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens heen zou moeten gaan?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat moet zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat zou eigenlijk wel moeten <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat hoeft eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat hoeft zeker niet
36.	Als ik lopend of met de fiets ergens naar toe ga, kost me dat...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel moeite <input type="checkbox"/> ² Moeite <input type="checkbox"/> ³ Beetje moeite <input type="checkbox"/> ⁴ Geen moeite <input type="checkbox"/> ⁵ Helemaal geen moeite
37.	Als ik lopend of met de fiets ergens naar toe ga, vind ik dat ...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel leuk <input type="checkbox"/> ² Leuk <input type="checkbox"/> ³ Niet leuk/ niet vervelend <input type="checkbox"/> ⁴ Vervelend <input type="checkbox"/> ⁵ Heel vervelend
38.	Als ik zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe zou gaan, voel ik me...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel fitter dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ² Fitter dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ³ Maakt niet uit <input type="checkbox"/> ⁴ Minder fit dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ⁵ Veel minder fit dan als ik dat niet zou doen
39.	Als ik zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe zou gaan, is mijn kans om te dik te worden of te blijven...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel kleiner dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ² Kleiner dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ³ Maakt niet uit <input type="checkbox"/> ⁴ Groter dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ⁵ Veel groter dan als ik dat niet zou doen
40.	Denk je dat het je zal lukken om zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe te gaan?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet





41.	Ben je van plan om het komende half jaar zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe te gaan?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet
-----	---	---

6. Fietsen of lopen – anderen over jou

42.	Vindt je moeder dat jij zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe moet gaan?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt zij zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt zij eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt zij eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt zij zeker niet <input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen moeder
43.	Vindt je vader dat jij zo vaak mogelijk lopend of met de fiets ergens naar toe moet gaan?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt hij zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt hij eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt hij eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt hij zeker niet <input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen vader

7. Fietsen of lopen – welke van de volgende uitspraken past het best bij jou?

Slechts één antwoord aankruisen

44.	<input type="checkbox"/> ¹ Ik heb er nooit over nagedacht om vaker lopend of met de fiets te gaan.
	<input type="checkbox"/> ² Ik heb er wel over nagedacht, maar ik weet nog niet of ik vaker lopend of met de fiets zal gaan.
	<input type="checkbox"/> ³ Ik heb besloten om niet vaker lopend of met de fiets te gaan.
	<input type="checkbox"/> ⁴ Ik wil later wel vaker lopend of met de fiets gaan, maar ben dat voorlopig nog niet van plan.
	<input type="checkbox"/> ⁵ Ik wil vandaag nog beginnen met vaker lopend of fietsend ergens naar toe te gaan.
	<input type="checkbox"/> ⁶ Ik ga nu al vaker dan vroeger lopend of met de fiets.





De volgende vragen gaan over sporten in je vrije tijd of op school (gymnastiek telt ook mee).

8. Sporten – over jezelf

Zet een kruisje in het hokje bij het antwoord dat het best bij jou past.

45.	Vind je dat je minstens twee keer per week zou moeten sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat moet zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat zou wel moeten <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat hoeft niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat hoeft zeker niet
46.	Als ik aan het sporten ben, kost me dat...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel moeite <input type="checkbox"/> ² Moeite <input type="checkbox"/> ³ Beetje moeite <input type="checkbox"/> ⁴ Geen moeite <input type="checkbox"/> ⁵ Helemaal geen moeite
47.	Als ik aan het sporten ben, vind ik dat...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel leuk <input type="checkbox"/> ² Leuk <input type="checkbox"/> ³ Niet leuk/niet vervelend <input type="checkbox"/> ⁴ Vervelend <input type="checkbox"/> ⁵ Heel vervelend
48.	Als ik aan het sporten ben, voel ik me...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel onzeker over hoe ik eruit zie <input type="checkbox"/> ² Onzeker over hoe ik eruit zie <input type="checkbox"/> ³ Niet zeker/ niet onzeker over hoe ik eruit zie <input type="checkbox"/> ⁴ Zeker over hoe ik eruit zie <input type="checkbox"/> ⁵ Heel zeker over hoe ik eruit zie
49.	Als ik aan het sporten ben, voel ik me...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel onhandig <input type="checkbox"/> ² Onhandig <input type="checkbox"/> ³ Beetje onhandig <input type="checkbox"/> ⁴ Niet onhandig <input type="checkbox"/> ⁵ Helemaal niet onhandig
50.	Als ik twee keer per week zou sporten, voel ik me...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel fitter dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ² Fitter dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ³ Maakt niet uit <input type="checkbox"/> ⁴ Minder fit dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ⁵ Veel minder fit dan als ik dat niet zou doen





51.	Als ik minstens twee keer per week zou sporten, is mijn kans om gezond te worden of te blijven...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel kleiner dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ² Kleiner dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ³ Maakt niet uit <input type="checkbox"/> ⁴ Groter dan als ik dat niet zou doen <input type="checkbox"/> ⁵ Veel groter dan als ik dat niet zou doen
52.	Denk je dat het je zal lukken om (bijna) elke week minstens twee keer te sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet
53.	Ben je van plan om het komende half jaar minstens twee keer per week te sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet

9. Sporten – anderen over jou

54.	Vindt je moeder dat jij minstens twee keer per week moet sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt zij zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt zij eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt zij eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt zij zeker niet <input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen moeder
55.	Vindt je vader dat jij minstens twee keer per week moet sporten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt hij zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt hij eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt hij eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt hij zeker niet <input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen vader



10. Sporten – welke van de volgende uitspraken past het best bij jou?

Slechts één antwoord aankruisen

- | | | | |
|-----|--------------------------|---|--|
| 56. | <input type="checkbox"/> | 1 | Ik heb er nooit over nagedacht om vaker te gaan sporten. |
| | <input type="checkbox"/> | 2 | Ik heb er wel over nagedacht, maar ik weet nog niet of ik vaker ga sporten. |
| | <input type="checkbox"/> | 3 | Ik heb besloten om niet vaker te gaan sporten. |
| | <input type="checkbox"/> | 4 | Ik wil later wel vaker gaan sporten, maar ben dat voorlopig nog niet van plan. |
| | <input type="checkbox"/> | 5 | Ik wil vandaag nog beginnen met vaker te sporten. |
| | <input type="checkbox"/> | 6 | Ik sport al meer dan vroeger. |





Dit laatste gedeelte van de vragenlijst gaat over de voeding; over eten en drinken.

11. Ontbijten – over jezelf

Zet een kruisje in het hokje bij het antwoord dat het best bij jou past.

57.	Vind je dat je iedere ochtend zou moeten ontbijten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat moet zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat zou wel moeten <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat hoeft niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat hoeft zeker niet
58.	Als ik iedere ochtend zou moeten ontbijten, kost me dat ...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel moeite <input type="checkbox"/> ² Moeite <input type="checkbox"/> ³ Beetje moeite <input type="checkbox"/> ⁴ Geen moeite <input type="checkbox"/> ⁵ Helemaal geen moeite
59.	Als ik iedere ochtend zou mogen ontbijten, vind ik dat ...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel fijn <input type="checkbox"/> ² Fijn <input type="checkbox"/> ³ Niet fijn/ niet vervelend <input type="checkbox"/> ⁴ Vervelend <input type="checkbox"/> ⁵ Heel vervelend
60.	Als ik 's ochtends ontbeten heb, voel ik me ...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel goed <input type="checkbox"/> ² Goed <input type="checkbox"/> ³ niet goed/ niet slap <input type="checkbox"/> ⁴ Slap <input type="checkbox"/> ⁵ Heel slap
61.	Denk je dat het je zal lukken om iedere dag te ontbijten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet
62.	Ben je van plan om het komende half jaar iedere dag te ontbijten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet





12. Ontbijten – anderen over jou

- | | | |
|-----|--|---|
| 63. | Vindt je moeder dat jij iedere dag moet ontbijten? | <input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt zij zeker
<input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt zij eigenlijk wel
<input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet
<input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt zij eigenlijk niet
<input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt zij zeker niet
<input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen moeder |
| 64. | Vindt je vader dat jij iedere dag moet ontbijten? | <input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt hij zeker
<input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt hij eigenlijk wel
<input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet
<input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt hij eigenlijk niet
<input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt hij zeker niet
<input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen vader |

13. Ontbijten - welke van de volgende uitspraken past het beste bij jou? slechts één antwoord aankruisen

- | | |
|-----|---|
| 65. | <input type="checkbox"/> ¹ Ik heb er nooit over nagedacht om elke dag te gaan ontbijten. |
| | <input type="checkbox"/> ² Ik heb er wel over nagedacht, maar ik weet nog niet of ik elke dag ga ontbijten. |
| | <input type="checkbox"/> ³ Ik heb besloten om niet elke dag te gaan ontbijten. |
| | <input type="checkbox"/> ⁴ Ik wil later wel elke dag gaan ontbijten, maar ben dat voorlopig nog niet van plan. |
| | <input type="checkbox"/> ⁵ Ik wil vandaag nog beginnen met elke dag te gaan ontbijten. |
| | <input type="checkbox"/> ⁶ Ik ontbijt al (vrijwel) elke dag. |



**14. Groente en fruit – over jezelf**

Zet een kruisje in het hokje bij het antwoord dat het best bij jou past.

66. Vind je dat je iedere dag 3 opscheplepels groente en 2 stuks fruit zou moeten eten?	<input type="checkbox"/> 1 Ja, dat moet zeker <input type="checkbox"/> 2 Ja, dat zou wel moeten <input type="checkbox"/> 3 Misschien wel/misschien niet <input type="checkbox"/> 4 Nee, dat hoeft niet <input type="checkbox"/> 5 Nee, dat hoeft zeker niet
67. Als ik iedere dag 3 opscheplepels groente en 2 stuks fruit zou moeten, kost me dat...	<input type="checkbox"/> 1 Veel moeite <input type="checkbox"/> 2 Moeite <input type="checkbox"/> 3 Beetje moeite <input type="checkbox"/> 4 Geen moeite <input type="checkbox"/> 5 Helemaal geen moeite
68. Als ik iedere dag 3 opscheplepels groente zou eten, vind ik dat ...	<input type="checkbox"/> 1 Heel lekker <input type="checkbox"/> 2 Lekker <input type="checkbox"/> 3 Niet lekker/ niet vies <input type="checkbox"/> 4 Vies <input type="checkbox"/> 5 Heel vies
69. Als ik iedere dag 2 stuks fruit zou eten, vind ik dat ...	<input type="checkbox"/> 1 Heel lekker <input type="checkbox"/> 2 Lekker <input type="checkbox"/> 3 Niet lekker/ niet vies <input type="checkbox"/> 4 Vies <input type="checkbox"/> 5 Heel vies
70. Als ik iedere dag 3 opscheplepels groente en 2 stuks fruit zou eten, voel ik me ...	<input type="checkbox"/> 1 Heel gezond <input type="checkbox"/> 2 Gezond <input type="checkbox"/> 3 Niet gezond/ niet ongezond <input type="checkbox"/> 4 Ongezond <input type="checkbox"/> 5 Heel ongezond
71. Denk je dat het je zal lukken om iedere dag 3 opscheplepels groente en 2 stuks fruit te eten?	<input type="checkbox"/> 1 Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> 2 Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> 3 Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> 4 Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> 5 Nee, zeker niet





72.	Ben je van plan om het komende half jaar iedere dag 3 opschelepels groente en 2 stuks fruit te eten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet
-----	--	---

15. Groente en fruit – anderen over jou

73.	Vindt je moeder dat jij iedere dag 3 opschelepels groente en 2 stuks fruit moet eten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt zij zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt zij eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt zij eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt zij zeker niet <input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen moeder
74.	Vindt je vader dat je iedere dag 3 opschelepels groente en 2 stuks fruit moet eten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt hij zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt hij eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt hij eigenlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt hij zeker niet <input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen vader

16. Groente en fruit - welke van de volgende uitspraken past het beste bij jou?

slechts één antwoord aankruisen

75.	<input type="checkbox"/> ¹ Ik heb er nooit over nagedacht om elke dag 3 opschelepels groente en 2 stuks fruit te eten.
	<input type="checkbox"/> ² Ik heb er wel over nagedacht, maar ik weet nog niet of ik elke dag 3 opschelepels groente en 2 stuks fruit ga eten.
	<input type="checkbox"/> ³ Ik heb besloten om niet elke dag elke dag 3 opschelepels groente en 2 stuks fruit te eten.
	<input type="checkbox"/> ⁴ Ik wil later wel elke dag 3 opschelepels groente en 2 stuks fruit te eten, maar ben dat voorlopig nog niet van plan.
	<input type="checkbox"/> ⁵ Ik wil vandaag nog beginnen met elke dag elke dag 3 opschelepels groente en 2 stuks fruit te eten.
	<input type="checkbox"/> ⁶ Ik eet al (vrijwel) elke dag 3 opschelepels groente en 2 stuks fruit.



**17. Frisdrank – over jezelf**

Zet een kruisje in het hokje bij het antwoord dat het best bij jou past.

76. Vind je dat je geen frisdrank zou moeten drinken?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vind ik zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat vind ik eigenlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vind ik niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vind ik zeker niet
77. Als ik geen frisdrank meer zou drinken, kost me dat ...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel moeite <input type="checkbox"/> ² Moeite <input type="checkbox"/> ³ Beetje moeite <input type="checkbox"/> ⁴ Geen moeite <input type="checkbox"/> ⁵ Helemaal geen moeite
78. Als ik frisdrank drink, vind ik dat ...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel lekker <input type="checkbox"/> ² Lekker <input type="checkbox"/> ³ Niet lekker/ niet vies <input type="checkbox"/> ⁴ Vies <input type="checkbox"/> ⁵ Heel vies
79. Als ik frisdrank drink, voel ik me ...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel erg vol energie <input type="checkbox"/> ² Vol energie <input type="checkbox"/> ³ Niet vol energie/ niet suf <input type="checkbox"/> ⁴ Suf <input type="checkbox"/> ⁵ Heel suf
80. Denk je dat het je zal lukken om geen frisdrank meer te drinken?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet
81. Ben je van plan om het komende half jaar geen frisdrank meer te drinken?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet



**18. Frisdrank – anderen over jou**

- | | | |
|-----|--|---|
| 82. | Vindt je moeder dat jij geen frisdrank moet drinken? | <input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt zij zeker
<input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt zij eigenlijk wel
<input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet
<input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt zij eigenlijk niet
<input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt zij zeker niet
<input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen moeder |
| 83. | Vindt je vader dat jij geen frisdrank moet drinken? | <input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt hij zeker
<input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt hij eigenlijk wel
<input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet
<input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt hij eigenlijk niet
<input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt hij zeker niet
<input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen vader |

**19. Frisdrank - welke van de volgende uitspraken past het beste bij jou?
slechts één antwoord aankruisen**

- | | |
|-----|---|
| 84. | <input type="checkbox"/> ¹ Ik heb er nooit over nagedacht om geen frisdrank te drinken. |
| | <input type="checkbox"/> ² Ik heb er wel over nagedacht, maar ik weet nog niet of ik geen frisdrank meer ga drinken. |
| | <input type="checkbox"/> ³ Ik heb besloten om niet te stoppen met het drinken van frisdrank. |
| | <input type="checkbox"/> ⁴ Ik wil later wel stoppen met het drinken van frisdrank, maar ben dat voorlopig nog niet van plan. |
| | <input type="checkbox"/> ⁵ Ik wil vandaag nog beginnen met geen frisdrank te drinken. |
| | <input type="checkbox"/> ⁶ Ik drink al (vrijwel) geen frisdrank (maximaal 2 glazen per week). |





De laatste vragen gaan over tussendoortjes. Denk bij een tussendoortje aan bijvoorbeeld een (volkoren) biscuitje, speculaasje, plakje ontbijtkoek, lange vinger, popcorn, rijstwafel met appelstroop, een paar winegums of dropjes.

20. Tussendoortjes – over jezelf

Zet een kruisje in het hokje bij het antwoord dat het best bij jou past.

85.	Vind je dat je op een dag niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes zou moeten eten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vind ik zeker <input type="checkbox"/> ² Ja, dat zou eigenlijk wel moeten <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/ misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vind ik niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vind ik zeker niet
86.	Als ik niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes eten op een dag zou eten, kost me dat ...	<input type="checkbox"/> ¹ Veel moeite <input type="checkbox"/> ² Moeite <input type="checkbox"/> ³ Beetje moeite <input type="checkbox"/> ⁴ Geen moeite <input type="checkbox"/> ⁵ Helemaal geen moeite
87.	Als ik niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes krijg op een dag, vind ik dat ...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel stom <input type="checkbox"/> ² Stom <input type="checkbox"/> ³ Niet stom/ niet normaal <input type="checkbox"/> ⁴ Normaal <input type="checkbox"/> ⁵ Heel normaal
88.	Als ik niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes krijg op een dag, voel ik me ...	<input type="checkbox"/> ¹ Heel hongerig <input type="checkbox"/> ² Hongerig <input type="checkbox"/> ³ Niet hongerig/ niet prettig <input type="checkbox"/> ⁴ Prettig <input type="checkbox"/> ⁵ Heel prettig
89.	Denk je dat het je zal lukken om niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes op een dag te eten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet
90.	Ben je van plan om het komende half jaar niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes op een dag te eten?	<input type="checkbox"/> ¹ Ja, zeker wel <input type="checkbox"/> ² Ja, waarschijnlijk wel <input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/misschien niet <input type="checkbox"/> ⁴ Nee, waarschijnlijk niet <input type="checkbox"/> ⁵ Nee, zeker niet



**21. Tussendoortjes – anderen over jou**

- | | | |
|-----|---|--|
| 91. | Vindt je moeder dat jij niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes op een dag moet eten? | <input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt zij zeker
<input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt zij eigenlijk wel
<input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/misschien niet
<input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt zij eigenlijk niet
<input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt zij zeker niet
<input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen moeder |
| 92. | Vindt je vader dat jij niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes op een dag moet eten? | <input type="checkbox"/> ¹ Ja, dat vindt hij zeker
<input type="checkbox"/> ² Ja, dat vindt hij eigenlijk wel
<input type="checkbox"/> ³ Misschien wel/misschien niet
<input type="checkbox"/> ⁴ Nee, dat vindt hij eigenlijk niet
<input type="checkbox"/> ⁵ Nee, dat vindt hij zeker niet
<input type="checkbox"/> ⁶ Ik heb geen vader |

22. Tussendoortjes - welke van de volgende uitspraken past het beste bij jou?

slechts één antwoord aankruisen

- | | |
|-----|---|
| 93. | <input type="checkbox"/> ¹ Ik heb er nooit over nagedacht om niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes op een dag te eten. |
| | <input type="checkbox"/> ² Ik heb er wel over nagedacht, maar ik weet nog niet of ik niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes op een dag ga eten. |
| | <input type="checkbox"/> ³ Ik heb besloten om niet maar 3 of 4 tussendoortjes op een dag te gaan eten. |
| | <input type="checkbox"/> ⁴ Ik wil later niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes op een dag gaan eten, maar ben dat voorlopig nog niet van plan. |
| | <input type="checkbox"/> ⁵ Ik wil vandaag nog beginnen met niet meer dan 3 of 4 tussendoortjes op een dag te gaan eten. |
| | <input type="checkbox"/> ⁶ Ik eet al minder dan 3-4 tussendoortjes op een dag. |

Dank je wel voor het invullen van de vragenlijst!



Bijlage I Handleiding web-based vragenlijst pilot Rotterdam

Draaiboek webbased vragenlijst bewegen en voeding

Voor de coördinator

De coördinator zal zorg dragen voor de beheerfuncties rondom het afnemen van de vragenlijst bewegen en voeding op de VMBO scholen en de scholen voor praktijkonderwijs. De beheerfuncties omvatten de volgende 3 taken:

- aanmelden van de scholen en klassen en aanmaken van de klas- en leerling inlogcodes (zie p 2 t/m 6);
- opstarten van de vragenlijsten voor de leerlingen (zie p 7);
- beheren van de codelijsten met de link tussen klas- en leerling inlogcodes en de namen van de leerlingen (zie p 8).

In dit draaiboek voor de coördinator staan de taken uitgelegd.

Het draaiboek dient bij voorkeur in kleur te worden geprint.

Bij eventuele technische storingen kan contact worden opgenomen met Marcel Hilgersom
Helpdesk TNO Kwaliteit van Leven: marcel.hilgersom@tno.nl; 071-5181227.

Voor inhoudelijke vragen kan contact worden opgenomen met Steffin Nauta: 071-5181670.



**TNO Kwaliteit van Leven
Bewegen en Gezondheid
Versie 6 november 2006**





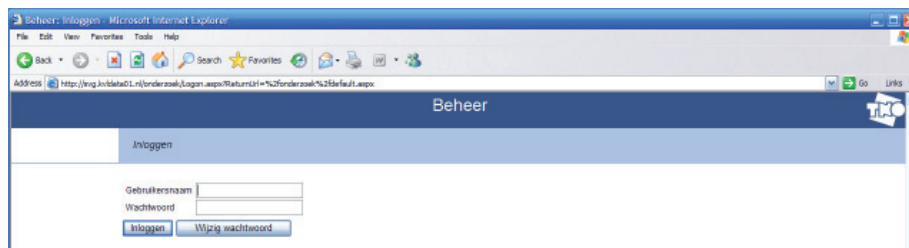
Beheer pagina: Aanmelden scholen en klassen en aanmaken inlogcodes:

- voor het aanmelden van scholen
- voor het aanmelden van klassen op scholen
- voor het aanmaken van klascodes
- voor het aanmaken van leerling codes per klas

Stap 1: Inloggen

Ga via de internet provider naar <http://svg.kvldata01.nl/onderzoek>

U krijgt onderstaand scherm te zien. Gebruik voor **Gebruikersnaam**: vmbo en als **Wachtwoord**: 123



Druk vervolgens op de button **Inloggen**.

NB met de button **Wijzig wachtwoord** kan het huidige wachtwoord worden vervangen (bijvoorbeeld als het vermoeden bestaat dat het huidige wachtwoord in verkeerde handen is gevallen).



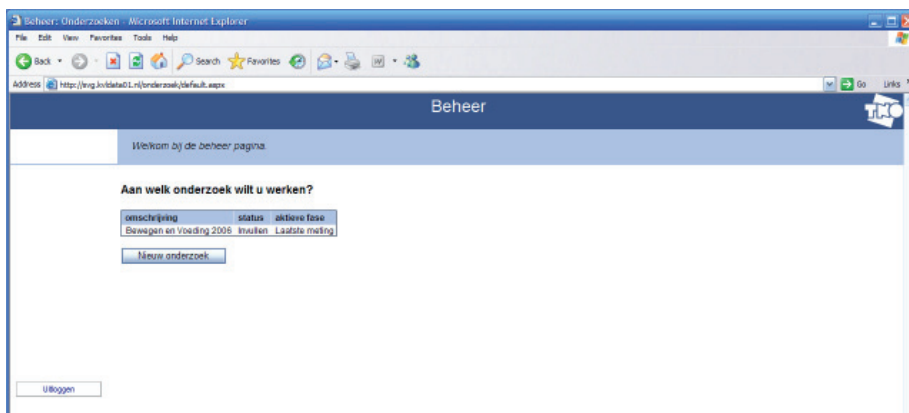


Stap 2: Welkom bij de beheer pagina

U krijgt onderstaande (of soortgelijke) pagina te zien.

- Onder 'omschrijving' staat het onderzoek 'Bewegen en Voeding 2006' genoemd. Dit is de door TNO gehanteerde naam van het onderzoek onder VMBO scholieren en leerlingen van het praktijkonderwijs in Rotterdam.
- Onder 'status' staat 'Vorbereiden' of 'Invullen'. Dit wordt bij stap 3 verder uitgelegd.
- Onder 'actieve fase' staat 'Eerste meting' of 'Laatste meting'. Ook dit wordt bij stap 3 verder uitgelegd.

Klik op: [Bewegen en Voeding 2006](#). Deze tekstbalk kleurt blauw als u er met uw cursor overheen gaat.



NB de button [Nieuw onderzoek](#) zal in de uiteindelijke versie niet meer op het scherm staan.



Stap 3: De klassen die meedoen aan het onderzoek

Op deze pagina vindt u alle klassen die al aangemeld zijn voor het onderzoek en kunt u nieuwe klassen (en scholen) aanmelden via de button [Klas toevoegen](#).

In de tabel staat onder 'School' de naam van de school, waarvan meerdere leerjaren ('groep') mee kunnen doen. Ook per leerjaar kunnen er meerdere klassen ('Klas') meedoen. Per klas vindt u in deze tabel een unieke 'Logincode'. Dit is de **KLASCODE** die bij het opstarten van de vragenlijst moet worden ingevoerd.

NB onderstaande pagina bevat nog informatie uit de testfase en zal er dus iets anders uitzien.

School	groep	Klas	Logincode	Inzamelvoortgang
VMBO west	Groep 13	1a	DUEX	0 van 0 ingevuld
VMBO west	Groep 13	Demo Klas Vrijdag 6 oktober	CTGL	0 van 10 ingevuld

Aan de rechter zijde van de webpagina staan twee velden:

- **Onderzoek.** Mogen kinderen invullen?

Bij het aanmelden van een school en/of klas staat 'Nee' geactiveerd (het rondje bevat een groene stip). Op het moment/ de dag dat de kinderen de vragenlijsten gaan invullen moet 'Ja' geactiveerd worden (rondje aanklikken waardoor deze een groene stip krijgt). Zodra alle leerlingen de vragenlijst ingevuld hebben moet 'Nee' weer geactiveerd worden. Op de pagina 'Welkom bij de beheer pagina' zal de status veranderen in 'Voorbereiden'.

- **Actieve fase van het onderzoek**

Voor de eerste meting/ voormeting moet [Eerste meting](#) geactiveerd worden. Voor de tweede meting/ eindmeting moet [Laatste meting](#) geactiveerd worden.

NB. onder de button [Klas toevoegen](#) worden naast nieuwe klassen ook nieuwe scholen toegevoegd.



Stap 4: klas (en/of school) toevoegen

Stap 4a

The screenshot shows a web browser window titled 'Beheer' with the URL 'http://wv.jv.klaa.nl/onderzoek/KlaaBt.aspx'. The page content includes a header 'BEWEGEN EN VOEDING 2006' and a navigation menu with 'Hierin' and 'Klassen'. The main form area has the following elements:

- A 'Klas' text input field.
- A 'School' dropdown menu currently showing 'VMBO west' and a 'Nieuwe school' button to its right.
- A 'Groep' dropdown menu showing 'Klas 1'.
- An 'Aantal' text input field.
- A list of class options: 'Klas 1', 'Klas 2', 'Klas 3', and 'Klas 4'.
- 'Opslaan' and 'Annuleren' buttons at the bottom of the form.
- A 'Uitloggen' button at the bottom left.
- A 'Geen Atlas geselecteerd' message at the top right.

Door op de button **Nieuwe school** te drukken kan een nieuwe school worden toegevoegd. Vul daarvoor op het nieuwe invoerscherm (zie hieronder, *Stap 4b*) de naam van de school in en druk op **Opslaan**. U keert dan automatisch terug naar bovenstaand scherm (*Stap 4a*).

Stap 4b

The screenshot shows a web browser window titled 'Beheer' with the URL 'http://wv.jv.klaa.nl/onderzoek/SchoolAdd.aspx?tid=1'. The page content includes a header 'Beheer' and a navigation menu with 'Voeg een school toe'. The main form area has the following elements:

- A 'School' text input field.
- 'Opslaan' and 'Annuleren' buttons at the bottom of the form.

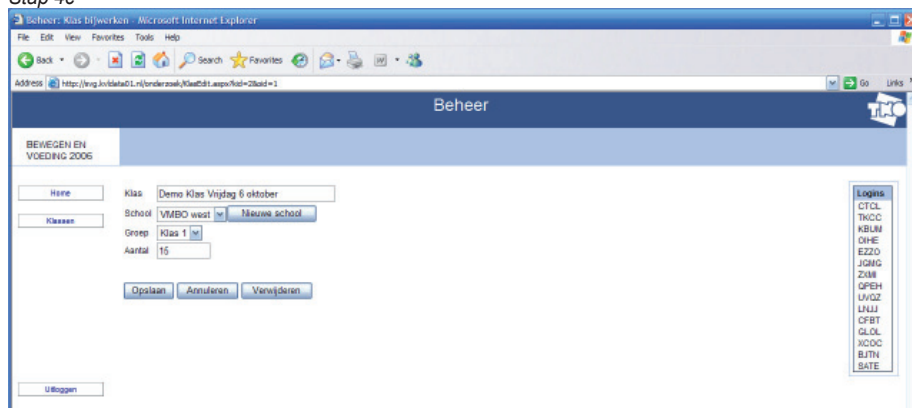
Vervolgens kunt u per school meerdere klassen toevoegen (één klas per keer).

Op het VMBO zijn 4 leerjaren. Geef achter **Groep** aan (scroll down menu) om welk leerjaar (klas 1 t/m 4) het gaat. Achter **Klas** kan de naam van de klas ingevuld worden (bijvoorbeeld: 3c). Achter **Aantal** moet het aantal leerlingen ingevuld worden. Hetzelfde aantal leerling inlogcodes zal vervolgens automatisch aangemaakt worden. Als het **Aantal** bijvoorbeeld 15 is, zullen er 15 leerling inlogcodes aangemaakt worden. Druk na het invullen van de 4 velden **Klas**, **School**, **Groep** en **Aantal** op de button **Opslaan**. De leerling login codes worden dan automatisch aangemaakt en verschijnen aan de rechterkant van het scherm (zie 'Logins' rechts op het scherm bij *Stap 4c*). Dit zijn de beschikbare **LEERLING CODES** die bij het opstarten van de vragenlijst ingevoerd moet worden.

Ook verschijnt de button **Verwijderen** om het voorgaande weer ongedaan te maken.



Stap 4c



Let op! Als achteraf blijkt dat er MEER leerling inlogcodes aangemaakt moeten worden, kan dit zonder problemen gedaan worden. Echter, als achteraf MINDER leerling inlogcodes nodig zijn en het **Aantal** naar beneden wordt bijgesteld vervallen de eerste inlogcodes. Dit kan een probleem opleveren als deze eerste inlogcodes al zijn toegewezen. Het wordt daarom geadviseerd het **Aantal** niet meer te verminderen zodra de eerste inlogcodes zijn toegewezen.

NB Zolang er geen fase actief is gemaakt (*Stap 3*) kan het aantal leerlingen zowel naar boven als naar beneden bijgesteld worden.

Aan de linkerkant van het scherm staan 3 buttons:

- Via de button **Home** keert u terug naar *Stap 2*.
- De button **Klassen** is een link naar de huidige pagina (*Stap 4*).
- Via de button **Uitloggen** verlaat u de Beheer pagina.

Het systeem is nu "gebruiksklaar" om vragenlijsten voor leerlingen op te starten (zie volgende pagina).



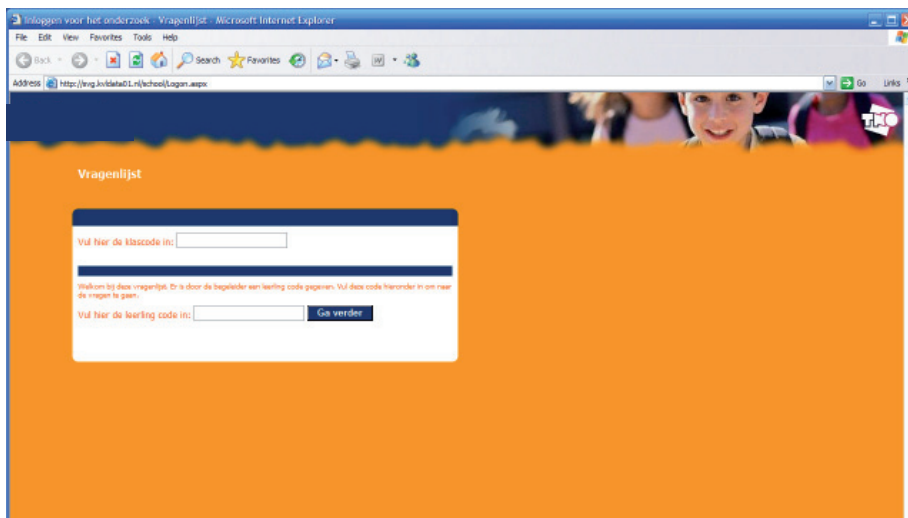


Opstarten van de vragenlijsten bewegen en voeding voor de leerlingen

U start een vragenlijst op via <http://svg.kvldata01.nl>

De pagina linkt automatisch door naar <http://svg.kvldata01.nl/school/Logon.aspx>

BELANGRIJK! Om fouten te voorkomen is het aan te bevelen de coördinator de klascode (zie *Stap 3*) en de leerling code (zie *Stap 4*) te laten invoeren en via de button **Ga verder** de vragenlijst voor de leerling te starten.



De vragenlijst is gestart!



Als de laatste vraag is beantwoord verschijnt een "bedankscherm". De gegevens worden automatisch opgeslagen. Op het bedankscherm staat een knop. Met deze knop start je een nieuwe vragenlijst zodat je met de volgende leerling (na het invullen van zijn/haar leerling code) een nieuwe vragenlijst kunt invullen.

Beheren van de codelijsten

De coördinator maakt met behulp van de aangemaakte klascode en leerling codes een lijst zoals hieronder weergegeven.

BELANGRIJK! Bewaar deze lijst goed en zorg voor waarborging van de persoonsgegevens. Deze codes zullen ook bij de 2^e serie metingen gebruikt worden. Zorg voor een kopie bij een interne collega. Het verdient ook de voorkeur een digitale versie te bewaren, bijvoorbeeld door de ingevulde lijsten te scannen.

[naam school] – [leerjaar] – [klas] – [aantal] leerlingen	
Klascode:	
Naam leerling	Leerling code





Bijlage J Verslag 'invitational meeting' 2006 fieldlab breedtesport

Field lab Sportstimulering: Proeftuin voor Innovatieve beweegconcepten.

Verslag invitational meeting 21 maart 2006

Kinderen en jongeren bewegen te weinig en worden op steeds jongere leeftijd te dik. Zij lopen daarmee meer risico op hart- en vaatziekten, diabetes en klachten aan het bewegingsapparaat. Zonder ingrijpen zal bewegingsarmoede tot grote gezondheidsproblemen leiden. Dit vraagt om een gezamenlijke inzet van overheid, bedrijfsleven en kennisinstellingen. Het ministerie van VWS geeft een hoge beleidsprioriteit aan het activeren van inactieve mensen in Nederland. Het doel is dat zo veel mogelijk mensen een actieve leefstijl ontwikkelen. Omdat er bepaalde prioritaire groepen onvoldoende bereikt worden is het de bedoeling dat in de komende jaren gewerkt wordt aan de ontwikkeling van een innovatief sport- en beweegaanbod.

Een eerste stap in het ontwikkelen van een innovatief beweegaanbod is het brainstormen over welke innovatieve concepten kinderen kunnen aanspreken en hoe een optimale omgeving gecreëerd kan worden, waarin innovaties tot stand kunnen komen.

TNO en Stichting Sports & Technology hebben daarom diverse partijen uitgenodigd om samen de mogelijkheden te onderzoeken voor een zogeheten field lab, waarin innovatieve manieren om bewegen te stimuleren kunnen worden ontwikkeld en uitgetest. In deze invitational meeting werden diverse experts vanuit het werkveld geraadpleegd om te weten welke opvattingen er bestaan ten aanzien van het creëren van een ontwikkelomgeving, een proeftuin, voor het tot stand brengen van innovaties op gebied van sport en bewegen.

Om de link naar de praktijk zoveel mogelijk te waarborgen werd de invitational meeting gehouden in sportpark Woensel Noord te Eindhoven. De organisatie en realisatie van de dag werd mogelijk gemaakt door TNO. De Stichting Sports & Technology en de Gemeente Eindhoven hadden de accommodatie ter beschikking gesteld.

Om half 11 werden alle aanwezigen van harte welkom geheten door Hans van Breukelen, naast bekend oud-doelman van het Nederlands Voetbalelftal ook directeur van de Stichting Sports & Technology.

Hierna heeft Tinus Jongert, (bewegingswetenschapper/inspanningsfysioloog) onderzoeker bij TNO Kwaliteit van Leven, de noodzaak van bewegen in het algemeen en voor kinderen in het bijzonder, toegelicht. Tinus heeft kort geschetst wat de Nederlandse Norm Gezond Bewegen inhoudt en heeft het onderzoek van Sanne de Vries (TNO KvL) naar bewegingsarmoede van kinderen in achterstandswijken van diverse grote Nederlandse steden toegelicht. Hierin komt naar voren dat maar 3 % van de kinderen in Nederland voldoet aan de NNGB. Er is in dit onderzoek ook gekeken naar de omgevingsfactoren: wat belemmert dan wel bevordert het buitenspelen voor kinderen? Ook is middels focusgroep interviews gekeken naar wat kinderen zelf zouden willen. Tot slot heeft Tinus in het kort verteld van Make me Move: een inventarisatie en ontwerp van een stimulerende omgeving die kinderen uitnodigt om spontaan te bewegen, met als eerste eindresultaat de Lighting Tiles, waarover Peter Joore later meer verteld heeft.

Vervolgens heeft Tilde Bekker Universitair docent aan de Technische Universiteit van Eindhoven, faculteit Industrial Design, verteld over het ontwikkelen van interactieve producten voor kinderen, zodat deze producten de kinderen stimuleren om meer te bewegen; het gebruik van 'persuasive technology'. Hierbij moet goed rekening gehouden worden met de leeftijd van het kind. Tilde heeft verteld van het "Move-it" spel over bewegen en eten, dat is ontworpen door een aantal studenten aan de faculteit Industrial Design. Hier komen 2 componenten aan de orde: de bewegingsregistratie (middels een beweegmeter) en een educatief spel over eten en bewegen. Het spel moest onder andere voldoen aan de volgende regels:





- het moest een uitdagend groepsspel zijn
- het moest beweging registreren
- er moesten gelijke kansen zijn

Na interviews met sportleraren, diëtisten en de kinderen zelf, en een concept evaluatie met kinderen (2x) en een spelletjes expert was de conclusie betreffende Move-it als volgt: Het spelthema spreekt de kinderen aan, en het spel is motiverend en educatief. Het vervolg is nu, dat er meerdere producten zouden moeten worden ontwikkeld om kinderen te motiveren meer te gaan bewegen, dat er voor 2 AIO's een onderzoeksvraag ontstaat: wat werkt motiverend? En wat draagt bij aan educatie? En hiervoor zou een Field lab of meerdere field labs heel belangrijk zijn, om dit alles te evalueren.

Henny Beekwilder, districtsmanager van het sportcomplex Noord van de gemeente Eindhoven, heeft vervolgens vanuit de dagelijkse praktijk zijn visie gegeven over het probleem van beweegstimulering en het gebruik van innovatieve beweegconcepten hierbij. Henny benadrukte dat het belangrijk is om goed aan te sluiten bij hetgeen kinderen echt willen, wat kinderen boeit en dat het inzetten van innovaties niet het doel maar het middel is. Kinderen zijn op zoek naar uitdagingen, ze gaan op zoek naar de grenzen van wat kan en mag. Het is zelfs een sport om over de grenzen heen te gaan. Om kinderen aan het bewegen te krijgen is het niet persé nodig om hightech oplossingen aan te bieden. Houd ook de oude concepten in ere. Ook met oude concepten kan je kinderen nog best boeien. Als voorbeeld noemde Henny bijvoorbeeld pinkelen.

Nieuwe speeltoestellen of concepten zijn pas waardevol als ze gedurende langere tijd blijven boeien. De lol moet er niet in enkele dagen vanaf zijn. Daarnaast is het belangrijk dat kinderen samen kunnen spelen. Als er een geweldig speeltoestel is waar iedereen mee wil spelen, maar er kan slechts één kind tegelijkertijd spelen dan breekt de oorlog uit. Kinderen moet er samen mee kunnen spelen.

Henny Beekwilder benadrukte ook dat kinderen tegenwoordig niet meer weten welke voeding gezond is. Je kan kinderen bewust maken van de hoeveelheid kilocalorieën door ze dit aan de lijve te laten ondervinden. Dus kortom, stuur kinderen de supermarkt in om een maaltijd samen te stellen. Laat de kinderen kiezen wat ze willen, ze hoeven niet te betalen met euro's maar moeten net zo lang bewegen tot ze de energie van de gekozen voedingsmiddelen verbruikt hebben.

Het bereiken van sommige groepen is erg lastig. Zo kan je bepaalde groepen van allochtonen niet bereiken als je ze uitnodigt voor een sport evenement. Deze groepen moet je lokken met sociale events.

Charlot van der Hoeven liet een film zien over 'Make me Move'. In een documentaire heeft Charlot het hele proces van totstandkoming van een innovatief speeltoestel weergegeven. In de film zijn de verschillende stadia van het innovatieproces en de betrokken partijen in beeld gebracht. Het proces begon met het wetenschappelijke onderzoek van het meten en wegen van kinderen in achterstandswijken (door TNO), het verzinnen van het basis concept van het speeltoestel (de lichtgevende stoeptegels door Tinus Jongert) tot het ontwerp en de ontwikkeling van de lichtgevende speeltegels (door de studenten van de TU Eindhoven). Als laatste werd getoond hoe de metingen van het energieverbruik plaatsvonden. Dit werd gedaan om te bekijken of kinderen die op het speeltoestel spelen ook daadwerkelijk genoeg energie verbruiken om de Nederlandse Norm Gezond Bewegen te halen.

Peter Joore, onderzoeker bij TNO Industrie en Techniek en eveneens werkzaam bij de TU Eindhoven, heeft verteld over Make me Move en het vervolg daarvan. Allereerst werden de



lighting tiles gedemonstreerd door studenten van de TU Eindhoven, die deze tegels ook ontworpen hadden.

Na de lunch waren er workshops in 3 groepen.

Aan de orde kwamen de praktische mogelijkheden om een field lab te realiseren: wat verwachten we daarvan? Hoe gaan we dat aanpakken? Welke partijen zijn geïnteresseerd om te participeren in een field lab? Waar gaan we het uitvoeren? Hoe gaan we het dan uitvoeren? Wat kunnen we bedenken als 'inhoud' voor de field labs? Moeten we wel zelf de inhoud bedenken? Of laten we dit over aan de kinderen?

Uitkomsten van workshop 1:

Onderwerpen:

- welke toepassingsmogelijkheden zijn er voor de 'lighting tiles'?
- zijn er nieuwe ideeën mbt de 'lighting tiles'?
- welke partijen willen bij verder ontwikkeling betrokken zijn?
- welke wensen zijn er ten aanzien van een field lab?

Brainstorm over toepassingsmogelijkheden voor het concept van de 'lighting tiles':

- graffiti wand maken
- plafond aantikken
- verspringen op de tegels
- tegels verwerken in een dambord
- glijden op je buik over de lichtgevende tegels
- danspatronen op de tegels volgen
- letter/cijfer spelen ontwerpen met de tegels
- memoryspel maken
- boter kaas en eieren
- eventueel ook nog geluid toevoegen aan de tegels
- geur toevoegen aan de tegels
- trilling toevoegen aan de tegels
- straatorgel, keyboard bouwen van de tegels

Andere ideeën met betrekking tot het concept van de 'lighting tiles':

- punten sparen om spelletjes te vergaren
- kinderen zelf spelen laten ontwikkelen, o.a. via internet
- ballenbak Ikea: ballen vangen, ballen ontwijken (uit hygiënisch oogpunt waarschijnlijk niet zo'n goede optie: de ballenbak heeft z'n langste tijd gehad)
- moderne technieken gebruiken om de perfecte voorbeelden te laten zien
- laser squash

Plaatsen waar mogelijk de tegels neergelegd kunnen worden?

- in de sporthal
- op het treinperron
- bij wachtrijen attractieparken
- 'lighting tiles' routes van huis naar school

Welke partijen willen verder bij de ontwikkelingen van de 'lighting tiles' betrokken zijn?

- Lappset
- Nijha



- Yppah
- TU Eindhoven

Wensen ten aanzien van het field lab?

- Niet alleen vast field lab, maar mogelijk ook een mobiel field lab waar de effectiviteit van nieuw aangelegde speelterreinen onderzocht kan worden. Hierbij moeten de kwantiteit van bewegingen gemeten kunnen worden, maar ook de kwaliteit en bijvoorbeeld ook de speelwaarde en speelplezier.
- Het field lab moet zo dicht mogelijk bij de praktijk staan
- Nieuwe speelconcepten kunnen mogelijk uitgetest worden bij wachtende mensen?
- Kinderopvang / crèches zijn ook goede plekken om concepten uit te testen

Uitkomsten van workshop 2:

Onderwerpen:

- wat willen we ontwikkelen, wat is essentieel voor een field lab?
- wat is het doel van een field lab?
- hoe moet het field lab er uit gaan zien?
- welke partijen moeten betrokken worden bij de vormgeving van het field lab?

De individuele ideeën over “wat essentieel is voor fieldlab”:

Jos Goutsmits – uitdaging voor de kinderen en onderzoekers.

Hermen Bijsterbos – onderzoeksfaciliteit voor onderzoek naar nieuwe dingen (kinderen met speelgoed).

Berry Eggen – observatie en onderzoek → er iets mee doen (implementeren).

Sander Mulder – digitaal veldje voor kinderen, technici en andere partijen.

Gert Rutjens – Testen van resultaten (vergelijking én testen realiteit).

Sanne de Vries – virtueel samenwerkingsverband, zo vroeg mogelijk kinderen en gebruikers bij het project betrekken.

Ivo Stuyfzand – mobiele eenheid (lab on wheels) groot samenwerkingsverband tussen de verschillende partijen.

Jurgen Westhof – actief op zoek gaan naar bedrijven met nieuwe prototypen, én blijven vernieuwen.

Doel van het field lab:

- breedtesportstimulering, door te onderzoeken wat kinderen tot bewegen zet.
- gemeente, bedrijven en kenniscentra samenbrengen om tot een optimaal resultaat te komen.
- innovaties zo snel mogelijk in de praktijk brengen en tijdens het proces van productontwikkeling al tussentijds evalueren en eventuele verbeteringen aanbrengen.

Vormgeving van het field lab: hoe moet het field lab er uit gaan zien?

Verschillende invalshoeken:

- High Tech Sport Camper – Lab on Wheels
- Bestaande speelhoeken/plaatsen aanpassen met vernieuwingen
- Speelpaleis met camera's (vast gebouw met afgesloten observatieruimten)

Resultaten van het onderzoek op de bovengenoemde locaties (virtueel lab) worden mee terug genomen naar een basiskantoor of -lab.

Inhoudelijke aspecten met betrekking tot de totstandkoming van het field lab:

- Kinderen moeten betrokken zijn bij de indeling van het field lab





- Verdeelde (afzonderlijke) kamers: één testruimte waar kinderen ongestoord hun gang kunnen gaan, één ruimte voor waar de onderzoekers kunnen observeren.
- Een uitnodigende omgeving voor de kinderen géén standaard testruimte ('laboratorium omgeving').
- Kinderen moeten gestimuleerd worden om te bewegen bij kinderen (v.b. licht tegels, actief spelen achter de computer etc.).
- Elke maand moeten er nieuwe prototypes geplaatst worden.
- kinderen credits laten verzamelen door elke maand iets nieuws aan te bieden om te testen (b.v. beweegmeters, nieuwe spelletjes etc.).
- Nieuwsgierigheid van de kinderen prikkelen d.m.v. fun, bewegen én prestatie.
- Niet alleen actieve kinderen, maar ook inactieve kinderen moeten bij het field lab betrokken worden.
- Ook psychologische aspecten nader onderzoeken in het field lab bijvoorbeeld motivatie.

Partijen die bij de ontwikkeling van het field lab betrokken moeten worden

De partijen die er minimaal bij betrokken moeten zijn:

- gemeenten
- TNO
- universiteiten
- bedrijven
- designers.

Uitkomsten van workshop 3:

Hoe ziet het field lab er uit?

In de derde workshop is met name gebrainstormd over de visuele aspecten, hoe moet het field lab er uit gaan zien. Studenten van de TU Eindhoven, Industrial Design, hebben hiervan aantekeningen en schetsen gemaakt.

Er is een plattegrond getekend van Woensel Noord en daarbij is duidelijk naar voren gekomen dat een fieldlab breedtesport / sportstimulering niet gebonden is aan één locatie maar op verschillende plaatsen. Dat kan op het schoolplein, in school, in het winkelcentrum, bij of in een sportaccommodatie, op straat op het plein.

Belangrijk is wel dat er een identiteit aanwezig in de buurt / wijk. Bedrijven, kennisinstellingen en sport (gemeenten, verenigingen, bonden, scholen e.d.) moeten elkaar makkelijk weten te vinden om aan innovaties te werken. Dus herkenbaar, met een gezicht en telefoonnummer. De organisatie zorgt voor goede communicatie, makelen en schakelen en eventuele bemiddeling bij het zoeken van subsidies en dergelijke. Deze organisatie heeft korte lijnen met de gemeente of is er zelf gelieerd aan omdat de gemeente juist goed weet wat de vraag is van sporters, kinderen en volwassenen uit de buurt.

*Timus Jongert
Lia Hinne
Steffin Nauta
Peter Joore
Cees van Bladel
15 september 2006*



