

Het Bewegend Kind

Werkblad beschrijving interventie op het niveau Goed Beschreven

Gebruik bij het invullen van dit werkblad
de bijbehorende handleiding

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstituten:



Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Het Bewegend Kind
E-mail: info@hetbewegendkind.nl
Telefoon: +31642779909

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

Contactpersoon 1

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam contactpersoon: Teun Custers
E-mail: Teun@hetbewegendkind.nl
Telefoon: +31642779909

Contactpersoon 2 (indien van toepassing)

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam contactpersoon: Rob Hurkmans
E-mail: info@hetbewegendkind.nl
Telefoon: 088-6332030

Referentie in verband met publicatie

Naam auteur: Teun Custers
interventiebeschrijving: _____
Titel interventie: Het Bewegend Kind
Databank(en): Interventiedatabase Gezond en Actief Leven
Plaats, instituut: Someren, Het Bewegend Kind
Datum: 23-10-2023

Het werkblad is een invulformulier voor het maken van een interventiebeschrijving, geordend naar onderwerp (doelgroep, doel, enzovoort). De onderwerpen volgen de criteria voor beoordeling.

De interventiebeschrijving is een samenvatting van de beschikbare schriftelijke informatie over de interventie voor de bezoeker van de databanken effectieve interventies en voor de erkenningscommissie interventies.

De informatie is van belang voor de beoordeling van de kwaliteit, effectiviteit en randvoorwaarden van de interventie.

Gebruik bij het invullen van dit werkblad de bijbehorende handleiding.

Inhoudsopgave

Colofon	2
Inhoudsopgave	3
0 Samenvatting	4
0.1 Aanleiding voor de interventie (probleemstelling in het kort)	4
0.2 Korte samenvatting van de interventie	4
0.3 Doelgroep	4
0.4 Doel	4
0.5 Aanpak	4
0.6 Materiaal	4
0.7 Onderbouwing	4
0.8 Onderzoek	4
Uitgebreide beschrijving	5
Beschrijving interventie	5
1.1 Doelgroep	5
1.2 Doel	6
1.3 Aanpak	6
Uitvoering	7
Onderbouwing	8
Onderzoek	9
4.1 Onderzoek naar de uitvoering van de interventie	9
Aangehaalde literatuur	10
Praktijkvoorbeeld	28

0 Samenvatting

Maximaal anderhalf A-4tje, max 700 woorden

0.1 Aanleiding voor de interventie (probleemstelling in het kort)

- Max 150 woorden

De laatste jaren is steeds beter te zien dat de jeugd steeds minder (buiten) beweegt en dat ook de motorische ontwikkeling achteruitgaat. Dit heeft meerdere gevolgen voor de ontwikkeling van de kinderen. Er zijn verschillende redenen binnen de huidige maatschappij waarom dit is ontstaan, denk hierbij aan het meer stil zitten van de kinderen en een toename van de schermtijd. Het Bewegend Kind is opgezet om kinderen meer en beter in beweging te krijgen, zodat de kinderen op meerdere ontwikkelingsgebieden kunnen groeien. Denk hierbij aan grof en fijn motorische ontwikkeling en op het gebied van de gezondheid en welbevinden.

0.2 Korte samenvatting van de interventie

- Max 150 woorden

Het Bewegend Kind is een lesmethodiek voor de basisschool, die inspeelt op de huidige ontwikkeling van te weinig beweging door de jeugd. Het Bewegend Kind streeft ernaar om de jeugd ten minste vier dagen in de week, 20-30 minuten te laten bewegen. De lessen zijn zowel in de gymzaal als in de buitenomgeving. Van groep een tot en met groep acht is er een leerlijn ontwikkeld om de motorische vaardigheden te verbeteren. Via een digitaal platform krijgen de leerkrachten alle informatie over de methodiek. Deze bestaat uit een jaarkalender met elke dag volledig uitgewerkte beweeglessen, beweegvormen met voorbeelden op video en allerlei spelvormen. Alles is voorhanden om dagelijks zo goed mogelijke beweeglessen te verzorgen. Naast het meer en kwalitatief bewegen richt Het Bewegend Kind zich op het bewegend leren.

0.3 Doelgroep

- Max 150 woorden

De uiteindelijke doelgroep zijn alle basisschoolkinderen in Nederland van de groepen een tot en met acht. De intermediaire doelgroep zijn de leerkrachten van deze groepen.

0.4 Doel

- Max 150 woorden

Basisschoolleerlingen (groep 1 - 8) bewegen tijdens schooltijd tenminste 4 dagen per week minimaal 20 tot 30 minuten per dag in de gymzaal en de buitenomgeving.

0.5 Aanpak

- Max 150 woorden

Met cursussen voor leerkrachten wordt het dagelijks bewegen geïmplementeerd op de basisschool. De cursussen bestaan uit een workshop voor alle leerkrachten en individuele scholingsmomenten per leerkracht. De bewustwording bij leerkrachten over het belang van bewegen, de kwaliteit en kwantiteit van bewegen, bewegend leren en de borging speelt een belangrijke rol tijdens de cursussen. Om de kwaliteit van de cursussen te waarborgen verzorgen Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinatoren de cursussen voor leerkrachten en geven desgewenst de gymlessen. Deze bewegingscoördinatoren dienen hiervoor een training te volgen.

0.6 Materiaal

- Max 150 woorden

De materialen die benodigd zijn voor een goede implementatie is voor een groot deel het digitaal platform. Dit platform geeft de leerkrachten inzicht in de dagelijkse beweglessen en de kwalitatieve beweegvormen. Daarnaast kunnen leerkrachten gebruik maken van een werkboek, waarin ook de onderbouwing staat beschreven. Voor de beweglessen in de buitenomgeving zijn een beperkt aantal materialen nodig. Voor de gymlessen worden de materialen in de gymzaal gebruikt.

0.7 Onderbouwing

- Max 150 woorden

De frequentie van bewegen, het bewegen in de buitenlucht en de kwaliteit van bewegen is bij de jeugd (4 tot en met 12 jaar) onvoldoende. 43.2% beweegt te weinig en 58% beweegt minder dan 9.5 uur per week buiten (CBS, 2022; de Vries, 2019; Kaal, 2022). Hierdoor is er onder andere een vergrote kans op het ontwikkelen van overgewicht, hart- en vaatziekten en depressieve symptomen (Li, 2012; Gezondheidsraad, 2017). Ook is er overtuigend bewijs dat langdurige fysieke activiteit (weken tot maanden) op school een positief effect heeft op cognitieve ontwikkeling, zoals werkhouding en aandacht. Daarnaast heeft het geen negatief effect op de schoolprestaties, ze gaan door het extra bewegen niet achteruit. n(de Greef, 2018).

0.8 Onderzoek

- Max 150 woorden

Onderzoek van Custers uit 2020 laat zien dat de uitvoerbaarheid van Het Bewegend Kind goed is. 99%-100% van de leerlingen doen mee met de beweglessen en beweegvormen voeren de beweegvormen uit. De methode is duidelijk van opzet, goed en effectief toe te passen. De geringe voorbereidingstijd zorgt voor veel effectieve beweegtijd. Een belangrijk punt is de opzet van de buiten beweglessen, de benodigde materialen en het oog voor organisatie en ruimte. Leerkrachten kunnen enkele beweglessen buiten hierdoor minder goed uitvoeren. De algemene score is voor Het Bewegend Kind is een 8.4

1. Uitgebreide beschrijving

Beschrijving interventie

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

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

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep – max 100 woorden

Wat is de uiteindelijke doelgroep van de interventie? Beschrijf dit zo concreet mogelijk.

Het Bewegend Kind heeft als doelgroep de basisschoolkinderen van de groepen 1 tot en met 8. De opgezette beweeglessen en beweegvormen zijn voor alle leerlingen uit deze groepen bedoeld.

Hoewel de aanpak en de onderliggende filosofie hetzelfde is, is er onderscheid gemaakt over de invulling van de beweeglessen en beweegvormen tussen groep 1/2, groep 3/4, groep 5/6 en groep 7/8. Hierdoor sluiten de lessen aan bij de belevingswereld van de leerlingen.

Het volledige primair onderwijs, alle leerjaren, kan gebruik maken van Het Bewegend Kind. Zowel leerlingen uit het regulier basisonderwijs als uit het speciaal basisonderwijs vallen binnen de doelgroep.

Intermediaire doelgroep – max 100 woorden

Zijn er intermediaire doelgroepen? Zo ja, welke?

De intermediaire doelgroep, de uitvoerende professional die uiteindelijk contact heeft met de einddoelgroep, is de leerkracht uit het basisonderwijs (groep 1 t/m 8).

Selectie van doelgroepen – max 250 woorden

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

Er is alleen een selectie op de deelname van een school. Als de school deelneemt, dan is er geen verdere selectie van leerkrachten of leerlingen.

Om als basisschool gebruik te maken van Het Bewegend Kind is het essentieel dat de directie en de leerkrachten achter de methode staan. Het is een andere invulling van het 'bewegen op school', hetgeen betekent dat er een gedachteverandering nodig is. In het eerste oriënterend gesprek wordt bepaald of de directie en de leerkrachten achter het dagelijks bewegen, geïntegreerd in de dag rooster, staan. Hierdoor kan Het Bewegend Kind goed worden geïmplementeerd. Is dat niet het geval, dan wordt de interventie niet gestart. Daarnaast is het belangrijk dat de leerkrachten, PABO afgestudeerd, de basis cursus (van een jaar) volledig kunnen volgen op het moment dat de interventie start. Er zijn geen in- en exclusie criteria voor leerlingen. Elke leerling kan deelnemen.

Betrokkenheid doelgroep – max 150 woorden

Op welke manier was de doelgroep (eventueel) betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie?

Het Bewegend Kind is ontstaan vanuit de doorontwikkeling van Natuurlijk Bewegen. In september 2014 is Natuurlijk Bewegen voor het eerst middels een pilotgroep (middenbouw, 4 groepen, 4 leerkrachten, 100

leerlingen) in praktijk gebracht. Deze vier leerkrachten zijn begonnen met het geven van de beweeglessen. Door de wensen van leerkrachten en directies is vanaf het schooljaar 2018/2019 de combinatie gezocht om Natuurlijk Bewegen optimaal aan te laten sluiten bij de gymlessen. Dit is middels evaluaties met de doelgroepen naar voren gekomen. Vanaf januari 2020 is hier de nieuwe naam Het Bewegend Kind uit gekomen.

Natuurlijk Bewegen en in het vervolg Het Bewegend Kind is vanuit de intermediaire doelgroep en de Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinatoren vraag gestuurd ontwikkeld. Tijdens deze lessen is continue geëvalueerd. Zowel de uiteindelijke doelgroep als de intermediaire doelgroep is vanaf het eerste moment betrokken bij deze evaluatie en de ontwikkeling van Het Bewegend Kind. In de evaluaties zijn de positieve punten en aandachtspunten in kaart gebracht. Daarnaast is de totale opzet geanalyseerd en geëvalueerd door de Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinatoren. Alle punten zijn meegenomen om ontwikkeling te optimaliseren en zo goed mogelijk aan te laten sluiten op de behoefte van de doelgroep.

1.2 Doel

Hoofddoel – max 100 woorden

Wat is het hoofddoel van de interventie? Beschrijf dit zo concreet mogelijk in termen van gedrag van de einddoelgroep.

Basisschoolleerlingen (groep 1 - 8) bewegen tijdens schooltijd tenminste 4 dagen per week minimaal 20 tot 30 minuten per dag in de gymzaal en de buitenomgeving.

Subdoelen – max 350 woorden

Wat zijn de subdoelen van de interventie? Beschrijf deze zo concreet mogelijk. Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke intermediaire doelgroepen? Geef voor elke intermediaire doelgroep minimaal één subdoel aan.

Subdoelen op leerling niveau

1. Na het eerste jaar krijgen alle leerlingen tenminste 4 dagen per week kwalitatieve beweeglessen van minimaal 20 tot 30 minuten.
2. Na het eerste jaar zie je bij 80% van de leerlingen een verbetering van de grove motoriek

Subdoelen op leerkracht niveau

1. Na het eerste jaar past 100% van de leerkrachten de beweeglessen volgens Het Bewegend Kind toe
2. Binnen twee jaar past 80% van de leerkrachten tijdens de beweeglessen de module Bewegend Leren toe.
3. Na het eerste jaar maakt 75% van de leerkrachten gebruik van de beweeglessen van het digitaal platform

Subdoelen op school/ implementatieniveau

1. Het Bewegend Kind wordt na 3 jaar door 75% van de scholen geborgd.
2. Op alle deelnemende scholen wordt minimaal 75% van de beweeglessen buiten uitgevoerd

Bijdrage

Daarnaast levert Het Bewegend Kind een kleinere of grotere bijdrage aan de volgende aspecten:

- De saamhorigheid van de leerlingen in de groep
- De concentratie tijdens schooluren van het kind
- Plezier tijdens het bewegen
- De leerprestaties van het kind
- De eigenwaarde, het zelfbeeld en het zelfvertrouwen van het kind
- De ontwikkeling van de fijne motoriek

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie – max 200 woorden

A: Wat is de opbouw van de interventie? Welke fases of stappen kun je onderscheiden?

B: Wie is de aanvrager of initiatiefnemer van de interventie en op welke manier en vanaf welke fase of bij welke stap (zie A) is deze betrokken?

C: Wat is de omvang van de interventie? (duur/doorlooptijd, aantal contacten, duur van de contacten)? Geef dit aan per fase of stap (zie A).

Het Bewegend Kind richt zich op het dagelijks bewegen van het kind. Een Het Bewegend Kind – bewegingscoördinator heeft een training gevolgd om Het Bewegend Kind te implementeren binnen een school. Op een school verzorgt Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator de gymlessen en geeft de

groepsleerkrachten een cursus om het buiten bewegen duurzaam te integreren in hun lesrooster. Tijdens de cursus maken groepsleerkrachten gebruik van het werkboek en het digitaal platform.

Het Bewegend Kind kent zes fasen.

Fase 1: Werving

De werving vindt continue plaats door interventie-eigenaar. Deze loopt totdat een school contact heeft opgenomen.

Fase 2: Verkenning met de school

Er is gesprek met de directie en er wordt een presentatie voor leerkrachten gegeven. De school gaat hierna bepalen of ze met Het Bewegend Kind gaan starten. Deze fase duurt maximaal 6 maanden.

Fase 3: Bepaling van positie bewegen binnen de school

Op het moment dat een school gaat starten worden er met de directie afspraken gemaakt welke positie bewegen krijgt binnen het onderwijs, eventueel a.d.h.v. een visie en beleid workshop. Er wordt één totaal beweegaanbod samengesteld. Deze fase duurt totdat de school start met de cursussen voor de groepsleerkrachten.

Fase 4: Aanstelling Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator

Samen met de school wordt gekeken hoe de invulling van Het Bewegend Kind - Bewegingscoördinator wordt. Dit kan iemand zijn uit de interne organisatie of iemand van buiten de organisatie die al opgeleid is. Als gekozen wordt voor een intern persoon, dan vindt er de training voor Het Bewegend Kind - Bewegingscoördinator plaats voor aanvang van de implementatie van Het Bewegend Kind op een school.

Fase 5 Implementatie - Cursus voor leerkrachten

Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator geeft aan de groepsleerkrachten in het eerste jaar de Basiscursus - Het Bewegend Kind en in het tweede en derde jaar de Vervolgcurriculum - Het Bewegend Kind.

De start van de opleiding kan in het begin van het schooljaar en halverwege het schooljaar plaatsvinden.

Fase 6: Borging

Voor de borging op lange termijn wordt direct bij de start van fase 4 een leerkracht aangesteld als Het Bewegend Kind – Specialist. Voor de optimale borging blijft de bewegingscoördinator jaarlijks contact houden met de aangestelde de specialist. Daarnaast is er voor deze bewegingscoördinatoren een verplichte jaarlijkse bijscholing. Om te zorgen voor een goede implementatie en borging hebben we medailles opgezet die de scholen kunnen afnemen.

Welke medailles een school afneemt is afhankelijk van de keuze voor een visie en beleidsworkshop in fase 3, een interne of externe bewegingscoördinator in fase 4 en de grootte van de school.

Inhoud van de interventie – max 1200 woorden

A: Welke concrete activiteiten worden uitgevoerd en -indien van toepassing- in welke volgorde of fasen? Geef een korte omschrijving van de activiteiten. Het is voldoende als de lezer op hoofdlijnen een indruk krijgt van wat er gedaan wordt en hoe dit gedaan wordt. Besteed ook aandacht aan de werving van deelnemers.

B: Bij interventies op maat: geef aan welke activiteiten, op basis van welke criteria, op maat worden uitgevoerd.

C: Welke activiteiten moeten minimaal worden uitgevoerd om de gestelde doelen te behalen?

Om een goed beeld te krijgen van de inhoud van de interventie, wordt hieronder stapsgewijs uitgelegd hoe Het Bewegend Kind in zijn werk gaat.

Fase 1: Werving

De volgende onderdelen maken op dit moment deel uit van de werving

1. Website
Alle benodigde informatie is op de website te vinden.
2. Contact met gemeenten en sportbureaus
Er wordt contact, telefonisch en mail, gezocht met gemeenten en sportbureaus die het beweegonderwijs op scholen verzorgen. Hier wordt bekeken of er interesse is in Het Bewegend Kind.
3. Facebook
Specifieke nieuwsitems en filmpjes van beweeglessen worden gepubliceerd.
4. Presentaties voor onderwijsstichtingen, gemeenten of scholen
Allerlei presentaties over jeugd, bewegen en onderwijs.
5. Mond tot mond reclame
Door een optimale implementatie zorgen dat de deelnemende scholen tevreden zijn.
6. Media aandacht
Doormiddel van media-aandacht Het Bewegend Kind meer onder de aandacht brengen
7. Ambassadeurs
Door ambassadeurs, in het onderwijs en in de sportwereld, een breder draagvalk creëren.
- Een school, Mink van der Weerden (Hockeyer), Robert Bukkems ((un)Consultant in onderwijsland)

Fase 2: Verkenning met school

De verkenning vindt op de volgende twee manieren plaats:

1. Oriënterend gesprek
Er wordt bekeken of de visie op bewegen tussen Het Bewegend Kind en de school overeenkomt.
2. Presentatie voor het lerarenteam/directie over de inhoud van Het Bewegend Kind
De directie en het lerarenteam worden geïnformeerd over onderwijs, (buiten) bewegen en de ontwikkeling van het kind en de rol van Het Bewegend Kind hierin.

Na deze stappen kan de school een verantwoorde keuze maken om wel of niet te starten met Het Bewegend Kind

Fase 3: Bepaling van positie bewegen binnen de school

Als de school besloten heeft om met Het Bewegend Kind te starten, wordt het huidige bewegingsaanbod geanalyseerd. Hoe vaak en hoe lang gaan de klassen bewegen in de week. Uiteindelijk wordt er 1 beweegaanbod opgezet, waarbij de buiten lessen en de gymlessen gekoppeld worden. Soms is dit al helemaal duidelijk, maar soms is dit bij een school nog onbekend. Aan de hand van een visie en strategie workshop wordt er dan een adviesrapport opgezet. Dit is de handeling voor de verdere implementatie van het bewegen op school

Fase 4: Aanstelling Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator

In het gebied van Helmond, Eindhoven, Noord-Limburg en Zeeland zijn er bewegingscoördinatoren opgeleid. Per school wordt bekeken welke bewegingscoördinator de implementatie kan verzorgen. Is er niemand, dan wordt gekeken of er iemand van binnen de organisatie opgeleid kan worden, bv. de vakdocent of een buurtsportcoach. De training voor de bewegingscoördinator ziet er als volgt uit:

Theorie

1. Het ontstaan van Het Bewegend Kind
2. Missie en doelstellingen

3. Wetenschappelijke onderbouwing en de praktijk
4. Aanpak van Het Bewegend Kind in primair onderwijs
5. Opzet van beweeglessen in de gymzaal en in de buitenomgeving
6. Implementatie op een basisschool

Praktijk

1. Bekijken en ervaren van de beweeglessen
2. Zelfstandig geven van de beweeglessen in de gymzaal en in de buitenomgeving
3. Geven van workshops voor de leerkrachten
4. Begeleiden van leerkrachten tijdens beweeglessen
5. Werken met het digitaal platform

Een 3 daagse training waarbij er elke dag een combinatie is van theorie en praktijk. Na deze training zijn de bewegingscoördinatoren in staat om een volledige implementatie van Het Bewegend Kind op een basisschool te verzorgen.

Fase 5: Implementatie: Het Bewegend Kind

Het Bewegend Kind heeft een methode opgezet, waarbij er voor elke dag in het schooljaar een beweegles is uitgewerkt. Elke week zijn er vijf beweeglessen, waarbij er een gymles is voor in de gymzaal, een gymles is voor in de gymzaal of in de buitenomgeving en drie buiten lessen voor in de omgeving van de school. De gymlessen worden verzorgd door de Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator en de andere drie lessen door de groepsleerkracht.

- a. Gymlessen
- b. Buiten lessen
- c. Bewegend Leren

a. Gymlessen

In de gymlessen worden beweegvormen aangeleerd voor de motorische ontwikkeling. De lessen bestaan uit drie onderdelen.

1. Aanleren van motorische beweegvormen
2. Toestelonderdeel
3. Spelonderdeel

De aangeleerde beweegvormen en spelvormen komen in de weken volgend op de gymles terug in de buiten lessen.

b. Buiten lessen

De buiten lessen worden gegeven door de groepsleerkrachten. Dit is mogelijk zonder bevoegdheid omdat ze alleen maar de beweegvormen en spelvormen aanbieden die in gymles aangeleerd zijn. Er zit dan ook geen leermoment in voor de leerlingen, alleen herhalingen. Voor een goede implementatie volgen de leerkrachten twee cursussen.

c. Bewegend Leren

Deze module biedt de leerkrachten handvatten om Bewegend Leren te integreren in de buiten lessen, zodat ze naast het bewegen ook direct aan hun kerndoelen kunnen werken.

Cursussen voor leerkrachten

Het Bewegend Kind heeft twee cursussen voor leerkrachten, verzorgd door Het Bewegen Kind – Bewegingscoördinator.

1. Basiscursus - Het Bewegend Kind

Deze cursus vindt plaats in het eerste jaar en na afronding ontvangen de leerkrachten een certificaat. De basiscursus bestaat uit het volgende:

1.1 Workshop bestaande uit theorie en praktijk, dit kan per school verschillen

- a. Waarom + Wat is Het Bewegend Kind?
- b. Doelstellingen Het Bewegend Kind
- c. Theoretische achtergronden
 - Wetenschappelijke uitleg over motorische leerlijn
 - Beweegvormen
 - Koppeling van bewegen en het brein / concentratie
 - Buiten versus binnen bewegen
- d. Praktische uitvoering/ toepasbaarheid
 - Scholingsmomenten
 - Digitaal platform
 - Planning voor de scholing
- e. Digitale ondersteuning

1.2 Werkboek

- Na afloop van de workshop wordt een werkboek uitgereikt
 - o Zowel de theorie als de praktijk wordt hierin uitgelegd

1.3 Individuele scholing

- 4 uur per leerkracht over het schooljaar (elk scholingsmoment duurt 30min)
- Hoe organiseer je de beweeglessen in de omgeving, zodat de kwaliteit en kwantiteit hoog blijft. Zonder tijd te verliezen voor andere vakken.

1.4 Bouwevaluaties

- 2x per jaar vindt er een evaluatie plaats met de desbetreffende leerkrachten
- Deze sessie duurt 30 minuten per keer

1.5 Certificaat

- Na het goed afleggen van de cursus krijgen de deelnemende leerkrachten een certificaat van Het Bewegend Kind.
- Zij mogen Het Bewegend Kind geven op andere basisscholen waar Het Bewegend Kind is geïmplementeerd.

2. Vervolgcurcus - Het Bewegend Kind

Deze cursus vindt plaats in het tweede en derde jaar en bestaat uit het volgende:

- 1.5 uur individuele scholing in zowel het tweede als het derde jaar, deze scholing is tijdens de beweglessen
 - 30 minuten per scholingsmoment
 - Per leerkracht
- 1 uur bouwevaluaties
 - 2x 30 minuten

Invulling individuele scholingsmomenten van de basis cursus en vervolgcursus

Scholing basis cursus

De scholing richt zich op de toepasbaarheid en de integratie van bewegen binnen de klas. Er wordt gelet op de organisatie, gebruik van de buitenruimte en de kwantiteit van bewegen.

De Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator is bij deze scholingsmomenten aanwezig en de scholing vindt hoofdzakelijk plaats tijdens de daadwerkelijke beweglessen.

Vanaf de start van de scholing wordt al een ‘Het Bewegend Kind – Specialist’ aangesteld. De specialist is mede verantwoordelijk voor de borging van Het Bewegend Kind.

Tijdens deze scholingsmomenten wordt aandacht besteed aan:

- Motorische leerlijn aansluitend op niveau van de leerlingen

Er is een motorische leerlijn voor groep 1 tot en met 8 ontwikkeld om te zorgen dat de fysieke basiseigenschappen verantwoord verbeteren. Voor elke bouw zijn leeftijd gerelateerde bewegsvormen geïntegreerd in de beweglessen. Om te zorgen dat elk kind binnen zijn mogelijkheden kan bewegen, zijn de bewegsvormen zo opgesteld dat elke leerling hieraan kan deelnemen. Tijdens de gymlessen worden deze bewegsvormen aangeleerd. Tijdens de buiten lessen gaan de leerlingen de geleerde bewegsvormen extra herhalen. De groepsleerkracht geeft alleen aan welke bewegsvormen ze mogen uitvoeren, zonder extra leermomenten vanuit de groepsleerkracht.

- Opzet van beweglessen

Kleuters (groep 1-2): De bewegles bestaat uit twee onderdelen verpakt in een thema. Het eerste deel bestaat uit een verhaalvorm met bewegsvormen, zoals een flamingo staat op 1 been. Het tweede deel bestaat uit een spel in het thema met bewegsvormen. Bijvoorbeeld huppelen tijdens het spel eend-eend-gans. De bewegles duurt ongeveer 20 minuten.

Onderbouw (groep 3-4) + Middenbouw (groep 5-6): De les bestaat uit 3 onderdelen. De organisatievorm, hier worden de bewegsvormen extra geoefend. Hierna vindt er een spelvorm met bewegsvormen plaats. Bijvoorbeeld bokspring estafette naar de pion en hinkelend terug naar de groep. Het laatste deel bestaat uit de afsluitende vorm. Deze vorm is om de leerlingen weer rustiger te krijgen, om in de klas weer direct te kunnen starten. Het verschil tussen de onderbouw en de middenbouw is de moeilijkheid van de bewegsvormen en de complexiteit van de spelvormen en afsluitende vormen. De bewegles duurt ongeveer 30 minuten.

Bovenbouw (groep 7-8): Het accent van deze bouw ligt voornamelijk op het spel. Zoals spelvormen, touwspringen en bewegen op muziek. De bewegles bestaat uit twee onderdelen. De handelingsvorm en de spelvorm. Bij de handelingsvorm wordt de een bepaalde techniek herhaald, wat ze in de gymles hebben geleerd, bijvoorbeeld het gooien of vangen van een bal. De spelvorm is het onderdeel waarbij de handelingsvorm ingepast

wordt. Bijvoorbeeld trefbal. Tijdens de handelingsvorm en de spelvorm worden beweegvormen geïntegreerd. Dit kan als warming up zijn of tijdens de onderdelen zelf. Bijvoorbeeld, als je de bal geschoten hebt, spring je 5x zo hoog mogelijk omhoog. De beweegles duurt ongeveer 30 minuten.

- Digitaal platform

De inhoud van de opleiding staat volledig op het digitaal platform. Voor elke bouw is er een aparte account. Het platform bevat de volgende onderdelen:

- a. Jaarplanning

Voor elke dag is er beweegles uitgewerkt.

- b. Beweegvormen

Visuele beweegvormen met voice-over.

- c. Spelvormen

Alle onderdelen van een les zijn apart uitgewerkt. Hier kan de leerkracht zelf zijn les samenstellen, waarbij ze de beweegvormen voor die dag kunnen integreren.

- d. Bewegend Leren

Bij deze module staan voorbeeld lessen op gebied van taal, spelling en rekenen. Per bouw zijn alle kerndoelen uitgewerkt en zijn methodiek onafhankelijke lessen opgezet, die leerkrachten makkelijk buiten kunnen geven. Dit wordt ondersteund met video's en bijlagen.

Scholing vervolgcursus

In het tweede jaar en derde jaar vinden er drie scholingsmomenten per jaar van 30 minuten plaats.

De Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator richt zich op de implementatie van Bewegend Leren en de variatie in het gebruik van de buitenruimte.

- Bewegend Leren

De module Bewegend Leren wordt gekoppeld aan de beweeglessen. De scholing is erop gericht dat de leerkracht de cognitieve theorie in de beweeglessen kan verwerken.

- Variatie in buitenruimte

Welke mogelijkheden heeft de school om te variëren in de buiten omgeving. Hoe kan je hier jouw beweegles creatief op aanpassen.

Fase 6: Borging

Na drie jaar vindt er een extra evaluatie plaats met de directie, de Het Bewegend Kind - Specialist en de Het Bewegend Kind - Bewegingscoördinator. Hierin wordt bepaald hoe de school ervoor staat. De Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator behoudt altijd contact met de school. Voor de borging op lange termijn worden workshops, evaluaties en/ of individuele scholing aangeboden.

Nieuwe leerkrachten op deelnemende scholen die nog geen Basis cursus - Het Bewegend Kind hebben afgerond, gaan deze opleiding volgen. De workshop wordt gegeven op een neutrale locatie, waarna de scholingsmomenten op de school zelf worden ingevuld.

Om te zorgen voor een goede implementatie en borging hebben we medailles opgezet die de scholen kunnen afnemen. Welke medailles een school afneemt is afhankelijk van de keuze voor een visie en beleidsworkshop in fase 3, een interne of externe bewegingscoördinator in fase 4 en de grootte van de school.

Voor de Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinatoren is er een jaarlijkse verplichte bijscholing.

Het uitgeven van de digitale nieuwsbrief dient er voor te zorgen dat leerkrachten geprikkeld blijven over de meerwaarde van bewegen binnen het onderwijs.

2. Uitvoering

Materialen – max 200 woorden

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

B: Voor wie zijn de materialen bestemd en hoe verkrijgen ze de materialen? Maak eventueel een overzicht in een tabel.

Er worden verschillende materialen gebruikt. Enkele materialen zijn voor iedereen toegankelijk en enkele materialen zijn alleen beschikbaar voor de scholen die de opleidingen van Het Bewegend Kind volgen (deelnemende scholen).

De volgende materialen worden gebruikt:

Werving, voor iedereen in te zien:

- Presentatie voor leerkrachten en directie: PowerPointpresentatie met de achterliggende gedachte en inhoud van Het Bewegend Kind.
- Facebook, nieuwsitems, praktijksituaties en artikels
- Website
- Folders

Uitvoering, voor deelnemende scholen en bewegingscoördinatoren

- Werkboek voor bewegingscoördinatoren: Hierin staat alles voor een goede implementatie van Het Bewegend Kind
- Werkboek voor leerkrachten en directie: Hierin staat de wetenschappelijke onderbouwing en de werkwijze van Het Bewegend Kind.
- Workshop voor leerkrachten: De theorie en de praktische uitvoering worden uitgelegd en de planning voor de scholing wordt gemaakt. Hierbij wordt gebruik gemaakt van een PowerPoint presentatie en het schoolplein.
- Digitaal platform voor leerkrachten: Op dit platform staat de methode en wordt gebruikt als ondersteuning van de cursussen.
- Certificaat, na afronding van de Basis cursus – Het Bewegend Kind ontvangen de leerkrachten een certificaat.

Evaluatie, voor deelnemende scholen

- Evaluatieformulieren voor leerkrachten: Gedurende het jaar worden evaluaties met het team gemaakt.
- Enquêteformulieren voor leerkrachten: Onderzoek naar de uitvoerbaarheid

Informatie, voor deelnemende scholen

- Nieuwsbrief voor leerkrachten en directie: Periodieke uitgave

Type organisatie en locatie – max 200 woorden

A: Welk soort organisaties kunnen de interventie uitvoeren? (zie eventueel ook 1.3 voor initiatiefnemers)

B: Op welk soort locaties kan de interventie worden uitgevoerd en wat zijn hierbij belangrijke randvoorwaarden?

Alle basisscholen kunnen Het Bewegend Kind implementeren. Per school wordt bekeken hoe Het Bewegend Kind ingepast kan worden. Het Bewegend Kind kan uitgevoerd worden op de volgende locaties: Op het speelplein, op een grasveld, op pleintjes rondom de school, in de gymzaal, in het speellokaal, in de aula van de school. Hierbij is een buitenruimte essentieel.

Elke school heeft een andere omgeving, daarom wordt er per school bekeken hoe en waar Het Bewegend Kind het beste uitgevoerd kan worden. Belangrijk voor de locaties is dat er ruimte is om vrij te bewegen. Daarnaast zijn bomen, speeltoestellen, baskets, doeltjes, een klimrek prettig om zoveel mogelijk afwisseling aan te kunnen bieden.

Op dit moment zijn er 70 scholen, binnen Nederland, die gebruik maken van de methode.

Opleiding en competenties van de uitvoerders – max 200 woorden

A: Welk soort professionals en vrijwilligers kunnen de interventie uitvoeren? Geef aan wie eindverantwoordelijk is en wie werkt onder verantwoordelijkheid van een projectleider of supervisor.

B: Welke specifieke competenties hebben de uitvoerders nodig in aanvulling op hun standaard professionele competenties?

Het Bewegend Kind - Bewegingscoördinatoren

Om Het Bewegend Kind op meerdere scholen te implementeren, zijn Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinatoren nodig die de scholing van de leerkrachten op zich nemen.

Competenties Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinatoren:

- Opleiding tot vakdocent bewegingsonderwijs afgerond
- De theoretische kennis over de opzet van Het Bewegend Kind en de ontwikkeling van het kind
- Implementeren van de kennis op de school, d.m.v. het verzorgen van de opleidingen
- Kwaliteit van Het Bewegend Kind bewaken middels scholing van en evaluatie met leerkrachten
- Een houding te hebben die leidinggeven kan combineren met een open werkklimaat
- Sociaal gedrag van docenten te signaleren en te interpreteren om zo tot een optimale scholing te komen

Leerkrachten

De competenties die belangrijk zijn, vallen onder het vereiste niveau van de PABO opleiding.

Daarnaast is het een vereiste dat leerkrachten de cursus van Het Bewegend Kind afronden.

Extra competenties:

- De theoretische kennis over het dagelijks bewegen en de ontwikkeling van het kind
- De beweglessen goed organiseren in de omgeving van de school
- Herkennen wanneer de klas het nodig heeft om te gaan bewegen
- De koppeling naar bewegend leren kunnen maken

Kwaliteitsbewaking – max 200 woorden

A: Op welke manier bewaak je als interventie eigenaar de kwaliteit van de inhoud en de uitvoering van de interventie?

B: Indien van toepassing: Op welke manier faciliteer je de uitvoerders bij kwaliteitsbewaking wanneer er een andere uitvoerder is dan de interventie eigenaar zelf?

Leerkrachten worden opgeleid zodat Het Bewegend Kind goed geïmplementeerd wordt binnen een school.

De cursussen van de leerkrachten, de basiscursus en de vervolgcursus, worden gegeven door een Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator. Om Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator te worden dien je een training te volgen. Deze is opgezet en wordt gegeven door de interventie-eigenaar. De voorwaarde van vakdocent bewegingsonderwijs en behalen van het certificaat zijn bepalend voor gekwalificeerde coördinatoren.

De kwaliteit van Het Bewegend Kind wordt gewaarborgd door de kwaliteit van de cursussen. De leerkrachten dienen de basiscursus en de vervolgcursus goed te volbrengen. Door drie jaar lang op een school aanwezig te zijn, wordt de kwaliteit duurzaam geïmplementeerd en gewaarborgd.

In het eerste jaar worden leerkrachten geschoold zodat zij de beweeglessen probleemloos zelfstandig kunnen geven. Er zijn per bouw twee evaluatiemomenten. De Het Bewegend Kind – Bewegingscoördinator begeleidt deze momenten en evalueert hoe de implementatie van Het Bewegend Kind verloopt. In het tweede jaar start de vervolgcursus – Het Bewegend Kind. De inhoud van deze opleiding is voornamelijk gericht op de variatie van Het Bewegend Kind en de koppeling naar bewegend leren. Middels individuele scholingsmomenten wordt hier de benodigde kwaliteit geboden.

De bewegingscoördinatoren volgen een jaarlijkse verplichte bijscholing.

Randvoorwaarden – max 200 woorden

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

Organisatorische randvoorwaarden

Het Bewegend Kind heeft alleen kans van slagen op een basisschool als de directie en de leerkrachten het belang van bewegen op de totale ontwikkeling van het kind inzien. Leerkrachten dienen tijd en ruimte te vinden en te maken om het bewegen dagelijks in te passen.

Verder is het belangrijk dat leerkrachten openstaan voor scholing en feedback op eigen handelen, zonder dat er een goed of fout aan gekoppeld wordt. Het Bewegend Kind heeft tijd nodig om goed geïmplementeerd te worden. In het begin hebben de leerkrachten meer tijd nodig om zich voor te bereiden op de lessen. Hoe werkt de methode, hoe wordt de beweegles georganiseerd, wat wordt precies bedoeld met de inhoud van de beweegles? Ook voor de leerlingen is het een omschakeling. Het buiten bewegen heeft een bepaalde vrijheid, maar op momenten zullen ze moeten luisteren naar de leerkracht. Dit kost in het begin extra tijd. Om Het Bewegend Kind goed te implementeren is een kleine buitenruimte nodig. Als er geen buitenruimte is, is het niet mogelijk om Het Bewegend Kind te implementeren.

Contextuele randvoorwaarden

Het Bewegend Kind wordt alleen gegeven op de basisscholen

Implementatie – max 200 woorden

A: Op welke manier faciliteer je als interventie eigenaar de implementatie van de interventie wanneer je zelf de uitvoerder van de interventie bent? Wat gebruik je hierbij? Hoe doe je dat?

B: En op welke manier faciliteer de implementatie van de interventie wanneer er andere initiatiefnemers en uitvoerders zijn dan de interventie eigenaar zelf? Geef een samenvatting.

Voor de implementatie hebben we het model van Fleuren gebruikt, voor uitgebreide uitwerking, zie bijlage 1.

De volgende onderdelen worden meegenomen in de implementatie.

Kennismaking:

We starten met een verkenning (fase 2) met de schoolleiding en leerkrachten. Na deze verkenning wordt gekeken of de school al een goed beeld heeft van de positie van bewegen op hun school (fase 3). Naar aanleiding van deze gesprekken wordt samen met de school bepaald welke bewegingscoördinator het implementatietraject gaat verzorgen (fase 4)

Om tot het juiste implementatietraject voor een school te komen, wordt samen met de school het volgende bepaald:

- De school gaat wel of geen gebruik maken van de **visie en strategie workshop**

En

- De school gaat voor een **interne** bewegingscoördinator of **externe** bewegingscoördinator (fase 4). Deze coördinator is verantwoordelijk voor de implementatie (fase 5)
 - De **interne** bewegingscoördinator is iemand van de school, bijv. een vakdocent, die wordt opgeleid tot coördinator
 - De **externe** bewegingscoördinator is in dienst bij Het Bewegend Kind

Scholing:

In fase 5 vindt de scholing plaats. Aan de hand van de positiebepaling van het bewegen op school (fase 3) zijn doelen opgesteld. In samenspraak met de bewegingscoördinator wordt een stappenplan opgesteld om de basiscursus goed te verzorgen. De eerste stap van de basiscursus is een workshop, met zowel theorie, praktijk als de kennismaking met het digitale platform. Na deze workshop start de persoonlijke scholing van de leerkrachten. Het doel is dat leerkrachten zelfstandig hun beweeglessen kunnen geven. Deze scholing van leerkrachten vindt het gehele schooljaar plaats.

Evaluatie/Borging:

In de zesde fase wordt de borging verzorgd door zowel een leerkracht van de school als de bewegingscoördinator. De interne leerkracht fungeert als contactpersoon voor het beweegaspect binnen de school. Deze heeft regelmatig overleg met de bewegingscoördinator om de voortgang van de implementatie te evalueren.

Naast het bestaande traject met de scholing van Het Bewegend Kind heeft elke school een specifiek implementatietraject nodig om te zorgen dat Het Bewegend Kind goed geïntegreerd wordt. Daarom hebben we verschillende medailles ontwikkeld waar de school uit kan kiezen. Deze medailles zijn opgesteld om maatwerk per school aan te kunnen bieden, waarbij de kwaliteit geoptimaliseerd wordt.

Implementatiemedailles en borgingsmedailles

Er zijn zowel implementatie- als borgingsmedailles ontwikkeld. De implementatiemedailles zijn voor het eerste jaar en de borgingsmedailles zijn voor het tweede jaar, derde jaar en verder.

Implementatiemedailles

Zoals hierboven bij de kennismaking beschreven, kan een school kiezen tussen verschillende onderdelen om Het Bewegend Kind goed te implementeren, namelijk:

- Visie en strategie workshop
- Een **interne** bewegingscoördinator of een **externe** bewegingscoördinator

Er zijn vier implementatiemedailles ontwikkeld, waar deze 2 onderdelen ondergebracht zijn. Een school kan voor de implementatie in het eerste jaar kiezen tussen de volgende medailles:

1. Implementatiemedaille: Goud
 - Visie en strategie workshop
 - Externe bewegingscoördinator
2. Implementatiemedaille: Zilver-goud

- Visie en strategie workshop
 - Interne bewegingscoördinator
3. Implementatiemedaille: Zilver
- Externe bewegingscoördinator
4. Implementatiemedaille: Brons
- Interne bewegingscoördinator

Borgingsmedailles

Bij de borging vanaf het tweede jaar kan een school ook weer kiezen tussen verschillende onderdelen.

- Een **interne** bewegingscoördinator of een **externe** bewegingscoördinator
 1. De praktijk leert dat dit niet altijd hetzelfde is als in het eerste jaar. Voorbeeld, in het eerste jaar is een externe coördinator aanwezig, maar de school kiest in het tweede jaar toch voor een interne coördinator.
- Aantal dagdelen begeleiding door **externe** bewegingscoördinator
 1. 4 dagdelen
 2. 8 dagdelen
 3. 12 dagdelen

Er zijn vier borgingsmedailles ontwikkeld, waar de 2 onderdelen in ondergebracht zijn. Een school kan vanaf het tweede jaar dus kiezen tussen de volgende medailles:

1. Borgingsmedaille: Goud
 - Externe bewegingscoördinator
 - 12 dagdelen per jaar aanwezig voor begeleiding vervolg cursus
2. Borgingsmedaille: Zilver-goud
 - Externe bewegingscoördinator
 - 8 dagdelen per jaar aanwezig voor begeleiding vervolg cursus
3. Borgingsmedaille: Zilver
 - Externe bewegingscoördinator
 - 4 dagdelen per jaar aanwezig voor begeleiding vervolg cursus
4. Borgingsmedaille: Brons
 - Interne bewegingscoördinator
 - Er worden 2 trainingdagen per jaar verzorgd door Het Bewegend Kind voor de interne bewegingscoördinator

Kosten – max 200 woorden

Wat zijn de kosten van de interventie? Geef aan welke kostenposten er zijn en wie welke kosten betaalt. Benoem hierbij zowel de personele kosten (in aantallen uren) als de materiële kosten. Geef ook aan welke kosten eenmalig zijn (aanschaf materiaal bijvoorbeeld) en welke kosten structureel zijn. Bijvoorbeeld bij uitvoering op meerdere locaties of bij herhaling van de interventie. Werk met een tabel waarin de kosten goed inzichtelijk zijn.

Kostenopzet *

Materiële kosten

De kosten voor de implementatiemedailles en borgingsmedailles kunnen door de gemeente, stichting of school worden vergoed.

Implementatiemedailles

De inzet van een externe bewegingscoördinator wordt per dagdeel verrekend en hoeveel dagdelen een externe coördinator aanwezig is wordt voorafgaand aan het de implementatie met de school afgesproken.

1. Implementatiemedaille: Goud		
▪ Visie en strategie workshop + adviesplan		€ 2425,-
▪ Externe bewegingscoördinator	scholing per dagdeel	€ 300,-
2. Implementatiemedaille: Zilver-goud		
▪ Visie en strategie workshop + adviesplan		€ 2425,-
▪ Interne bewegingscoördinator	eenmalige training	€ 850,-
3. Implementatiemedaille: Zilver		
▪ Externe bewegingscoördinator	scholing per dagdeel	€ 300,-
4. Implementatiemedaille: Brons		
▪ Interne bewegingscoördinator	eenmalige training	€ 850,-

Borgingsmedailles

De kosten voor de inzet van een externe bewegingscoördinator is €300 per dagdeel

1. Borgingsmedaille: Goud	12 a € 300,-	€ 3600,-
i. Externe bewegingscoördinator		
ii. 12 dagdelen per jaar aanwezig voor begeleiding vervolg cursus		
2. Borgingsmedaille: Zilver-goud	8 a € 300,-	€ 2400,-
iii. Externe bewegingscoördinator		
iv. 8 dagdelen per jaar aanwezig voor begeleiding vervolg cursus		
3. Borgingsmedaille: Zilver	4 a € 300,-	€ 1200,-
▪ Externe bewegingscoördinator		
▪ 4 dagdelen per jaar aanwezig voor begeleiding vervolg cursus		
4. Borgingsmedaille: Brons		€ 975,-
▪ Interne bewegingscoördinator		
▪ 2 trainingdagen per jaar voor de interne coördinator		

Personele kosten

School

1. Uren van de leerkrachten voor scholing per leerkracht			
▪ Basiscursus per leerkracht	€ 45,- per uur	4 uur	€ 180,-
▪ Vervolg cursus per leerkracht	€ 45,- per uur	3 uur	€ 135,-

School of gemeente / stichting

Vaak worden onderlinge afspraken gemaakt over de financiering van de interne bewegingscoördinator/ vakdocent.

1. Bewegingscoördinator/ vakdocent		
<i>Afhankelijk van het aantal uren</i>	<i>Per uur</i>	<i>€ 45,-</i>

Extra (optioneel)

Materialen

Als de school zelf geen materialen heeft, kost de aanschaf van basismaterialen voor een goede uitvoering van de buitenlessen het volgende:

3. Kleuters	€ 175,-
4. Onderbouw	€ 175,-
5. Middenbouw	€ 175,-
6. Bovenbouw	€ 175,-

*Kosten zijn exclusief BTW. De training van de interne bewegingscoördinator is vrijgesteld van BTW.

7. Onderbouwing

Probleem – max 400 woorden

Voor welk probleem of (mogelijk) risico is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, ernst, spreiding en gevolgen van het probleem of risico. Baseer je tekst op enkele bronnen en benoem de bronnen in het hoofdstuk 'Aangehaalde literatuur'.

Aard en ernst van het probleem:

Frequentie bewegen van kinderen

Onderzoek van de afgelopen jaren laat zien dat de jeugd steeds minder beweegt. In 2021 voldeed slechts 57% van de Nederlandse kinderen (4 tot 12 jaar) aan de beweegrichtlijnen (CBS i.s.m. RIVM, 2022). Waarbij jongens vaker aan de richtlijnen voldoen dan meisjes.

Kwaliteit van bewegen

Het is duidelijk dat al decennialang de motorische vaardigheden van kinderen achteruit gaat (Hoofwijk, 2020). Op de basisschool, in 2021, is 26% van de jongens en 26% van de meisjes motorisch onvoldoende ontwikkeld (De Haagse Hogeschool, 2022).

Buiten bewegen

Uit onderzoek van Kantar Public blijkt dat bijna één op de zes van de kinderen nooit buiten speelt en dat 58% van de kinderen minder dan het gemiddelde, 9,5 uur per week, buiten speelt. (Kaal, 2022). Daarnaast is een trend te zien vanaf 2006 tot 2014 dat er minder buiten wordt bewogen (Dellas, 2018).

Spreiding van het probleem

Frequentie bewegen van kinderen

Kinderen (4 t/m 11 jaar) van hoogopgeleide ouders voldoen minder vaak aan de beweegrichtlijnen dan kinderen met lager opgeleide ouders. Daarentegen sporten kinderen van ouders met een laag opleidingsniveau minder dan kinderen van ouders met een hoger opleidingsniveau. (Stam, 2021). Dit komt door de beweegsocialisatie. Ouders van hoogopgeleiden sporten zelf vaker, dus de kinderen ook. Echter krijgen kinderen van laagopgeleiden meer ruimte om vrij te bewegen wat ervoor zorgt dat ze meer voldoen aan de bewegingsrichtlijnen dan leeftijdsgenootjes met hoogopgeleide ouders.

Buiten spelen

De omgeving waarin kinderen opgroeien bepaalt het buitenspeelgedrag. In een groene omgeving wordt meer buiten gespeeld (Slager, 2016). Ook is te zien dat kinderen uit een hogere sociale klasse minder buiten spelen, wandelen of fietsen dan kinderen van laagopgeleide ouders (Stam, 2021)

Gevolgen

Frequentie bewegen van kinderen, kwaliteit van bewegen en buiten bewegen

Het blijkt dat minder buiten spelen zorgt voor een vermindering van de motorische vaardigheden, maar ook een slechter concentratievermogen, verminderde ontwikkeling van sociale vaardigheden, en cognitieve ontwikkeling (de Greef, 2018). Bij langdurige fysieke activiteiten verbetert de aandacht, de executieve functies en gaan de schoolprestaties niet achteruit (de Greef, 2018). De taakgerichtheid neemt toe als er korte intensieve beweegmomenten worden aangeboden. Waarbij het grootste effect werd waargenomen bij 15 minuten intensieve beweegactiviteiten. Daarnaast werd er bij deze frequentie en intensiteit een klein positief effect gevonden op wiskundige vaardigheden (Smith, 2018).

Bewegen verlaagt de BMI en het vetpercentage. Ook is de kans op hart- en vaatziekten en depressieve symptomen kleiner (Li, 2012, Gezondheidsraad, 2017)

Daarnaast laat onderzoek zien dat kinderen die meer bewegen ook actiever zijn op latere leeftijd. Daarentegen zijn kinderen die weinig bewegen in latere levensfasen ook minder lichamelijk actief (Kenniscentrum Sport & bewegen, 2020).

8. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering van de interventie

- Max 600 woorden

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

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan naar de realisatie en uitvoering van de interventie. Beschrijf compact de uitkomsten van het onderzoek en geef aan op welke manier de uitkomsten van het onderzoek eventueel zijn verwerkt in de opzet en beschrijving van de interventie

Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van ieder genoemd onderzoek mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie, onderzoeksperiode en publicatiedatum (indien gepubliceerd).
- b) Het type onderzoek, de onderzoeksmethode en de omvang van het onderzoek.
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot inzicht in de mate waarin activiteiten zijn uitgevoerd volgens plan, het bereik van de interventie, de waardering en ervaring van de uitvoerders en doelgroep, succes- en faalfactoren, en -indien beschikbaar- de uitvoerbaarheid, de randvoorwaarden en de omgevingsvariabelen.
- d) Geef tevens aan op welke manier de uitkomsten van het onderzoek en eventuele aanbevelingen zijn verwerkt in de opzet en beschrijving van de interventie. Hierbij mogen de uitkomsten van meerdere onderzoeken gecombineerd worden.

- Proces evaluatie: Uitvoering van Het Bewegend Kind door leerkrachten

A. Custers T. (2020), Uitvoerbaarheid van Het Bewegend Kind door leerkrachten (Interne uitgave)

B. Het onderzoek is gericht op de procesevaluatie. Het onderzoeksdesign in deze studie is verkennend-, cross-sectioneel en gericht op het verzamelen van kwantitatieve gegevens. De enquête bestaat uit 33 vragen. 19 leerkrachten (van de 24, respons 100%) hebben de enquête ingevuld, dit gaat dan over ongeveer 437 leerlingen (uitgaand van 23 leerlingen per klas).

C. *Hoe zijn de activiteiten uitgevoerd volgens plan*

- De uitvoering van Het Bewegend Kind goed is
- Alle leerkrachten geven de buiten lessen
- Bevoegde leerkrachten geven de gymlessen
- Het scholingstraject wordt goed doorlopen.
- Het digitaal platform is makkelijk hanteerbaar
- Nagenoeg alle leerlingen doet mee aan de beweegles en voert de beweegvormen uit.

Waardering en ervaring van de intermediaire doelgroep

- 84.2% vindt Het Bewegend Kind leuk om te geven
- 94.8% vindt Het Bewegend Kind nuttig voor leerlingen
- 89.5% vindt Het Bewegend Kind makkelijk in rooster te passen
- 89.5% kan Het Bewegend Kind goed uitvoeren in schoolomgeving

Succes en faalfactoren

Sterke punten

- Goede opbouw van de methodiek
- De motoriek wordt verbeterd.
- Betrokkenheid en enthousiasme bij leerlingen

Zwakke punten

- Soms zijn er te weinig materialen aanwezig
- Meer suggesties bij andere omstandigheden, zoals slecht weer.
- Organisatie van bepaalde spelvormen moeilijk uit te voeren

De uitvoerbaarheid

- Leerlingen kunnen snel starten met de bewegles binnen 5 minuten

Randvoorwaarden

- 100% ondersteuning voor Het Bewegend Kind vanuit directie en ruime meerderheid vanuit overkoepelend bestuur

Omgevingsvariabelen

Factoren buiten de school om die Het Bewegend Kind positief – negatief beïnvloeden

- Positief: Verschillende mogelijkheden om buiten te bewegen (omgeving)
- Negatief: Hondenpoep en de weersomstandigheden

Overall score van het Bewegend Kind = 8.4

De interventie wordt op basis van bovenstaande resultaten als volgt aangepast:

1. De beweglessen zowel buiten als in de gymzaal zo opzetten, dat ze bij het buiten bewegen minder materialen nodig hebben.
2. Variaties aanbieden, waardoor leerkrachten makkelijker met verschillende omstandigheden om kunnen gaan.

9. Aangehaalde literatuur

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

CBS i.s.m. RIVM (2022). Beweegrichtlijnen.

<https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kernindicatoren/beweegrichtlijnen>

Custers T. (2020), Uitvoerbaarheid van Het Bewegend Kind door leerkrachten (Interne uitgave)

De Greeff, J.W., de Bruijn A.G.M., Meijer A., van der Fels I.M.J., Königs M., Smith J., Kostons D.D.N.M., Visscher C., Bosker R.J., Oosterlaan J. & Hartman E.. (2018). Effecten van fysieke activiteit op cognitie van kinderen in het primair onderwijs.

De Haagse Hogeschool (2022) Motoriek peiling 2021. De motorische vaardigheid is van cruciale waarde voor de gezondheid van onze kinderen nu en later.

De Vries & Van Veenendaal (2012) Belang van buitenspelen. Literatuurstudie naar de gezondheidswaarde, de sociale en de economische waarde. Geraadpleegd op:

<https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=5125&m=1445255387&action=file.download>

De Vries, S. (2019) Motorische vaardigheid voor een leven lang bewegen. De Haagse hogeschool

Dellas, V., van den Dool, R., Collard, D. (2018). Ontwikkeling buitenspelen bij kinderen in Nederland

Fleuren, M.A.H., Wierfferink, C.H., Paulussen, T.G.W.M.(2012) Determinants of innovation within health care organizations: Literature review and Delphi-study. International Journal for Quality in Health Care, 2004;16:107-23.

Fleuren M.A.H, Wierfferink C.H & Paulussen T.G.W.M. (2010) *Checklist determinanten van innovaties in gezondheidsorganisaties*. TSG, 88(2), pp. 51 – 54

Gezondheidsraad (2017). Beweegrichtlijnen 2017. Den Haag: Gezondheidsraad.

Hoogwijk, M. Koedijker, J., Benjaminse, A. & Mombarg, R. (2020). Brede motorische ontwikkeling van kinderen. Nut en noodzaak

Kaal, M. (2022). Onderzoek buitenspelen 2022. Een onderzoek onder ouders en kinderen

Kenniscentrum Sport & bewegen (2020). Versie april 2020. Whitepaper 'Van jongs af aan vaardig in bewegen'.

Li J, Siegrist J. Physical activity and risk of cardiovascular disease: a meta-analysis of prospective cohort studies. Int J Environ Res Public Health. 2012;9(2), 391–407.

Slager, 2016. De kracht van buitenspelen. Lichamelijke opvoeding magazine. Nummer 3, jaargang 104, april 2016.

Smith, A. Zwolinsky, S. Mckenna, J. Tomporowski, P. Defeyter, M. Manley, A. (2018). Systematic review of acute physically active learning and classroom movement breaks on children's physical activity, cognition, academic performance and classroom behaviour: understanding critical design features.

Stam, W., van Dool, R., van den Elling, A. (2021). Sport- en beweeggedrag van kinderen en jongeren naar sociaaleconomisch milieu. Mullier Instituut.

10. Praktijkvoorbeeld

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

Basisschool Leerrijk Someren

In september 2016 zijn we gestart op basisschool Leerrijk met Natuurlijk Bewegen. Het bewegingsonderwijs was zo geregeld dat de leerlingen twee keer per week 1 uur gymles hadden. Dit was inclusief heen en weer lopen én omkleden. Effectief bleef er daardoor maximaal 30 minuten per gymles over. De school wilde meer effectieve beweegtijd. Tijdens de interventie zijn we gestart met een workshop voor de school. Daarna is de start gemaakt met de scholingsmomenten, waarbij het dagelijks bewegen ingepast wordt. Op deze school zijn we volledig gestart met de implementatie.

Vooraf in het begin van de interventie was het zoeken naar de juiste implementatie. Waar konden de leerlingen het beste bewegen, op welk tijdstip had dit het meeste effect, hoe reageert de groep op het buiten bewegen? Dit heeft een aantal maanden geduurd. Vooral het “vrij” inzetten van de lessen en spelen met de inhoud werd als lastig ervaren door een aantal leerkrachten. (Eerste evaluatie, november 2016). Door de scholingsmomenten en de bouwevaluaties is er snel een goede richting gekozen en waren de leerkrachten vertrouwd met het dagelijks bewegen. De opleidingen hebben een duidelijke meerwaarde gehad voor de implementatie van Natuurlijk Bewegen, dit bleek ook uit de positieve evaluatie een jaar later.

In de praktijk bleek dat de gymlessen niet voldoende aansloten op Natuurlijk Bewegen en meer een losstaand iets waren. Om de motorische ontwikkeling nog beter te kunnen sturen werd in september 2019 begonnen met Het Bewegend Kind. Een allesomvattende aanpak die het gat moest dichten en er één geheel van moest maken.

Tijdens de gymlessen komen de technische aspecten van de beweegvormen extra aan bod én komen de onderdelen aan bod die buiten moeilijker zijn in te zetten. Ook is ervoor gezorgd dat de spelinhoud van de buitenlessen al tijdens de gymles aan bod is gekomen, zodat het nog eenvoudiger voor de leerkrachten wordt.

Leerkrachten zien de positieve gevolgen van Het Bewegend Kind:

- De beweegtijd is effectief flink toegenomen. Elke dag 20 tot 30 minuten bewegen én een kwalitatief sterke gymles die aansluit op buitenlessen.
- Leerkrachten zien de kwaliteit van uitvoering beweegvormen toenemen.
- Leerkrachten zijn weinig tijd kwijt met voorbereidingen.
- Leerlingen kunnen makkelijker deelnemen aan de gymles, omdat hun motoriek verbeterd is en er meer aansluiting is op buiten lessen.
- De kinderen hebben veel plezier tijdens het bewegen, zo vonden het prettig om elke dag naar buiten te gaan i.c.m. de gymles die meer gericht is op de toestellen.
- Leerlingen zijn anders gaan spelen tijdens de pauzes. Spellen van Het Bewegend Kind worden ook in de pauze gespeeld.
- Leerlingen accepteren de onderlinge verschillen beter.
- Motorische verschillen binnen de groep waren kleiner geworden.

Referenties:

Basisschool Leerrijk

van Gijselstraat 24

5712 HE Someren

Telefoon: 0493 492 015

Leerkracht: Ini van de Laar – Kuijpers

Bewegingscoördinator: Sjoerd Otter

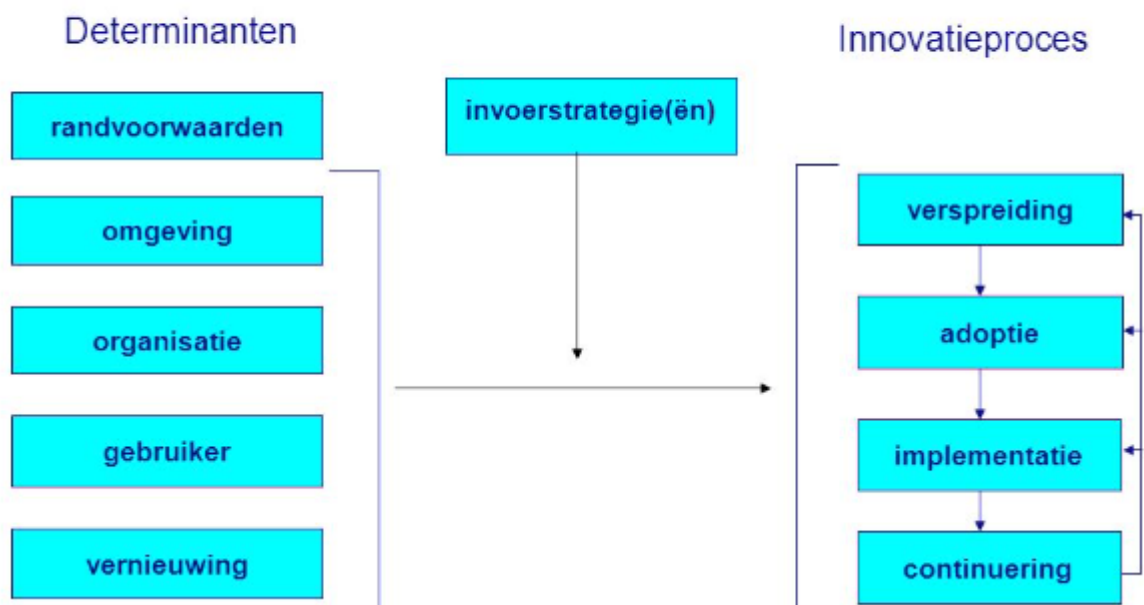
7. Bijlagen

Bijlage 1

Het implementatiemodel van Het Bewegend Kind is opgesteld aan de hand van het model van Fleuren. Deze opzet moet ervoor zorgen dat Het Bewegend Kind duurzaam wordt ingezet op de basisscholen.

Model voor invoering vernieuwingen

Fleuren, Wiefferink, Paulussen 2004, 2006



Determinanten

Het invoeringsproces van Het Bewegend Kind is afhankelijk van verschillende determinanten. Deze determinanten kunnen belemmerend als bevorderend werken voor de implementatie (Fleuren e.a., 2010, Greenhalgh e.a., 2004). De volgende determinanten zijn van belang voor Het Bewegend Kind

Figuur 2: Determinanten voor Het Bewegend Kind

Innovatie	De gebruiker	De omgeving
Procedurele helderheid	Persoonlijk voordeel / nadeel	Formele bekrachtiging management
Juistheid	Uitkomstverwachting	Vervanging bij personeelsverloop
Compleetheid	Taakopvatting	Financiële middelen
Complexiteit	Tevredenheid leerling	Tijd
Congruentie huidige werkwijze	Medewerking leerling	Beschikbaarheid materialen en voorzieningen
Zichtbaarheid uitkomsten	Sociale steun	Coördinator

Relevantie leerling	Descriptieve norm	Beschikbaarheid van informatie over gebruik innovatie
	Subjectieve norm	Feedback aan gebruiker
	Eigen-effectiviteitsverwachting	
	Kennis	
	Informatieverwerking	

Innovatie

De volledige opzet van Het Bewegend Kind ondervangt de innovatie en de determinanten die daarmee samenhangen. De acties van de volledige opzet:

- Presentatie
- Werkboek
- Workshops
- Digitaal platform, waarbij de gehele methodiek wordt aangeboden
- Scholing van de leerkrachten
- Evaluatiemomenten
- Cursussen

Aan de hand van het kennismaking gesprek, presentatie, workshop en het werkboek is de **procedurele helderheid** ingevuld. Hierbij wordt ook ingegaan op de **juistheid** van de kennis die is gebruikt.

De **compleetheid** en **complexiteit** bevat alle onderdelen van de opzet van de interventie. Door het uitvoeren van de beweeglessen worden de **uitkomsten zichtbaar** en is de **relevantie voor de leerling** duidelijk. **Congruentie huidige werkwijze** is van groot belang omdat in het huidige basisonderwijs dagelijks bewegen niet vanzelfsprekend is. Uit onderzoek (Custers & Dingenouts, 2016) blijkt dat bovenstaande determinanten goed worden ontvangen door de leerkrachten.

De gebruiker

Persoonlijke voordelen, uitkomstverwachting, taakopvatting, sociale steun worden meegenomen in de werving, het kennismakingsgesprekken, de introductiecursus, de workshop en het werkboek. **De tevredenheid en medewerking van de leerling, de descriptieve en subjectieve norm en de eigen-effectiviteitsverwachting** worden meegenomen in de evaluatiemomenten, de 1 op 1 scholing en de ouderavond. De **kennis** en **informatieverwerking** worden alle onderdelen gebruikt die in deze alinea benoemd zijn.

De omgeving

De **formele bekrachtiging management** wordt geborgd door met de directie afspraken te maken na het kennismakingsproces. Als er een besluit is om deel te nemen wordt afgesproken hoe de methode structureel in het beleid wordt meegenomen. Twee momenten per jaar wordt hierop geëvalueerd. Bij **vervanging van personeelsverloop** vinden er 1 op 1 scholingsmomenten plaats met de nieuwe leerkrachten, daarnaast is er in het begin van het schooljaar een introductiecursus voor deze nieuwe leerkrachten. Voorafgaand aan de start van de interventie, tijdens de kennismaking, wordt duidelijk gemaakt wat de kosten zijn van de interventie ook wordt gekeken of de materialen en voorzieningen beschikbaar zijn. Als deze **financiële middelen** en de **materialen en voorzieningen** beschikbaar zijn, dan gaat de interventie van start. Omdat de leerkrachten weinig extra **tijd** hebben, vindt de scholing voornamelijk plaats tijdens de beweeglessen. Hierdoor

verliezen ze geen extra tijd. De tijd die ze voornamelijk kwijt zijn is voor de introductie cursus, de workshop, de evaluatiemomenten en de extra cursussen. Dit is ongeveer 9 uur in 3 jaar tijd. Het Bewegend Kind stelt per school 1 of 2 **coördinatoren** aan die als aanspreekpunt gelden. Alle leerkrachten hebben de inloggegevens van het digitaal platform waarop de volledige methode is uitgewerkt. Daarnaast heeft elke leerkracht het werkboek ontvangen. Zodoende is alle **informatie over het gebruik van de interventie beschikbaar** voor de leerkracht. De directie en leerkrachten krijgen feedback over de voortgang van de implementatie door de evaluatiemomenten die in het jaar gehouden worden.

Invoeringsstrategie

Fleuren e.a., 2012 laat zien dat het zinvol is op een aantal stappen altijd uit te voeren.

1. Voorlichting
2. Instructie/ scholing/ training
3. Uitwisselen van ervaring/ feedback
4. Ondersteuning / helpdesk

Innovatieproces

Het innovatie proces wordt grofweg ingedeeld in 4 fases; verspreiding, adoptie, implementatie en continuering. De fases lopen in elkaar over, ze worden bij Het Bewegend Kind niet als gekaderde fases weggezet. Aan de hand van de determinantenanalyse en de invoeringsstrategie is Het Bewegend Kind als volgt opgezet (zie ***aanpak van de interventie, blz. 8***):

- Spreiding
De werving (fase 1) zorgt ervoor de desbetreffende mensen weten van het bestaan van Het Bewegend Kind.
- Adoptie
Verkenning met de school (fase 2) zorgt ervoor dat de school een beslissing van deelname gaat maken
- Implementatie
Bepaling van positie bewegen binnen de school (fase 3) en **Implementatie: Opleidingen voor leerkrachten (fase 4)** worden ingezet voor een goede implementatie van de interventie.
- Continuering
Borging (fase 5) is zo ingevuld dat er een continuering plaats vindt van Het Bewegend Kind op de basisscholen.