

**Behavioural and Societal
Sciences**

Wassenaarseweg 56
2333 AL Leiden
Postbus 2215
2301 CE Leiden

www.tno.nl

T +31 88 866 90 00

F +31 88 866 06 10

infodesk@tno.nl

TNO-rapport

TNO/CH 2012 R10201

**Evaluatie van de train-de-trainer en scholing
betreffende Eetplezier & Bewegkriebels
(nu Een gezonde start)**

Datum	Juli 2012
Auteur(s)	M. Beltman M.P. L'Hoir In samenwerking met het NISB en het Voedingscentrum
Aantal pagina's	114 (incl. bijlagen)
Aantal bijlagen	5
Opdrachtgever	Ministerie van VWS
Projectnummer	031.20997/01.01



Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, foto-kopie, 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 opdrachten aan TNO, dan wel de betreffende terzake tussen de partijen gesloten overeenkomst.

Het ter inzage geven van het TNO-rapport aan direct belang-hebbenden is toegestaan.

© 2012 TNO

Samenvatting

Inleiding

In 2009 is gestart met “*Eetplezier & Beweegkriebels. Ontwikkelen, uitrollen en evalueren van de scholing voor (aanstaande) pedagogisch medewerkers werkzaam in de kinderopvang.*” Het doel van dit project is om door middel van scholing van (aanstaande) pedagogisch medewerkers te realiseren dat het Kinderdagverblijf (KDV), de Peuterspeelzaal (PSZ) en Voorschool een omgeving wordt die de ontwikkeling van een gezond eet- en beweeggedrag bij kinderen in de leeftijd van 0 tot 4 jaar positief beïnvloedt.

Methode

In september 2011 is een tweedaagse train-de-trainer georganiseerd om docenten op te leiden voor de scholing Eetplezier en Beweegkriebels. Daarnaast heeft een aantal ROC's en KDV'en meegedaan met een pilotstudie. De deelnemers hebben vooraf en na afloop van de scholing een vragenlijst ontvangen.

Resultaten

De tweedaagse train-de-trainer werd gevolgd door 14 gecertificeerde docenten. Over het algemeen waren deze docenten erg enthousiast over de scholing en geven zij aan over voldoende kennis en vaardigheden te beschikken om de scholing uit te voeren.

De scholing Eetplezier en Beweegkriebels is gegeven door docenten die de train-de-trainer hadden gevolgd aan 53 deelnemers. Slechts 19 deelnemers hebben de vragenlijst beantwoord (21%).

De doelstelling om de pedagogisch medewerkers (in opleiding) te laten beschikken over voldoende *kennis* op het gebied van voeding, bewegen en opvoeding hieromtrent is niet behaald. Minder dan de helft van de deelnemer weet na afloop van de scholing het juiste antwoord op vragen over de onderwerpen schijf van vijf, duur borstvoeding, nieuw voedsel proberen, overgewicht herkennen, BMI, positief opvoeden, gewoontevorming, stimuluscontrole, imitatieleren, leren door instructie, opvoedstijlen, straffen en ethiek.

Wel lijken de pedagogisch medewerkers (in opleiding) na afloop van de scholing te beschikken over voldoende *vaardigheden* om het gesprek over deze thema's met ouders aan te gaan en zijn zij in staat zelf voorbeeldgedrag t.a.v. voeding en beweging te vertonen naar de kinderen die zij verzorgen (*eigen effectiviteit*). Verder blijkt dat het aanpassen van het gezondheidsbeleid op KDV'en en PSZ ten aanzien van voeding en beweging (en automatisch opvoeding), hoe hiernaar te handelen niet haalbaar is voor veel pedagogisch medewerkers (in opleiding).

Conclusie

Over het algemeen wordt de scholing goed beoordeeld en de docenten zien de meerwaarde ervan in. Aangezien niet alle doelstellingen van de scholing zijn behaald, is een aantal aanpassingen gemaakt. Deze zijn doorgevoerd in de definitieve materialen. Het onderdeel over opvoeding is vereenvoudigd en aangevuld met illustratieve filmfragmenten. Het kijken naar voorbeelden in plaats van het lezen van voorbeelden sluit beter aan bij SPW niveau 3. Er is een onderscheid gemaakt in de materialen voor SPW 3 en SPW 4. Bovendien is meer variatie aangebracht in de opdrachten. Tenslotte is de leesbaarheid van de materialen verbeterd.

Inhoudsopgave

	Samenvatting	3
1	Inleiding	7
2	Methode evaluatie.....	9
2.1	Evaluatie train-de-trainer	9
2.2	Methode evaluatie scholing	9
3	Resultaten train-de-trainer.....	11
3.1	Mondelinge evaluatie train-de-trainer	11
3.2	Evaluatie train-de-trainer door middel van vragenlijst	11
4	Resultaten scholing - deelnemers	15
4.1	Vragenlijst vooraf	15
4.2	Vragenlijst na afloop	19
5	Evaluatie scholing - docenten.....	27
5.1	Mondelinge evaluatie train-de-trainer	27
5.2	Evaluatie train-de-trainer door middel van vragenlijst	28
5.3	Logboek na afloop les	28
6	Conclusie.....	33
6.1	Train-de-trainer	33
6.2	Scholing	33
7	Literatuurlijst.....	39
	Bijlage(n)	
	A Logboek	
	B Vragenlijst deelnemers train-de-trainer	
	C Vragenlijst deelnemers scholing vooraf	
	D Vragenlijst deelnemers scholing na afloop	
	E Samenvatting logboeken	

1 Inleiding

Vanuit het Convenant Overgewicht is in 2008 de werkgroep “Ouders duidelijker aanspreken op het belang van hun rol als opvoeder bij het leren van een gezonde leefstijl” ingesteld. Vanuit de werkgroep is het initiatief genomen een interventie te ontwikkelen om ouders bewuster te maken van het belang van gezonde voeding en voldoende beweging en hun rol als opvoeder in deze. Dit initiatief is uitgemond in de workshop ‘Eetplezier & Beweegkriebels’ voor ouders van kinderen in de leeftijd 0-4 jaar, die op kinderdagverblijven (KDV) en peuterspeelzalen, inclusief voorscholen (PSZ), gegeven kan worden. Uit onderzoek blijkt dat KDV- en PSZ-medewerkers zelf graag een rol willen vervullen als het gaat om het aanleren van gezond eet- en beweeggedrag. Wel bestaat er bij deze medewerkers behoefte aan scholing hieromtrent. Aan de andere kant laat onderzoek zien dat op KDV’en op het gebied van voeding bij de medewerkers soms sprake is van een kennistekort (Esveld 2006). Hun eigen aangeleerd gedrag en leefpatroon speelt hierbij soms een rol.

Daarnaast hebben de positieve reacties uit het veld ertoe geleid dat een plan is opgesteld op een meer structurele manier gebruik te maken van de mogelijkheden van KDV’en en PSZ’en om kinderen gezond te laten opgroeien. In 2009 is daarom gestart met het door VWS gefinancierde projectplan “*Eetplezier & Beweegkriebels. Ontwikkelen, uitrollen en evalueren van de scholing voor (aanstaande) pedagogisch medewerkers werkzaam in de kinderopvang.*” Het doel van het project is door middel van scholing van (aanstaande) pedagogisch medewerkers te bewerkstelligen dat het KDV, PSZ en voorschool een omgeving wordt die de ontwikkeling van een gezond eet- en beweeggedrag bij kinderen in de leeftijd van 0 tot 4 jaar positief beïnvloedt.

Centraal in de scholing staan de onderwerpen voeding, beweging en opvoeding. Deze worden onder andere gevoed door de vijf determinanten uit ‘het overbruggingsplan’, het practice based interventieprogramma in Nederland gericht op preventie van overgewicht bij jonge kinderen. (Bulk 2005) De factoren, kortweg BOFT-factoren, van het overbruggingsplan zijn: Borstvoeding, Beweging, Ontbijt, en vermindering van Frisdrank gebruik, Televisie kijken.

Er wordt naar gestreefd dat de scholing in de toekomst een vast onderdeel wordt in het curriculum van de (S)PW-opleiding (Sociaal Pedagogisch Werk) en de S&B (Sport en Bewegen) opleiding. Daarnaast zal de scholing ook worden ingezet als nascholing voor pedagogisch medewerkers. Het streven is tevens de scholing zodanig op te zetten en te evalueren dat deze in aanmerking komt voor erkenning door het Centrum Gezond Leven (CGL). De eerste versie van de scholing is door TNO in 2011 geëvalueerd en staat weergegeven in dit rapport.

2 Methode evaluatie

Met de evaluatie van de scholing “Eetplezier & Beweegkriebels” is onderzocht of de doelstellingen zijn gehaald. Inmiddels is de naam veranderd in “Een gezonde start”. Het doel van het project is door middel van scholing van (aanstaande) pedagogisch medewerkers te bewerkstelligen dat het KDV, PSZ en voorschool een omgeving wordt die de ontwikkeling van een gezond eet- en beweeggedrag bij kinderen in de leeftijd van 0 tot 4 jaar positief beïnvloedt. Om de hoofddoelstelling te behalen, zijn de volgende subdoelen opgesteld:

- De pedagogisch medewerkers (in opleiding) beschikken over voldoende **kennis** op het gebied van voeding, bewegen en opvoeding hieromtrent.
- De pedagogisch medewerkers (in opleiding) beschikken over voldoende **vaardigheden** om het gesprek over deze thema's met ouders aan te gaan.
- De pedagogisch medewerkers (in opleiding) zijn in staat zelf voorbeeldgedrag t.a.v. voeding en beweging te vertonen naar de kinderen die zij verzorgen (**eigen effectiviteit**).
- De pedagogisch medewerkers (in opleiding) beschikken over geschikte **handvatten** om een goed gezondheids**beleid** te ontwikkelen op KDV'en en PSZ ten aanzien van voeding en beweging (en automatisch opvoeding, hoe hiernaar te handelen).

Deze doelstellingen zijn weer opgesplitst in leerdoelen per onderdeel en per opdracht (zie bijlage A). Daarnaast is ook gekeken naar het proces van de train-de-trainer en de scholing. Als meer dan 50% van de deelnemers het goede antwoord geven op de kennisvragen, wordt dat gezien als voldoende.

Om dit te onderzoeken is allereerst de opleiding voor de docenten geëvalueerd. De methode en resultaten staan weergegeven in de hoofdstukken 2.1 en 3. Daarna is de scholing geëvalueerd. De methode en resultaten staan weergegeven in de hoofdstukken 2.2, 4 en 5.

2.1 Evaluatie train-de-trainer

In september 2011 is een tweedaagse train-de-trainer georganiseerd om docenten op te leiden voor de scholing Eetplezier en Beweegkriebels. Deze training werd gegeven door de ontwikkelaars van de training (Voedingscentrum, NISB en TNO). Deze bijeenkomst is als eerste geëvalueerd door de ontwikkelaars van de train-de-trainer en de scholing. Daarnaast is direct aan het einde van de bijeenkomst een evaluatiegesprek gehouden met de deelnemers. Alle deelnemers hebben vervolgens een vragenlijst opgestuurd gekregen (zie bijlage B). In deze vragenlijst zijn vragen opgenomen over het proces, de implementatie en het effect. Daarna is er een bijeenkomst georganiseerd met de ontwikkelaars en twee docenten. Daarin is elk onderdeel van de train-de-trainer geëvalueerd en zijn eventuele aanpassingen besproken.

2.2 Methode evaluatie scholing

Een aantal ROC's en KDV'en hebben meegedaan met een pilotstudie. De leerlingen en medewerkers van kinderdagverblijven (hierna samen deelnemers genoemd) van de scholing hebben vooraf en na afloop van de scholing een vragenlijst ontvangen (zie bijlage C en D). In de vragenlijsten zijn zowel vragen opgenomen over het proces als over het effect op kennis, vaardigheden, eigen-

effectiviteit en beleid. Tevens zijn een aantal extra vragen over het gedrag van de deelnemers zelf gesteld. In de vragenlijst zijn alle leerdoelen van de verschillende onderdelen van de scholing uitgevraagd. De beoordeling van de antwoorden is gedaan door de ontwikkelaars van de scholing. Daarbij zijn de antwoorden verdeeld in twee groep, goed en fout. Daarnaast hebben de docenten na afloop van de trainde-trainer ook inhoudelijk gereageerd op de scholing. En in de vragenlijst hebben zij vragen gekregen over haalbaarheid en de geschiktheid voor de deelnemers. Na elke les van de pilotscholing hebben zij een logboek ingevuld (zie bijlage E). In het logboek werd gevraagd naar het proces (voorbereidingstijd, duur les, huiswerk gemaakt, opdrachten uitgevoerd en hoe deze worden beoordeeld) en of de leerdoelen zijn gehaald. Vervolgens is er een bijeenkomst georganiseerd met de ontwikkelaars en twee docenten die de pilot hebben uitgevoerd. Daarin is elk onderdeel van de scholing geëvalueerd en zijn eventuele aanpassingen besproken.

3 Resultaten train-de-trainer

De tweedaagse train-de-trainer werd gevolgd door 14 gecertificeerde docenten van het Beweegkriebels netwerk van het NISB en docenten van ROC's. De gemiddelde leeftijd was 42 jaar. Dit waren allemaal vrouwen.

3.1 Mondelinge evaluatie train-de-trainer

Na afloop van de training is mondelinge geëvalueerd met de deelnemers van de training. Uit de mondelinge evaluatie kwam het volgende naar voren:

Proces

- Let op de datum (niet eerste schooldag / in de vakantie).
- De locatie (Groesbeek) is weliswaar niet centraal gelegen, maar voldeed desondanks wel.
- Drie dagen is te lang. Er zou wel een terugkomdag moeten zijn voor iedereen die de training heeft gevolgd.
- De informatie zou minimaal twee weken voor de training bij de deelnemers moeten zijn.
- Het programma is te vol, pauzes zijn nodig om weer fris aan een volgend onderwerp te beginnen.
- Het programma moet meer gestructureerd worden: het was niet altijd duidelijk waar we in het programma zaten.
- De presentatie moet beschikbaar zijn als hand-out.
- BKK registratie (Het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid heeft veertig miljoen euro ter beschikking gesteld voor 2009-2012 voor de verbetering van de pedagogische kwaliteit van de kinderopvang. De belangenorganisaties van werkgevers, werknemers en ouders namen het initiatief om hiervoor plannen te ontwikkelen. Zij richtten Bureau Kwaliteit Kinderopvang (BKK) op)
- De naam Eetplezier en Beweegkriebels zou veranderd moeten worden. Het zorgt voor veel verwarring met de training Beweegkriebels en de workshop Eetplezier en Beweegkriebels.

Inhoudelijk

- Het was voor alle docenten niet helemaal duidelijk wat de bedoeling was van de training.
- Een onderdeel van de train-de-trainer en dus de scholing zou moeten zijn: hoe pas ik het beleid van het KDV aan.

3.2 Evaluatie train-de-trainer door middel van vragenlijst

Alle 14 deelnemers hebben een vragenlijst opgestuurd gekregen. Ook na meerdere reminders heeft iets meer dan de helft van de deelnemers deze vragenlijst teruggestuurd (n=8). De gemiddelde leeftijd van de deelnemers is 42

3.2.1 *Proces*

Vijf van de acht deelnemers waren ontevreden over de informatievoorziening over de inhoud voorafgaand aan de training. De helft was tevreden over de datum. Zeven van de acht over de locatie. Zeven waren ontevreden over de informatie over de voorbereiding. Alle deelnemers vonden de presentatie van de docenten (zeer) goed.

In tabel 1 staat per onderdeel weergegeven of er (on)voldoende tijd voor dat onderdeel was.

Een van de deelnemers gaf aan dat er tijdens de kennismaking wel langer stil gestaan had mogen worden bij het doel van de training. En dat de volgorde van de onderdelen wat chaotisch was.

Tabel 1: Tijd per onderdeel train-de-trainer

Onderdeel	Voldoende tijd n (%)	Onvoldoende tijd n (%)
Blok 1. Kennismaking	8 (100)	0
Blok 2. Voeding		
Hoe eet je gezond? - Theorie	5 (63)	3 (37)
Hoe eet je gezond? - Activiteiten	7 (88)	1 (12)
Blok 2. Voeding		
Gezonde voeding in het eerste jaar - Theorie	6 (75)	2 (25)
Gezonde voeding in het eerste jaar - Activiteiten	4 (50)	4 (50)
Gezonde voeding van 1 tot 4 jaar - Theorie	4 (50)	4 (50)
Gezonde voeding van 1 tot 4 jaar - Activiteiten	4 (50)	4 (50)
Blok 3. Bewegen		
Plezier in bewegen - Theorie	5 (63)	3 (37)
Plezier in bewegen - Activiteiten	5 (63)	3 (37)
Ontwikkeling van bewegingsvormen - Theorie	5 (63)	3 (37)
Ontwikkeling van bewegingsvormen - Activiteiten	5 (63)	3 (37)
Blok 4. Opvoeden		
Opvoeden en opvoedstijlen - Theorie	4 (50)	4 (50)
Opvoeden en opvoedstijlen - Activiteiten	3 (37)	5 (63)
Voorbeeldgedrag - Theorie	5 (63)	3 (37)
Voorbeeldgedrag - Activiteiten	5 (63)	3 (37)
Blok 5. Overgewicht		
Overgewicht - Theorie	6 (75)	2 (25)
Overgewicht - Activiteiten	7 (88)	1 (12)
Jonge kinderen en overgewicht - Theorie	5 (63)	3 (37)
Jonge kinderen en overgewicht - Activiteiten	5 (63)	3 (37)
Gezonde eet- en beweeggewoonten - Theorie	4 (50)	4 (50)
Gezonde eet- en beweeggewoonten - Activiteiten	6 (75)	2 (25)
Blok 6. Communicatie		
Theorie	6 (75)	2 (25)
Activiteiten	7 (88)	1 (12)

De deelnemers gaven gemiddeld een rapportcijfer van 7,6 aan de train-de-trainer. Eén deelnemer gaf aan het erg prettig te vinden met ervaren mensen de training te volgen (in verband met het uitwisselen van ervaringen).

Eén deelnemer gaf aan alle thema's gelezen te hebben. Twee hadden het doorgebladerd, drie hadden bepaalde thema's gelezen en twee hadden niets gelezen. De thema's die zijn gelezen (ingevuld door 7 deelnemers) werden ervaren als gemakkelijk leesbaar (n=7), onoverzichtelijk (n=6), niet volledig (n=4), ondersteunend (n=6) en nuttig (n=7).

3.2.2 Implementatie

De meeste docenten geven aan na afloop voldoende kennis (n=6) en voldoende vaardigheden (n=8) te hebben om de scholing uit te voeren. Tevens geven ze alle

acht aan helder te hebben wat er wordt verwacht. Een docent geeft aan nog niet in staat te zijn de scholing te geven. Zij geeft daarbij aan voor voeding en overgewicht eerst samen met een deskundige op die gebieden de training te willen geven.

3.2.3 *Effect*

Zeven docenten hebben vertrouwen in het effect van de scholing. Daarbij geeft één van de docenten aan dat er wel bewustwording en basiskennis zal zijn, maar vraagt zich af of het ook daadwerkelijk in het beleid zal worden opgenomen.

4 Resultaten scholing - deelnemers

De scholing eetplezier en Beweegkriebels is volledig gegeven aan 1 PW3 ROC-klas, 1 PW4 ROC klas, en 2 verschillende KDV'en. De scholing werd gegeven door docenten die in september de train-de-trainer hadden gevolgd. Tevens is de scholing in een verkorte versie aan 1 PW3 ROC-klas en 1 PW4 ROC klas gegeven. Deze docent is mondeling bijgepraat over de inhoud en opzet van de scholing.

4.1 Vragenlijst vooraf

In totaal is naar 53 deelnemers per mail voorafgaand aan de training een digitale vragenlijst gestuurd. Daarnaast hebben 37 deelnemers een papieren versie ontvangen. Er zijn meerdere herinneringen verstuurd en de docenten hebben meerdere malen het belang van het invullen van de vragenlijst aangekaart. Toch hebben slechts 19 deelnemers de vragenlijst teruggestuurd (21%). Er zijn geen gegevens bekend van de non-respondenten.

De gemiddelde leeftijd van de deelnemers die de voormeting hebben ingevuld is 17 jaar. Alle deelnemers zijn geboren in Nederland. Het aantal antwoorden (n) kan per vraag verschillen doordat niet alle respondenten alle vragen hebben ingevuld. Dit is per vraag en per deelnemer verschillend.

Bijna 40% van de deelnemers had wel eens (meestal via school) gehoord van Eetplezier en Beweegkriebels.

De deelnemers geven aan het volgende te willen leren:

- hoe je gezond eet 6x;
- hoe je gezond beweegt 4x;
- leuke activiteiten / spelletjes 4x;
- hoe je op een goede, interessante en leuke manier gezond blijft/kan worden 1x;
- gezond eten wat toch lekker is 1x;
- gezondere leefstijl 1x.

4.1.1 Effect - kennis

In de vragenlijst is een aantal kennisvragen opgenomen. Deze kennisvragen zijn gebaseerd op de leerdoelen die per onderdeel van de scholing zijn vastgesteld. In tabel 2 staat per vraag weergegeven hoe vaak het juiste antwoord is gegeven. Onvolledige antwoorden zijn als fout gerekend.

Tabel 2: Kennisvragen

Vraag	Weet ik niet n (%)	Niets ingevuld n (%)	Goed n (%)	Fout n (%)
Voeding				
Wat is de schijf van Vijf?	-	5 (26)	6 (32)	8 (42)
Hoeveel gram groente moet je per dag eten?	-	6 (32)	5 (26)	8 (42)
Hoeveel stuks fruit moet je per dag eten?	-	5 (26)	2 (11)	12 (63)
Hoeveel eetmomenten zou je maximaal op een dag moeten hebben?	-	5 (26)	9 (47)	5 (26)
Hoe lang wordt geadviseerd borstvoeding te geven?	-	8 (42)	4 (21)	7 (37)
Wat is een goed moment om te beginnen met vaste voeding voor kinderen?	-	5 (26)	9 (47)	5 (26)
Hoe vaak moet een kind nieuw voedsel proberen om te bepalen of ze het lekker vinden?	5 (26)	3 (16)	5 (26)	6 (32)
Overgewicht				
Hoe kun je zien dat een kind overgewicht heeft?	1 (5)	8 (42)	4 (21)	6 (32)
Wat kun je met BMI berekenen?	1 (5)	7 (37)	9 (47)	2 (11)
Hoe bereken je de BMI van een volwassene?	5 (26)	7 (37)	0	7 (37)
Hoe bereken je de BMI van kinderen?	6 (32)	7 (37)	0	6 (32)
Bewegen				
Wat is de beste manier om kinderen te observeren in hun motoriek?	-	7 (37)	7 (37)	5 (26)
Wat kan een baby van 3 maanden?	-	7 (37)	9 (47)	3 (16)
Wat kan een tweejarige?	-	7 (37)	12 (63)	0
Wat kan een vierjarige?	-	7 (37)	9 (47)	3 (16)
Opvoeding				
Wat houdt positief opvoeden in?	4 (21)	7 (37)	2 (11)	6 (32)
Wat is gewoontevorming?	8 (42)	7 (37)	4 (21)	0
Wat is stimuluscontrole?	12 (63)	7 (37)	0	0
Wat is imitatieleren?	7 (37)	7 (37)	4 (21)	1 (5)
Noem 1 of 2 mogelijke oorzaken van gedragsproblemen.	3 (16)	8 (42)	8 (42)	0
Noem 1 of 2 manieren waarop kinderen leren door instructie.	10 (53)	6 (32)	3 (16)	0
Noem 1 of 2 verschillende opvoedstijlen.*	10 (53)	7 (37)	2 (11)	0
Noem 1 of 2 manieren waarop je een kind dat iets goeds doet kan belonen.	-	7 (37)	9 (47)	3 (16)
Noem 1 of 2 manieren waarop je een kind dat iets doet wat niet mag kan straffen.	1 (5)	7 (37)	5 (26)	6 (32)
Noem 1 of 2 manieren waarop jij in een KDV of PSZ het goede voorbeeld kan geven op het gebied van gezond eten.	3 (16)	7 (37)	9 (47)	0
Noem 1 of 2 manieren waarop jij in een KDV of PSZ het goede voorbeeld kan geven op het gebied van bewegen.	4 (21)	7 (37)	8 (42)	0
Kun je beschrijven wat het woord ethiek betekent?	10 (53)	8 (42)	11 (5)	0

Naast de vragen in de tabel zijn per onderdeel meer kennisvragen gesteld.

Kennis - Voeding

Op de vraag **“Noem 1 of 2 gezonde traktaties voor jonge kinderen”** gaf 1 deelnemer aan dit niet te weten. Zes hebben niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende traktaties:

- fruit 10x
- ontbijtkoek 3x
- rozijntjes 3x
- kaas/worst 3x
- groente 2x
- fruitreep 1x
- liga 1x

Op de vraag **“Noem 1 of 2 gezonde tussendoortjes voor kinderen op het KDV of in de PSZ.”** hadden vijf deelnemers niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende tussendoortjes:

- fruit 13x
- cracker 3x
- bruinbroodje 2x
- komkommer 1x
- gezonde koek 1x
- lange vinger 1x
- ontbijtkoek 1x

Op de vraag **“Met welk vast voedsel kun je het beste beginnen”** gaven twee deelnemer aan dit niet te weten. Zeven hebben niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende opties:

- brood 7x
- fruit 6x
- groente 2x
- gestampt voedsel 1x
- bambix koekjes 1x
- fruit + koek 1x

Op de vraag **“Noem 1 of 2 producten die een kind jonger dan 1 jaar nog niet mag”** hebben vijf deelnemers niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende producten:

- snoep 3x
- honing 3x
- (rood) vlees 3x
- chocola 2x
- zout 2x
- citroen 1x
- chilisaus 1x
- energy drank 1x
- ijs 1x
- kauwgum 1x
- nootjes 1x
- leverpastei 1x
- pindakaas 1x
- spinazie 1x

Kennis – Overgewicht

Op de vraag **“Noem 1 of 2 risico’s van overgewicht”** hebben tien deelnemers niets ingevuld. Drie wisten het niet. De overige deelnemers noemen de volgende risico’s:

- diabetes 4x
- eerder kans op ziekten 2x
- pesten 2x
- mindere weerstand 1x
- hoge/lage bloeddruk 1x
- hart- en vaatziekten 1x
- obesitas 1x
- vermoedheid 1x
- geestelijke beperktheid 1x

Op de vraag **“Noem 1 of 2 manieren om te voorkomen dat een kind overgewicht krijgt”** hebben acht deelnemers niets ingevuld. Eén wist het niet. De overige deelnemers noemen de volgende manieren:

- gezond eten 8x
- veel bewegen 8x
- minder snoep 1x
- niet te veel vetten 1x
- niet te veel geven 1x
- gezonde tussendoortjes 1x

Op de vraag “**Noem 1 of 2 manieren noemen om overgewicht bij een kind te verminderen**” hebben acht deelnemers niets ingevuld. Eén wist het niet. De overige deelnemers noemen de volgende manieren:

- veel bewegen 10x
- gezond eten 3x
- gezonde tussendoortjes 2x
- minder snoep 1x
- niet belonen met snoep 1x
- gooi de televisie door het raam 1x
- goed voorbeeld geven 1x

Geen van de deelnemers heeft wel eens gehoord van de BOFT factoren (Buiten Spelen, Ontbijten, Frisdrank en TV-kijken). Eén deelnemer kent wel “SO die BBOFTT” (Slaap, Opvoeding, Borstvoeding, Buiten Spelen, Ontbijten, Frisdrank, TV kijken en Tussendoortjes)

Kennis – Bewegen

Op de vraag “**Noem 1 of 2 materialen, anders dan kant en klaar speelgoed, die je kunt gebruiken om kinderen te prikkelen tot bewegen.**” hebben zeven deelnemers niets ingevuld. Drie wisten het niet. De overige deelnemers noemen de volgende materialen:

- instrumenten 3x
- bal 1x
- bomen 1x
- grasveld 1x
- fiets 2x
- knijpers 1x
- bierviltjes 1x
- sleutels 1x

Op de vraag “**Noem 1 of 2 bewegactiviteiten voor binnen voor jonge kinderen**” hebben drie deelnemers “ik weet het niet” en tien niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende activiteiten:

- dansen 3x
- verstoppertje 2x
- iemand nadoen
- lopen
- met een bal spelen
- speelgoed
- Jan Huigen in de ton

Op de vraag “**Noem 1 of 2 bewegactiviteiten voor buiten voor jonge kinderen**” hebben zeven deelnemers niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende activiteiten:

- (voet)bal 4x
- fiets 3x
- tikkertje 3x
- step 1x
- lopen 1x
- Schipper mag ik overvaren 1x
- Schommelen 1x
- Blikspuit 1x
- Annemaria koekoek 1x

Van de 12 deelnemers die antwoord heeft gegeven op de vraag “Ken je de grove ontwikkeling van baby tot kleuter”, heeft 42% (n=5) bevestigend geantwoord.

4.1.2 *Effect – vaardigheden / eigen-effectiviteit*

Acht deelnemers (67%) hebben ervaring met het uitleggen van een bewegspel aan kinderen. Deze geven aan dit ook te kunnen. De deelnemers geven de volgende manieren aan om een spel beter te laten verlopen:

- motiveren 4x
- aanpassen 3x
- door het vaker met ze te oefenen
- door te helpen
- voordoen
- op een andere manier uitleggen
- een snoepje beloven
- beloning
- goede voorbereiding

STORM is een afkorting van de elementen die je kunt aanpassen om het spel anders te laten verlopen en staat voor Spelers Tijd Organisatie Regels Materiaal .Eén deelnemer kent de afkorting STORM.

Zeven deelnemers geven aan ervaring te hebben met het spreken voor een groep. De helft (55%) vindt dat niet leuk. Iets meer dan een derde (36%) is van mening het wel goed te kunnen. Negen deelnemers (47%) zouden een gesprek durven te voeren met ouders over het gezond eten en bewegen van hun kind. Meer dan een derde (37%) geeft aan een ouderworkshop aan ouders te durven geven. Eén deelnemer vindt dat ze over voldoende kennis en informatie beschikken om een scholing over gezond eten, bewegen en positief opvoeden te kunnen geven.

4.1.3 *Effect – beleid*

Twee deelnemers gaven aan ideeën te hebben over het beleid op hun kinderdagverblijf. Ze gaven daarbij het volgende aan:

“Het is goed als de kinderen van jongs af aan gezond eten en niet te veel snoepen, want anders worden ze dik. Het is ook belangrijk dat een kind goed beweegt zodat hij ook niet dik wordt en een redelijke conditie heeft.”

“Meer beweging; sporten, dansen en muziekactiviteiten aanbieden! Positief omgaan met de kinderen; verdiep je in de doelgroep, speel in op interesses en behoeftes, wees een goed voorbeeld voor de kinderen ook wat betreft voeding; eet zelf ook gezond.”

4.1.4 *Effect – gedrag*

In de vragenlijst zijn tevens vijf vragen over het gedrag van de deelnemers opgenomen. Twee van de negentien deelnemers gaven aan niet te hebben ontbeten. Ze geven gemiddeld aan 6 dagen in de week de benodigde hoeveelheid groente te eten en 5 dagen per week het benodigde aantal stuks fruit. Ze geven tevens aan 6 dagen per week volkorenbrood te eten. Van de deelnemers geeft 79% (n=11) aan (redelijk) gezond te eten.

4.2 **Vragenlijst na afloop**

In totaal is na afloop naar alle 80 deelnemers per mail een digitale vragenlijst gestuurd. Daarnaast hebben 37 deelnemers ook een papieren versie ontvangen. Er zijn meerdere herinneringen verstuurd en de docenten hebben meerdere malen het belang van het invullen van de vragenlijst aangekaart. In totaal hebben 31 deelnemers de vragenlijst teruggestuurd (39%). De gemiddelde leeftijd van de deelnemers die de nameting hebben ingevuld is 25 jaar. Een van de deelnemers was een man. Alle deelnemers op één na (Indonesië) zijn geboren in Nederland. Er zijn geen gegevens bekend van de non-respondenten. Daarnaast is bij 14

medewerkers van MKZ Tierlantijn een extra verkorte vragenlijst afgenomen door de docent. Het aantal antwoorden (n) kan per vraag verschillen doordat niet alle respondenten alle vragen hebben ingevuld. Dit is per vraag en per deelnemers verschillend.

4.2.1 *Effect - kennis*

In tabel 3 staat per vraag weergegeven hoe vaak het juiste antwoord is gegeven. Onvolledige antwoorden zijn als fout gerekend. Zes deelnemers geven aan dat met BMI het vetpercentage kan worden berekend. Vier deelnemers hebben antwoord gegeven op de vraag welke invloed de opvoedingsstijlen hebben op het ontstaan van overgewicht. Hiervan gaf 1 een fout antwoord.

Tabel 3: Kennisvragen

Vraag	Weet ik niet n (%)	Niets ingevuld n (%)	Goed n (%)	Fout n (%)
Voeding				
Wat is de schijf van Vijf?	3 (10)	4 (13)	6 (19)	18 (58)
Hoeveel gram groente moet je per dag eten?	-	6 (19)	21 (68)	4 (13)
Hoeveel stuks fruit moet je per dag eten?	-	3 (10)	27 (87)	1 (3)
Hoeveel eetmomenten zou je maximaal op een dag moeten hebben?	-	4 (13)	22 (71)	5 (16)
Hoe lang wordt geadviseerd borstvoeding te geven?	-	7 (23)	14 (45)	10 (32)
Wat is een goed moment om te beginnen met vaste voeding voor kinderen?	-	4 (13)	23 (74)	4 (13)
Hoe vaak moet een kind nieuw voedsel proberen om te bepalen of ze het lekker vinden?	5 (16)	6 (19)	7 (23)	13 (42)
Overgewicht				
Hoe kun je zien dat een kind overgewicht heeft?	-	9 (29)	9 (29)	13 (42)
Wat kun je met BMI berekenen?	3 (10)	9 (39)	13 (42)	6 (19)
Hoe bereken je de BMI van een volwassene?	8 (26)	8 (26)	4 (13)	9 (29)
Hoe bereken je de BMI van kinderen?	11 (35)	11 (35)	3 (10)	6 (19)
Bewegen				
Wat is de beste manier om kinderen te observeren in hun motoriek?	-	8 (26)	17 (55)	6 (19)
Wat kan een baby van 3 maanden?	-	7 (23)	24 (77)	0
Wat kan een tweejarige?	-	7 (23)	17 (55)	7 (23)
Wat kan een vierjarige?	-	7 (23)	17 (55)	7 (23)
Opvoeding				
Wat houdt positief opvoeden in?	9 (39)	8 (26)	14 (45)	0
Wat is gewoontevorming?	11 (35)	7 (23)	11 (35)	2 (6)
Wat is stimuluscontrole?	17 (55)	7 (23)	4 (13)	3 (10)
Wat is imitatieleren?	10 (32)	6 (19)	15 (48)	0
Noem 1 of 2 mogelijke oorzaken van gedragsproblemen.	3 (10)	6 (19)	17 (55)	5 (16)

Vraag	Weet ik niet n (%)	Niets ingevuld n (%)	Goed n (%)	Fout n (%)
Noem 1 of 2 manieren waarop kinderen leren door instructie.	8 (26)	9 (29)	8 (26)	6 (19)
Noem 1 of 2 verschillende opvoedstijlen.	9 (29)	10 (32)	10 (32)	2 (6)
Noem 1 of 2 manieren waarop je een kind dat iets goeds doet kan belonen.	3 (10)	8 (26)	20 (65)	0
Noem 1 of 2 manieren waarop je een kind dat iets doet wat niet mag kan straffen.	5 (16)	8 (26)	15 (48)	3 (10)
Noem 1 of 2 manieren waarop jij in een KDV of PSZ het goede voorbeeld kan geven op het gebied van gezond eten.	4 (13)	77 (23)	20 (65)	0
Noem 1 of 2 manieren waarop jij in een KDV of PSZ het goede voorbeeld kan geven op het gebied van bewegen.	5 (16)	9 (29)	17 (55)	0
Kun je beschrijven wat het woord ethiek betekent?	10 (32)	8 (26)	5 (16)	8 (26)

Naast de vragen in de tabel zijn per onderdeel meer kennisvragen gesteld.

Kennis - Voeding

Op de vraag “**Noem 1 of 2 gezonde traktaties voor jonge kinderen**” gaf één deelnemer aan dit niet te weten. Vier hebben niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende traktaties:

- fruit 17x
- rozijnen 9x
- groente 5x
- kaas/worst 4x
- soepstengels 3x
- volkoren koek 2x
- ontbijtkoek 2x
- Danoontje 2x
- eierkoek 1x
- cakeje 1x
- Melk 1x
- Water 1x
- Cadeautje 1x

Op de vraag “**Noem 1 of 2 gezonde tussendoortjes voor kinderen op het KDV of in de PSZ.**” gaf één deelnemer aan dit niet te weten. Vijf hebben niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende tussendoortjes:

- fruit 16x
- soepstengel 10x
- rijstwafel 6x
- groente 4x
- volkoren koek 3x
- rozijnen 3x
- melkkoekje 1x
- theebeschuit 1x
- Danoontje 1x
- knakkers 1x
- bellenblaas 1x
-

Op de vraag “**Met welk vast voedsel kun je het beste beginnen**” gaven twee deelnemer aan dit niet te weten. Zes hebben niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende opties:

- fruit 14x
- groente 8x
- brood 2x
- soepstengels 1x
- Olvarit 1x

Op de vraag “**Noem 1 of 2 producten die een kind jonger dan 1 jaar nog niet mag**” hebben zeven deelnemers niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende producten:

- honig 10x
- pindakaas 4x
- Snoep 2x
- zout 2x
- ananas 1x
- kiwi 1x
- bepaalde groenten 1x
- rauwe wortel 1x
- vleeswaren 1x
- rauw vlees 1x
- pinda's 1x
- appelstroop 1x
- pittige kruiden 1x
- melk 1x
- harde producten 1x

Kennis – Overgewicht

Op de vraag “**Noem 1 of 2 risico's van overgewicht**” hebben zes deelnemers niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende risico's:

- Diabetes 12x
- hart- en vaatziekte 8x
- pesten 5x
- kans op ziekte 2x
- obesitas 2x
- belemmering in de ontwikkeling 1x
- futloos 1x
- weinig bewegen 1x
- darmklachten 1x
- Gewrichtsklachten 1x
- sociale aspect van de ontwikkeling 1x
- onzekerheid 1x

Op de vraag “**Noem 1 of 2 manieren om te voorkomen dat een kind overgewicht krijgt**” hebben vijf deelnemers niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende manieren:

- bewegen 22x
- gezond eten 18x
- met mate eten 2x
- gezonde/weinig tussendoortjes 2x
- spelletjes bedenken 1x
- 3x op een dag eten 1x
- eten volgens de schijf van vijf 1x
- weinig snoep geven 1x
- regelmatige eetmomenten 1x
- zo min mogelijk suikers 1x

Op de vraag “**Noem 1 of 2 manieren noemen om overgewicht bij een kind te verminderen**” hebben zes deelnemers niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende manieren:

- bewegen 17x
- gezonde voeding 12x
- niet teveel tv of computer 2x
- veel buitenspelen 2x
- Gevarieerd eten 2x
- gezonde tussendoortjes 2x
- minder te snoepen 2x
- niet teveel suikers 1x
- geen frisdranken 1x
- 3x op een dag eten 1x
- levensstijl veranderen 1x
- zelf voorbeeld zijn 1x

De meeste (77%) deelnemers hebben de vraag over waar de letters van BOFT voor staan niet ingevuld. De B van Buiten spelen, de F van Frisdrank en de T van TV kijken/computeren werd door 10 deelnemers goed ingevuld. De O van Ontbijten door 9 deelnemers (1 deelnemer vulde Overgewicht in).

Ook de vraag over waar de letters van SO die BBOFTT voor staan werd door veel (68% tot 77%) niet ingevuld. De S van Slaap en de O van Opvoeding werd door 6 deelnemers goed ingevuld (een vulde Signaleren/Overgewicht in). De B van Borstvoeding werd door 8 goed ingevuld. De B van Buiten spelen door 10 (ook Bespreek genoemd), de O van Ontbijten door 8 deelnemers, de F van Frisdrank door zeven, de T van TV kijken/computeren door 9 deelnemers en de T van Tussendoortjes door zeven deelnemers.

Kennis – Bewegen

Op de vraag “**Noem 1 of 2 materialen, anders dan kant en klaar speelgoed, die je kunt gebruiken om kinderen te prikkelen tot bewegen.**” hebben acht deelnemers niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende materialen:

- knijpers 6x
- bekers 5x
- bakjes 1x
- bal 2x
- bierviltjes 2x
- takken 1x
- dozen 2x
- bordjes 1x
- balken 1x
- wc rollen 1x
- fiets 1x
- autobanden 1x
- glijbaan 1x
- klimtoestellen 1x
- gras 1x
- stof 1x
- kranten 1x
- touw 1x

Op de vraag “**Noem 1 of 2 beweegactiviteiten voor binnen voor jonge kinderen**” hebben twee deelnemers “ik weet het niet” en twaalf niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende activiteiten:

- spelen met de bal 3x
- zo snel mogelijk de juiste kleur beker in de hoepel leggen.
- wasknijpers in een bak gooien
- hindernisbaan
- dansen 6x
- ren je rot
- spelletjes
- tikkertje
- een voorwerp van een bepaalde kleur zoeken
- zo snel mogelijk een toren bouwen
- gymactiviteit
- Jan Huigen in de ton
- kindergymnastiek
- liedjes zingen en daarbij de juiste bewegingen maken
- knijpertoren
- pakkertje
- vrijspelen met uitdagend en bewegend materiaal.
- verhaal vertellen en de kinderen laten uitbeelden
- zo snel mogelijk een toren bouwen van een stapel bekers
- voetbal

Op de vraag “**Noem 1 of 2 beweegactiviteiten voor buiten voor jonge kinderen**” hebben negen deelnemers niets ingevuld. De overige deelnemers noemen de volgende activiteiten:

- tikkertje 10x
- voetbal 6x
- verstoppertje 4x
- fietsen 3x
- estafette 2x
- ballenspel 2x
- wandelen 2x
- voorwerpen zoeken in het zand
- blikspuit
- step
- loopauto
- vrij spel
- schipper mag ik over varen
- schommels
- glijbaan
- sporten

Van de 24 deelnemers die antwoord heeft gegeven op de vraag “Ken je de grove ontwikkeling van baby tot kleuter”, heeft 67% (n=16) bevestigend geantwoord.

4.2.2 *Effect – vaardigheden / eigen-effectiviteit*

Veel van de deelnemers (88%) hebben ervaring met het uitleggen van een beweegspel aan kinderen. De deelnemers geven de volgende manieren aan om een spel beter te laten verlopen:

- aanpassen 8x
- aanmoedigen 4x
- pauze 2x
- afwisseling
- even bij elkaar roepen, regels doornemen en opnieuw beginnen 4x
- in kleine stapjes uitleggen/voordoen
- zelf meedoen
- Storm gebruiken

Meer dan de helft (68%) vult de vraag wat STORM is niet in.

Meer dan de helft (57%) geeft aan ervaring te hebben met het spreken voor een groep. Bijna drie kwart (70%) vindt het niet leuk voor een groep te staan. Toch vindt 78% zichzelf daar goed in. Bijna alle deelnemers (97%) zouden een gesprek durven te voeren met ouders over het gezond eten en bewegen van hun kind. Eén geeft aan dat dit de taak is van het consultatiebureau. Twee derde (61%) geeft aan de ouderworkshop Eetplezier en Beweegkriebels aan ouders te durven geven. Een derde (36%) denkt wel over voldoende kennis en informatie te beschikken om een scholing over gezond eten, bewegen en positief opvoeden te kunnen geven en 86% denkt voldoende vaardigheden te hebben. Bijna 70% heeft er voldoende vertrouwen het te kunnen.

4.2.3 *Effect – beleid*

Negen deelnemers hebben ideeën over het beleid op het KDV ten aanzien van voeding beweging en opvoeding. Ze geven het volgende aan:

- Voldoende beweging (binnen en buiten) 6x;
- gezonde voeding 5x;
- communiceren naar collega's;
- goede voorbeeld geven;
- gezond gewicht;

Citaat: *“We hebben naar aanleiding van deze pilot cursus een aantal dingen veranderd in het voedingsbeleid.”*

4.2.4 *Effect – gedrag*

De deelnemers geven gemiddeld 5 dagen in de week de benodigde hoeveelheid groente te eten en 6 dagen per week het aanbevolen aantal stuks fruit. Ze geven tevens aan 6 dagen per week volkorenbrood te eten. Van de deelnemers geeft 77% aan redelijk gezond te eten.

4.2.5 *Proces*

De deelnemers vinden de scholing Eetplezier en Beweegkriebels nuttig (92%). En dat ze voldoende informatie hebben gekregen (92%) en voldoende vaardigheden hebben ontwikkeld (63%). Tevens hebben zij meer vertrouwen in hun eigen kunnen (58%).

Een groot deel (92%) van de deelnemers vond de docenten goed.

De bijeenkomsten bij KDV Tierlantijn werden als erg veel ervaren. Drie van de 14 deelnemers geven tevens aan dat 2,5 uur te veel was na een lange dag werken. Twee geven dan ook aan dat het sneller kan en dat er veel herhaling inzit.

De meerwaarde van de scholing voor de leidsters van Tierlantijn zit in:

- bewustwording 5x
- kennis 3x
- opfrissen 3x
- ideeën opdoen voor spelletjes 2x
- bruikbare tips 1x
- anders tegen dingen aan kijken 1x
- nieuwe vaardigheden leren 1x

De bruikbaarheid voor de deelnemers van Tierlantijn zit voornamelijk in de nieuwe ideeën (7x genoemd). De volgende items spraken de leidsters van Tierlantijn het meest aan:

- actieve dingen tussendoor 6x
- filmpjes: duidelijke (herkenbare) voorbeelden
- gezellig sfeer
- thema's en het zelf uitvoeren v/d workshop zodat je je bewust ben van de voorbereiding hiervoor en het oefenen voor ouders.
- eten peuters
- tips

Tabel 4 geeft weer welke blokken van de scholing als (niet) zinvol werden ervaren.

Tabel 4: Welke blokken zijn (niet) zinvol?

Onderdeel	Zinvol n (%)	Niet zinvol n (%)
Blok 1. Kennismaking	16 (84%)	3 (16%)
Blok 2. Voeding		
Hoe eet je gezond?	23 (96%)	1 (4%)
Gezonde voeding 0-4 jaar	21 (91%)	1 (9%)
Blok 3. Bewegen		
Plezier in bewegen	21 (88%)	3 (12%)
Ontwikkeling van bewegingsvormen	22 (92%)	2 (8%)
Begeleiden van spel- of beweegactiviteit	20 (83%)	3 (17%)
Blok 4. Opvoeden		
Opvoeden en opvoedstijlen	19 (79%)	5 (21%)
Voorbeeldgedrag	19 (79%)	5 (21%)
Blok 5. Overgewicht		
Overgewicht	21 (88%)	3 (12%)
Jonge kinderen en overgewicht	21 (88%)	3 (12%)
Gezonde eet- en beweeggewoonten	20 (83%)	4 (17%)
Blok 6. Communicatie		
Jezelf presenteren	15 (63%)	9 (37%)
Omgaan met ouders	18 (75%)	6 (25%)
Kennismaking met de ouderworkshop	15 (69%)	7 (31%)
Eindopdracht	20 (83%)	3 (17%)

Eén deelnemer gaf aan dat het wat meer de diepte in mag gaan. Bijna de helft (49%) van de deelnemers vond de deelnemers map goed. Daarbij werd wel de kanttekening gemaakt dat de nummering van het docentenboek en van de deelnemers niet overeen kwam. Daarnaast werd aangegeven dat het niet logisch is dat eerst de opdrachten en pas daarna de theorie wordt gegeven. De materialen bij de opdrachten werd door 87% als goed beoordeeld.

Citaat: *“Soms een eyeopener dat wat je onder handbereik hebt aan materialen ook bruikbaar is om bij de kinderen te gebruiken.”*

De deelnemers geven aan het volgende te hebben geleerd:

- Bewegen is gezond.
- Een andere kijk op voeding en wat er soms bij ouders achter kan zitten.
- Ik ben me meer bewust van wat gezonde voeding en voldoende bewegen is en zal dit omzetten in de praktijk.
- Ik ben mij meer bewust met voeding bezig gaan houden zowel op mijn werk als privé.
- Niet zo gek veel.
- Op een leuke manier werken aan gezonde voeding en beweging.
- Plezier hebben in het eten van gezonde voeding, wat er voor verkeerde stoffen in etenswaren zitten en hoe leuk en aantrekkelijk je kunt bewegen met de kinderen.

De Tierlantijn leidsters geven de volgende punten aan die nodig zijn voor goede implementatie van wat ze geleerd hebben:

- Met elkaar een doel bedenken en wanneer we dit uitvoeren en wat we hiervoor nodig hebben. 2x
- Onderwerpen terug laten komen in vergaderingen 2x
- Het is goed om een ouderworkshop te plannen.

De deelnemers geven de volgende verbeterpunten aan:

- Beter toespitsen op de verschillende doelgroepen: studenten of werkenden.
- Duidelijker/ overzichtelijker boek/opdrachten.
- Docenten en deelnemers moeten over dezelfde uitgave van het boek beschikken.
- Hoger niveau, sneller, minder avonden en vooral niet praten over eigen kinderen.
- Ook andere deskundigen moeten aan het woord komen, bijvoorbeeld een voedingsdeskundige of een fysiotherapeut
- Voor bestaande KDV'en een andere eindopdracht, ouderavonden worden vaak al gegeven door oudercommissie.
- Van mij persoonlijk had er wel minder aandacht kunnen besteed worden aan spelletjes over bewegen. In onze opleiding krijg je er al veel mee te maken. Ook op de groep waar ik werk zijn we veel bezig met spelletjes.
- De foto's die je moest 'analyseren' over overgewicht en opvoedingsstijl vond ik erg kort door de bocht.

Van de 17 deelnemers zouden 15 de scholing aan andere aanraden.

Twee citaten:

“Ik heb de scholing als zeer prettig ervaren. Het feit dat we zelf ook actief bezig zijn geweest tijdens de bijeenkomsten maakt de scholing plezierig. Door de actieve houding ben je jezelf beter bewust van de feiten die belangrijk zijn.”

“Het was voor mij een opfris cursus van wat ik wel wist en in mijn opleiding gehad had. Alleen in de loop der tijd een beetje op de achter grond was geraakt.”

5 Evaluatie scholing - docenten

5.1 Mondelinge evaluatie train-de-trainer

Na afloop van de train-de-trainer is tevens gevraagd naar hun indruk van de scholing. Ook in de vragenlijst die de docenten na afloop van de train-de-trainer hebben ingevuld stonden vragen over de scholing. Daar kwamen een aantal tips/vragen uit naar voren:

Proces

- Meer variatie in de opdrachten: minder post-it opdrachten
- Het is niet altijd duidelijk wat de functie van een opdracht is.
- Hoe ga je om met leerlingen / deelnemers die de theorie niet hebben gelezen? Mogelijke oplossingen:
 - per tweetal een bladzijde laten lezen en dan klassikaal terugkoppelen;
 - teksten laten arceren.
- Huiswerk voor mensen uit de praktijk is niet handig. Mogelijke oplossingen:
 - opdrachten geven waar ze in de praktijk ook wat aan hebben. Bijvoorbeeld kaartjes maken met spelvormen;
 - zelf You Tube filmpjes laten opzoeken.
- Het is belangrijk deelcertificaten mogelijk te maken, bijvoorbeeld als:
 - een organisatie Beweegkriebels al heeft gevolgd;
 - borstvoeding niet geschikt is voor de leerlingen (sport en bewegen).
- Wie gaat de scholing in de toekomst geven, wie betaald de docenten, wie bewaakt het proces?
- Landelijk erkende scholing van maken.
- Subsidie aanvragen via MKB/ NHSB / Zorgverzekeraars.
- Er zou een mogelijkheid moeten zijn vragen te stellen en aanvullingen te geven in een digitale omgeving.
- Graag een kant-en-klaar pakket.
- Lege PowerPoint beschikbaar stellen.
- Materialenlijst toevoegen (niet op alle scholen is altijd apparatuur aanwezig om een presentatie te geven).
- Boekenlijst toevoegen.
- De voorbeelden over dubbel G moeten ook in de docenten map staan.

Inhoudelijk

- Jullie moeten niet vergeten ook te laten zien dat positief voorbeeld ook doet volgen (het filmpje is negatief en in de opdracht moet je ook slechte voorbeelden opnoemen).
- Onderwerpen die werden gemist:
 - ondergewicht;
 - psycho-sociale aspecten (goed voor jezelf zorgen);
 - het verschil in ontwikkeling en daarmee de manier van spelen en bewegen tussen jongens en meisjes;
 - lekker in je vel als 3e pijler van een gezonde leefstijl;
 - meer met activiteiten voor de kleinste kinderen (leerlingen denken meestal dat je met baby's geen activiteiten kunt doen);
 - een onderdeel van de train-de-trainer en dus de scholing zou moeten zijn: hoe pas ik het beleid van het KDV aan;
 - de deelnemers waren ook geïnteresseerd in het verschil tussen diabetes type 1 en 2.

5.2 Evaluatie train-de-trainer door middel van vragenlijst

5.2.1 *Geschiktheid*

De docenten achten alle onderwerpen geschikt voor leerlingen/deelnemers. Daarbij werd wel de kanttekening gemaakt dat sommige kennis te ver afstaat van de studenten. De zeven docenten gaven aan dat het (een beetje) aansluit op de belevingswereld van de leerlingen/deelnemers.

5.2.2 *Haalbaarheid*

Voor de scholing zijn vier doelen geformuleerd. Tabel 5 geeft de haalbaarheid per doel aan. De docenten geven daarbij aan dat dit erg afhankelijk is van de doelgroep. Als het gaat om leerlingen dan zijn waarschijnlijk volgens de docenten niet alle doelen haalbaar.

Tabel 5: Haalbaarheid doelen

	Haalbaar	Niet haalbaar
De pedagogisch medewerkers (in opleiding) beschikken over voldoende kennis op het gebied van voeding, bewegen en opvoeding hieromtrent.	5	2
De pedagogisch medewerkers (in opleiding) beschikken over voldoende vaardigheden om het gesprek over deze thema's met ouders aan te gaan.	3	4
De pedagogisch medewerkers (in opleiding) zijn in staat zelf voorbeeldgedrag t.a.v. voeding en beweging te vertonen naar de kinderen die zij verzorgen (eigen effectiviteit).	3	4
De pedagogisch medewerkers (in opleiding) beschikken over geschikte handvatten om een goed gezondheidsbeleid te ontwikkelen op KDV'en en PSZ ten aanzien van voeding en beweging (en automatisch opvoeding, hoe hiernaar te handelen).	4	3

De deelnemers geven gemiddeld een rapportcijfer van 7,9 aan de scholing.

5.3 Logboek na afloop les

Aan de docenten is gevraagd na elke les een logboekje in te vullen. Daarin is per blok aangegeven wat de gemiddelde voorbereidingstijd voor die les nodig was. Hoe lang de les duurde, welk rapportcijfer de les kreeg, of de leerdoelen zijn gehaald en of de opdrachten zijn uitgevoerd. Er was tevens ruimte voor opmerkingen van de docenten. In bijlage 5 staat een samenvatting per blok.

5.3.1 *Proces*

De gemiddelde voorbereidingstijd was 2,5 uur. Daarbij waren de blokken Kennismaking, Gezonde eet- en bewegsgewoonte en de workshop de blokken waar de meeste voorbereidingstijd voor nodig was. De gemiddelde lesduur 1 uur en 9 minuten, maar dit kon verschillen van gemiddeld 37 minuten tot 95 minuten voor een blok. Gemiddeld maakt 65% van de deelnemers het huiswerk. Het percentage verschilt echter tussen de blokken en de verschillende instanties (van 0% tot 100%).

Uit de logboekjes blijkt dat de docenten niet alle opdrachten hebben uitgevoerd. Daarnaast krijgen een aantal opdrachten een negatieve beoordeling. In tabel 6

staat per blok aangegeven welke opdrachten door niemand zijn gedaan of tenminste van één docent een negatieve beoordeling krijgen. In bijlage 5 staan per blok de beoordeling van de opdrachten en de opmerkingen van de docent. Daarin staan in de meeste gevallen ook de reden van de negatieve beoordeling en aanknopingspunten voor verbetering van die specifieke opdracht.

Tabel 6: Opdrachten niet gedaan of met een negatieve beoordeling

	Door niemand gedaan	Negatieve beoordeling
Blok 1 Kennismaking		
Hoe denk je over voeding, bewegen en opvoeding?	x	
Blok 2 Voeding: Thema 2 Gezonde voeding van 0 tot 4 jaar		
Bespreking van huiswerkopdracht : wat is gezonde voeding voor kinderen in het eerste jaar?		x
Borstvoeding		x
Afgekolfde moedermelk aan een baby geven		x
Hoeveel flesvoeding heeft een baby nodig?		x
Bespreking van huiswerkopdracht: wat is gezonde voeding voor kinderen van 1 tot 4 jaar?		x
Gezond eten voor kinderen van 1 tot 4 jaar		x
Hoe maak je fruit eten voor jonge kinderen (nog) leuker?		x
Gezonde tussendoortjes op het KDV of in de PSZ		x
Gezonde voeding voor kinderen van 1 tot 4 jaar?		x
Blok 3 Bewegen: Thema 1 Plezier in bewegen		
Vrij spel met bal	x	
Rollende bal	x	
Beweegspel met ballen bedenken	x	
Blok 3 Bewegen: Thema 2 De ontwikkeling van bewegen		
Bij welke fase hoort deze beweging?		x
Blok 3 Bewegen: Thema 3 Begeleiden van een spel- of beweegactiviteit		
Huiswerkopdracht: begeleiden van een beweeg- of spelactiviteit		x
Blok 4 Opvoeden: Thema 1 Opvoeden en opvoedstijlen		
Gezonde gewicht: gewoon goed!	x	
Opvoedstijlen		x
Opvoeding en overgewicht		x
Positief reageren op positief gedrag		x
Blok 4 Opvoeden: Thema 2 Voorbeeldgedrag		
Adviezen voor ouders		x
Blok 5 Overgewicht: Thema 1 Overgewicht		
Hoe gezond is jullie schoolkantine?	x	
De risico's van overgewicht	x	
Hoe kun je overgewicht voorkomen?	x	
Gewoontes veranderen	x	
Blok 5 Overgewicht: Thema 2 Jonge kinderen en overgewicht		
Huiswerkopdracht: jonge kinderen en overgewicht	x	
Hoe kun je een goede slaap bij een jong kind bevorderen?	x	
Hoe kun je overgewicht bij kinderen voorkomen (2)?	x	

	Door niemand gedaan	Negatieve beoordeling
Blok 5 Overgewicht: Thema 3 Gezonde eet- en beweggewoonten		
Versillende eetculturen		x
Beweegvriendelijke buurten of wijken		x
Een week bewegen		x
Is jouw beweegweek gezond?		x
Blok 6 Communicatie: Thema 1 Jezelf presenteren		
Je naam zingen	x	
Eindopdracht		
Het uitvoeren van de gehele ouderworkshop Eetplezier en beweegkriebels	x	

De belangrijkste reden dat opdrachten niet gedaan zijn is vaak tijdgebrek. In sommige gevallen speelt ook ruimtegebrek en concentratievermindering bij studenten een rol. In een aantal gevallen geven de docenten aan dat de opdracht niet helder omschreven is. Ook is er niet altijd een internetverbinding aanwezig om de juiste website er bij te zoeken. Het kost de docenten vaak veel tijd om de materialen voor de opdrachten klaar te maken. In het geval van kaartjes is het beter die in de bijlage te zetten zodat ze alleen uitgeprint hoeven te worden.

Gemiddeld gaven de docenten een 7 voor de blokken. Daarbij scoorde de blokken Opvoeden en Opvoedstijlen (6,5), Gezond eet- en beweggewoonten (6,6) en de eindopdracht (6,5) het laagst.

Een van de docenten geeft aan dat de training voor de PW3 studenten inhoudelijk mogelijk te veel is. Het staat nog zo ver van hen vandaan. Ze kunnen het niet ergens plaatsen en het zien als nuttige informatie. Er worden weinig vragen gesteld worden, er is duidelijk minder eigen initiatief en ze zijn minder creatief zijn.

5.3.2 *Leerdoelen*

Uit de logboekjes blijkt dat de docenten van mening zijn dat een aantal leerdoelen niet is gehaald. In tabel 7 staat per blok aangegeven welke leerdoelen dat zijn. In bijlage 5 staan per blok de beoordeling van de docenten of de leerdoelen zijn gehaald en de opmerkingen van de docent.

Tabel 7: Leerdoelen die niet zijn gehaald

Blok 1 Kennismaking
Geleerd hebben waardoor overgewicht bij kinderen veroorzaakt wordt.
Inzicht hebben gekregen in welke maatregelen je kunt nemen om overgewicht bij kinderen te voorkomen.
Blok 2 Voeding: Thema 1 Hoe eet je gezond?
Inzicht hebben in wat vegetarisch eten is.
Inzicht hebben in met welke producten je het eten van geen vlees kunt vervangen.
Inzicht in de hoeveelheid groente die je moet eten om aan 200 gram op een dag te komen.
Blok 4 Opvoeden: Thema 1 Opvoeden en opvoedstijlen
Weten wat stimuluscontrole is.
Mogelijke oorzaken van gedragsproblemen kunnen noemen.
Weten welke invloed de verschillende opvoedstijlen hebben op de ontwikkeling en het eet- en beweggedrag van een kind.

Blok 5 Overgewicht: Thema 1 Overgewicht
Hebben geoefend met het berekenen van de BMI van een volwassene.
Nagedacht hebben over welke van hun eet- en beweggewoonten ze zouden willen veranderen en op welke manier dat zou kunnen.
Blok 5 Overgewicht: Thema 2 Jonge kinderen en overgewicht
Geleerd hebben hoe je de BMI van een kind berekent.
Geleerd hebben wat BOFT-factoren zijn.
Inzicht hebben in de rol van voldoende slaap bij het voorkomen van overgewicht bij kinderen.
Geleerd hebben welke factoren ervoor zorgen dat kinderen goed inslapen en doorslapen, en hoe je een goede slaap kunt bevorderen.
Geleerd hebben welke factoren naast de BOFT factoren een rol kunnen spelen bij het ontstaan van overgewicht bij kinderen.
Geleerd hebben hoe overgewicht bij kinderen behandeld kan worden.
Blok 5 Overgewicht: Thema 3 Gezonde eet- en beweggewoonten
Geleerd hebben wat gezonde beweggewoonten zijn.
Bewust zijn dat er externe factoren zijn die van invloed zijn op het eet- en beweggedrag.
Nagedacht hebben over hun eigen snackgedrag.
Nagedacht hebben over hun eigen houding ten opzichte van het eten van snacks.
Bewust zijn dat er verschillende eetgewoonten en ander eetgedrag bestaan vanuit verschillende culturele achtergronden.
Bewust zijn dat jonge kinderen chronische aandoeningen kunnen hebben die van invloed zijn op hun eet- en bewegpatroon.
Bewust zijn dat er in onze maatschappij veel voedsel verspild wordt.
Inzicht hebben in de mogelijkheden om hun eigen beweggedrag te veranderen.

Bijna alle leerdoelen van blok 5 (Gezonde eet- en beweggewoonten) worden niet gehaald. De belangrijkste reden die wordt gegeven is dat door tijdgebrek niet alle opdrachten uitgevoerd konden worden.

Vooraf het blok over communicatie en dan vooral het presenteren van jezelf wordt als lastig ervaren door de deelnemers. De docenten geven aan dat veel van hen enorme hindernissen moeten nemen om deze opdrachten uit te voeren. Het is erg belangrijk een veilige en open sfeer te creëren in de groep.

6 Conclusie

6.1 Train-de-trainer

Over het algemeen waren de docenten die de tweedaagse train-de-trainer hebben gevolgd erg enthousiast. Zij vinden het erg prettig de train-de-trainer met andere ervaren docenten te volgen. Er is veel discussie ontstaan over de naam Eetplezier en Beweegkriebels. Dit bleek erg verwarrend te zijn. De vergissing met de workshop “Eetplezier en Beweegkriebels” is snel gemaakt en ook de link met de training “Beweegkriebels” van het NISB maakt het onduidelijk. Inmiddels is de naam gewijzigd in “Een gezonde start”. Het is belangrijk vooraf en aan het begin van de eerste bijeenkomst duidelijk te maken wat het doel en het programma van de training is. Op die manier is het voor iedereen duidelijk wat de bedoeling is en wat van hen wordt verwacht. Door de materialen ruim van te voren op te sturen hebben de deelnemers meer gelegenheid alles door te nemen. Het programma werd door velen als te vol ervaren. De pauzes zijn echt nodig om weer fris aan een volgend onderwerp te kunnen beginnen. Er zou daarnaast meer tijd moeten worden uitgetrokken voor de onderwerpen Gezonde voeding, Opvoeden en opvoedstijlen en Gezonde eet- en beweeggewoonten.

De docenten geven aan na afloop van de training voldoende kennis en vaardigheden te hebben de scholing uit te voeren. Eventueel zou een deskundige op het gebied van voeding gevraagd kunnen worden bij die specifieke onderdelen. Bijna alle docenten hebben vertrouwen in het effect van de scholing. De vraag is wel of het naast bewustwording en basiskennis ook een aanpassing van het beleid zal betekenen.

6.2 Scholing

De docenten hadden soms veel voorbereidingstijd nodig. Dat komt waarschijnlijk doordat dit de eerste keer was dat ze deze scholing gaven. De verwachting is dat een tweede keer veel minder voorbereidingstijd vergt. Zij geven tevens aan een duidelijker verschil aan te brengen in verschillende doelgroepen. Voor de mensen in de praktijk kan een hoger niveau worden aangehouden. Ook de eindopdracht zou aangepast kunnen worden.

Uit de logboekjes blijkt dat de docenten van mening zijn dat een aantal leerdoelen per les niet zijn gehaald. De reden dat twee leerdoelen die in blok 1 (kennismaking) niet zijn gehaald is dat deze les echt bedoeld is voor de kennismaking met elkaar en met de onderwerpen. De oorzaken van overgewicht en het voorkomen ervan, komen later aan bod en zouden dan ook hier kunnen vervallen. Eén docent geeft aan dat het aantal aanbevolen groente en fruit per dag niet te hebben behandeld. Zij geeft daarbij aan dat leidsters zich al bewust zijn van deze hoeveelheden. Uit onderzoek blijkt echter dat bewustwording niet per definitie leidt tot gedrag. Van de jongvolwassenen eet slechts 2% minstens 150 gram groenten per dag en niemand eet de dagelijks benodigde 200 gram. De consumptie van fruit is niet veel beter dan die van groente: maar 7 tot 8% van de jongvolwassenen haalt de norm (Bakel 2011). Het bespreken van deze onderwerpen is dus erg belangrijk. Daarbij moet vooral ingegaan worden op hoe je dat dan voor elkaar krijgt.

Ook blijkt uit de logboekjes dat de docenten niet alle opdrachten hebben uitgevoerd. Daarnaast krijgen een aantal opdrachten een negatieve beoordeling. Niet alle docenten waren zich er van bewust dat niet alle opdrachten uitgevoerd

hoeven te worden. Het is aan de docent om daar een goede selectie uit te maken. Dat moet dus duidelijker blijken tijdens de train-de-trainer sessie. De opdrachten die een negatieve beoordeling hebben gekregen dienen voor de volgende versie kritisch te worden gekeken. Aan de hand van de opmerkingen van de docenten zouden deze verbeterd moeten worden.

De blokken Opvoeden en Opvoedstijlen, Gezond eet- en beweeggewoonten en de eindopdracht werden beoordeeld met het laagste rapportcijfer. Die verdienen dus nog extra aandacht bij de herziening van de scholing.

Helaas zijn de vragenlijsten ondanks meerdere herinneringen en de inzet van de docenten slechts door een klein percentage van de deelnemers ingevuld. Wellicht dat het invullen via internet daarbij een rol heeft gespeeld. In vervolgonderzoek zou er toch voor moeten worden gekozen vragenlijsten klassikaal in te laten vullen. Helaas zijn er geen gegevens bekend van de non-respondenten. Het is mogelijk dat de resultaten kunnen dus beïnvloed zijn door de lage respons en is heeft een selectie plaatsgevonden bij de respondenten.

Kennis

Veel deelnemers hebben een aantal kennisvragen vooraf en na afloop niet ingevuld. Wij gaan ervan uit dat het betekent dat zij het antwoord niet wisten. Voorafgaand aan de training geeft 50% of meer van de deelnemers alleen het juiste antwoord op de vraag "Wat kan een tweejarige". Op de overige vragen geeft minder dan 50% het juiste antwoord. Na afloop geeft minder dan de helft het juiste antwoord op vragen over de onderwerpen schijf van vijf, duur borstvoeding, nieuw voedsel proberen, overgewicht herkennen, BMI, positief opvoeden, gewoontevorming, stimuluscontrole, imitatieleren, leren door instructie, opvoedstijlen, straffen en ethiek. Opvallend is dat voornamelijk het onderwerp opvoeding slecht scoort. Uit eerder onderzoek van TNO bleek ook dat bij medewerkers van KDV'en sprake is van een kennistekort (Overbeek 2005). Uit de logboekjes van de docenten blijkt ook dat dit onderwerp niet aansluit bij de studenten. Het berekenen van BMI, gewicht in verhouding tot lichaamslengte, werd vaak verward met het berekenen van je vetpercentage. Op de vraag hoe je kunt zien of een kind overgewicht heeft, werd vaak geantwoord "als het kind slecht/minder beweegt". Bewegen hoeft geen indicatie te zijn. Kleine kinderen bewegen veel, en kunnen toch te dik zijn. Ook na afloop van de scholing zijn er nog steeds deelnemers die een cakeje en een Danoontje onder een gezonde traktatie verstaan. Geen van de deelnemers kende vooraf de acroniemen BOFT (Borstvoeding, Ontbijt, Frisdrank en TV-Kijken) en SO die BBOFTT (Slaap, Opvoeding, Borstvoeding, Buiten spelen, Ontbijt, Frisdrank, TV-kijken en Tussendoortjes). Na afloop hebben de meeste de vraag over waar de letters van BOFT voor staan niet ingevuld. Er kan dus gesteld worden dat de doelstelling "De pedagogisch medewerkers (in opleiding) beschikken over voldoende **kennis** op het gebied van voeding, bewegen en opvoeding hieromtrent" bij bovengenoemde onderwerpen niet is gehaald. Bij de herziening van de scholing zal dus kritisch gekeken moeten worden naar deze onderwerpen.

Na afloop kunnen de deelnemers meer materialen (anders dan kant en klaar speelgoed) noemen die gebruikt kunnen worden om kinderen te prikkelen tot bewegen. Dit geldt ook voor het noemen van binnen activiteiten.

Vaardigheden / eigen-effectiviteit

Opvallend is dat na afloop van de scholing meer deelnemers aangeven het niet leuk te vinden voor een groep te spreken. Dit verklaart wellicht ook waarom het blok "jezelf presenteren" als het minst zinvol wordt ervaren. Ze vinden het blijkbaar niet leuk om te doen. Daarentegen geven wel veel meer deelnemers na afloop aan dat goed te kunnen. Na afloop geven ze bijna allemaal aan een gesprek te durven voeren met ouders over het gezond eten en bewegen van hun kind, in tegenstelling tot de helft aan het begin van de scholing. Ook het percentage dat een ouderworkshop aan ouders durft te geven lijkt verdubbeld. Toch denkt slechts een derde over voldoende kennis en informatie te beschikken om de workshop te kunnen geven. Ze geven wel aan voldoende vaardigheden te hebben. De meest hebben ook voldoende vertrouwen het te kunnen. In het onderzoek van Esveld gaven KDV-medewerkers aan, naast de voorbeeldfunctie, ook de adviesfunctie belangrijk te vinden en meer aandacht te willen besteden aan preventie bijvoorbeeld via ouderavonden over opvoeding (Esveld 2006). Dit blijft dus een zeer belangrijk onderdeel. De deelnemers van de scholing beoordelen de scholing over het algemeen erg positief. Ze vinden de scholing nuttig en voldoende informatief. Ze vinden dat ze voldoende vaardigheden hebben ontwikkeld en hebben door de scholing meer vertrouwen in hun eigen kunnen. Ook de docenten werden positief beoordeeld.

De doelstellingen "De pedagogisch medewerkers (in opleiding) beschikken over voldoende **vaardigheden** om het gesprek over deze thema's met ouders aan te gaan" en "De pedagogisch medewerkers (in opleiding) zijn in staat zelf voorbeeldgedrag t.a.v. voeding en beweging te vertonen naar de kinderen die zij verzorgen (**eigen effectiviteit**)" lijken dus te zijn gehaald.

Beleid

Uit de evaluatie van de docenten blijkt dat het theoretisch verhaal in sommige gevallen te moeilijk is om een vertaalslag naar hun eigen praktijk te maken. Het aanpassen van het beleidsplan lijkt nog een stap te ver. De doelstelling "De pedagogisch medewerkers (in opleiding) beschikken over geschikte **handvatten** om een goed gezondheids**beleid** te ontwikkelen op KDV'en en PSZ ten aanzien van voeding en beweging (en automatisch opvoeding, hoe hiernaar te handelen)" lijkt niet te zijn gehaald.

Proces

De deelnemers map verdient hier en daar wat verbetering. En dat is ook logisch aangezien het om de eerste ruwe versie ging. De nummering van de deelnemers map en de docentenhandleiding dient gelijk te zijn. Daarnaast geven de cursisten er de voorkeur aan eerst de theorie en pas dan de opdrachten te krijgen.

De docenten achten alle onderwerpen geschikt voor leerlingen/deelnemers. Daarbij werd wel de kanttekening gemaakt dat sommige kennis te ver afstaat van de studenten. De vraag is of de scholing geschikt is voor PW3 studenten.

Het doel van de scholing is door middel van scholing van (aanstaande) pedagogisch medewerkers er voor te zorgen dat het KDV, PSZ en voorschool een omgeving wordt die de ontwikkeling van een gezond eet- en beweeggedrag bij kinderen in de leeftijd van 0 tot 4 jaar positief beïnvloedt. De docenten geven aan dat de haalbaarheid van de subdoelen sterk afhankelijk is van de doelgroep. Zeker als het gaat om vaardigheden en eigen effectiviteit. Als het gaat om leerlingen dan

zijn waarschijnlijk niet alle doelen haalbaar, maar ze hebben wel kennis gemaakt met het thema. De scholing kan juist leiden tot bewustwording.

Over het algemeen wordt de scholing erg goed beoordeeld en de docenten zien zeker de meerwaarde ervan in. De scholing verdient hier en daar een aantal aanpassingen. Deze kunnen voornamelijk gedaan worden aan de hand van de enorme input die de docenten hebben gegeven.

De belangrijkste aanknopingspunten voor verbetering staan samengevat in tabel 8. Aanknopingspunten voor aanpassingen van de specifieke opdrachten kunnen worden gevonden in bijlage 5. Inmiddels zijn de meeste voorgestelde aanpassingen doorgevoerd in de definitieve materialen. Daarbij is met name rekening gehouden met het vereenvoudigen van het onderdeel over opvoeden. Er zijn meer variatie aangebracht in de opdrachten. Er is gewerkt aan de leesbaarheid van de mappen. Er zijn meer filmpjes toegevoegd aan het pakket en er is een onderscheid gemaakt tussen SPW 3 en 4.

Tabel 8: Aanknopingspunten voor verbetering

Train-de-trainer
Datum niet eerste schooldag / in de vakantie
Terugkomdag organiseren
Duidelijk het doel van de training aangeven
Informatie ruim van tevoren naar de deelnemers
De naam Eetplezier en Beweegkriebels veranderen
Meer pauzes
Meer structuur in het programma
De presentatie beschikbaar stellen
Meer tijd voor de onderwerpen Gezonde voeding, Opvoeden en opvoedstijlen en Gezonde eet- en bewegsgewoonten
Duidelijk maken dat niet alle opdrachten uitgevoerd hoeven te worden.
Scholing
Duidelijk verschil aanbrengen wat belangrijk is voor de verschillende doelgroepen (leerlingen of mensen uit de praktijk)
Andere eindopdracht voor mensen uit de praktijk
Meer variatie in de opdrachten: minder post-it opdrachten
Duidelijker de functie van een opdracht aangeven
Mogelijke oplossingen geven hoe om te gaan met deelnemers die de theorie niet hebben gelezen of de huiswerkopdracht niet hebben gemaakt.
Huiswerkopdrachten voor mensen uit de praktijk moeten opdrachten zijn waar ze ook wat aan hebben
Twee leerdoelen van Blok 1 weglaten: "Geleerd hebben waardoor overgewicht bij kinderen veroorzaakt wordt." "Inzicht hebben gekregen in welke maatregelen je kunt nemen om overgewicht bij kinderen te voorkomen."
Kritisch opdrachten bekijken die een negatieve beoordeling krijgen en eventueel aanpassen naar aanleiding van alle opmerkingen in de logboeken
Kritisch blokken bekijken die het minst scoren: Opvoeden en Opvoedstijlen, Gezond eet- en bewegsgewoonten en de eindopdracht
Kritisch kijken naar de onderwerpen waarbij onvoldoende kennis is opgedaan: duur borstvoeding, start vaste voeding, nieuw voedsel proberen, overgewicht herkennen, BMI, positief opvoeden, gewoontevorming, stimuluscontrole, imitatieleren, leren door instructie, opvoedstijlen, straffen en

ethiek.
het onderwerp opvoeding verdient speciale aandacht
Deelnemers map
Blz nummering
Pagina's docentenhandleiding en deelnemers map gelijk
Eerst de opdrachten dan de theorie
Kaartjes voor opdrachten in de bijlage zetten zodat ze uitgeprint kunnen worden.
Extra onderwerpen die opgenomen kunnen worden in de scholing
Aanpassen beleid
Ondergewicht
Psychosociale aspecten
Verschil jongens en meisjes
Lekker in je vel als 3e pijler van een gezonde leefstijl
Activiteiten voor de kleinste kinderen
Verschil diabetes type 1 en 2
Algemeen
Deelcertificaten mogelijk maken
Landelijk erkende scholing van maken
Subsidiemogelijkheden beschrijven
Digitale omgeving waar je ook vragen kan stellen
Lege Power Point Presentaties beschikbaar
Materialenlijst toevoegen
Boekenlijst toevoegen
Beslissen aan wie de scholing gegeven kan worden (SPW3?)

7 Literatuurlijst

Bulk-Bunschoten A, Renders C, Leerdam F van, Hirasing R. Het overbruggingsplan voor kinderen met overgewicht. Amsterdam: VU Medisch Centrum; 2005.

Esveld M van. Hupsakee, bewegen en (op)voeden 0-4 jaar. Rapportage, resultaten en effecten Hupsakee. JSO, Gouda, 2006

Overbeek K van, et al. Rol kinderopvang in de preventie van bewegingsarmoede en ongezonde voeding bij 0-4 jarigen. Leiden: TNO KvL, 2005

Bakel AM van, Ocké MC. Hoeveel mensen voldoen aan de Richtlijnen goede voeding? In: Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: RIVM, <<http://www.nationaalkompas.nl>> Nationaal Kompas Volksgezondheid\Gezondheidsdeterminanten\Leefstijl\Voeding, 13 december 2011.

A Logboek

B Vragenlijst deelnemers train-de-trainer

C Vragenlijst deelnemers scholing vooraf

D Vragenlijst deelnemers scholing na afloop

E Samenvatting logboeken

