Rapportage Ben Bizzie Monitor Basisschool Den Doelhof Meijel

augustus 2018

INHOUDSOPGAVE

Samenvatting	3
1. Inleiding	4
2. Onderzoeksopzet	5
3. Onderzoeksresultaten	6
4. Conclusie en aanbevelingen	18

SAMENVATTING

DAGELIJKS WATER DRINKEN	70%
DAGELIJKS ZOETE DRANK DRINKEN	31%
DAGELIJKS ONTBIJTEN	91%
DAGELIJKS GROENTEN ETEN	45%
DAGELIJKS FRUIT ETEN	52%
DAGELIJKS TE VOET OF MET FIETS NAAR SCHOOL	74%
MINSTENS 4 DAGEN PER WEEK BUITEN SPELEN	45%
DAGELIJKS MINIMAAL 1 UUR PER DAG BEWEGEN	37%

MINIMAAL 12X PER JAAR SPORTEN	95%
WEKELIJKS SPORTEN	87%
LID VAN SPORTVERENIGING	71%
BESCHIKKING OVER TENMINSTE 1 ZWEMDIPLOMA	98%
POSITIEVE WAARDERING GYMLESSEN	85%
BEKENDHEID NASCHOOLSE ACTIVITEITEN	25%
WILLEN DEELNEMEN NASCHOOLSE ACTIVITEITEN	23%

1. INLEIDING

Via Ben Bizzie wordt op en rondom het Kindcentrum in Meijel een impuls gegeven aan sporten, bewegen en een gezonde leefstijl. Dit gebeurt sinds mei 2018. Kinderen in Meijel krijgen de mogelijkheid om te leren hoe ze zich sportief en gezond kunnen ontwikkelen met behulp van een doorgaand en breed sportief aanbod.

Er wordt ingezet op het creëren van een kwalitatief hoog sport- en beweegaanbod voor alle basisschoolleerlingen, bieden van ondersteuning aan de groepsleerkrachten bij bewegingsonderwijs, zorgen voor een beweegimpuls op en rondom de school en leggen van verbindingen met sportverenigingen en lokale organisaties.

Om inzichtelijk te maken wat de resultaten en effecten van de inzet van Ben Bizzie Meijel zijn, voeren we een monitor uit. In juni 2018 is een nulmeting uitgevoerd om de huidige situatie in kaart te brengen. Hierbij is aandacht voor sporten, bewegen en een gezonde leefstijl. De resultaten van deze nulmeting worden in dit rapport beschreven.

Aan het eind van het project wordt een vervolgmeting uitgevoerd. Op basis hiervan kunnen we concluderen of Ben Bizzie Meijel heeft bijgedragen aan een sportievere en gezondere leefstijl bij de kinderen. We krijgen inzicht in de effecten en resultaten van de inzet van de beweegcoaches en de door hen georganiseerde/uitgevoerde activiteiten.

Na deze inleiding wordt in hoofdstuk 2 de onderzoeksopzet beschreven. De resultaten van het onderzoek komen aan bod in hoofdstuk 3. In hoofdstuk 4 worden de conclusies beschreven. Op basis hiervan zijn in dit hoofdstuk ook een aantal aanbevelingen geformuleerd voor de (vervolg)inzet van Ben Bizzie.

2. ONDERZOEKSOPZET

2.1 Doelstellingen

De doelstellingen in dit onderzoek zijn:

1. De huidige situatie van kinderen in Meijel op het gebied van sport, bewegen en een gezonde leefstijl in kaart brengen.
2. Een basis leggen om de effecten en resultaten die behaald worden via inzet van de beweegcoaches op een betrouwbare manier te meten.

2.2 Onderzoeksopzet en dataverzameling

Het onderzoek is kwantitatief van aard en digitaal uitgevoerd. Via een internetlink hebben respondenten toegang gehad tot de vragenlijsten. De digitale vragenlijst bestond uit gesloten vragen. Door middel van een aantal open vragen is de gelegenheid gegeven eventuele ervaringen te vermelden.

Het onderzoek is grotendeels uitgevoerd conform de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO). Hierdoor kunnen de uitkomsten vergeleken worden met de resultaten in andere gemeenten en met de landelijke situatie.

Het onderzoek is op de school uitgevoerd. De groepen 5 t/m 8 (bovenbouw) hebben hieraan deelgenomen en hebben de vragenlijst zelf ingevuld. De vragenlijsten zijn in juni 2018 door de kinderen ingevuld.

In totaal bestaat de bovenbouw uit 286 leerlingen. Vrijwel alle leerlingen van groep 5 t/m groep 8 hebben de vragenlijsten ingevuld. Een aantal ingevulde vragenlijsten was echter niet volledig. Er hebben uiteindelijk 279 leerlingen succesvol deelgenomen aan het onderzoek. Er is daardoor sprake van een betrouwbaarheidsniveau van 99% en een foutenmarge van 2% binnen dit onderzoek.. Dit is bijzonder hoog (standaardpercentages zijn 95% en 5%). De resultaten kunnen daardoor als representatief en betrouwbaar worden beoordeeld.

2.3 Onderwerpen vragenlijst

De volgende onderwerpen zijn opgenomen in de vragenlijst:

- Drinkgewoonten (Water / Zoete drank)
- Eetgewoonten (Ontbijt / Groente / Fruit)
- Bewegen en sporten
- Zwemvaardigheid
- Gymlessen en naschoolse activiteiten

3. ONDERZOEKSRESULTATEN

1.
ALGEMENE GEGEVENS

2.
DRINKGEWOONTEN

3.
EETGEWOONTEN

4.
BEWEGEN

5.
SPORTEN

6.
ZWEMVAARDIGHEID

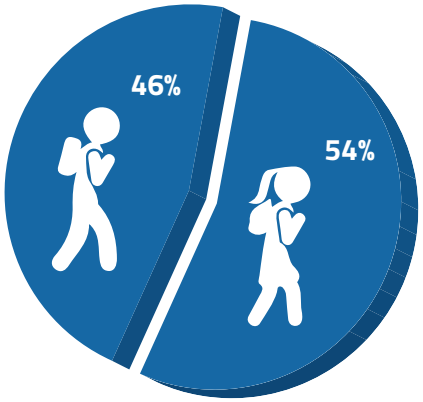
7.
GYMLESSEN

8.
NASCHOOLSE ACTIVITEITEN

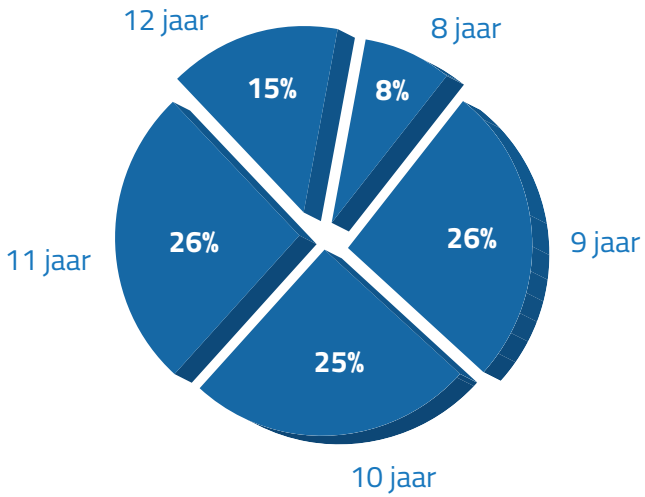
3.1 ALGEMENE GEGEVENS

In totaal hebben 279 leerlingen uit de groepen 5 t/m 8 van basisschool Den Doelhof deelgenomen aan het onderzoek. Onderstaande kenmerken geven een beeld van het profiel van de kinderen. Er is gevraagd naar: geslacht, leeftijd, school, groep en afkomst. In onderstaande tabellen worden de algemene kenmerken van de leerlingen weergegeven.

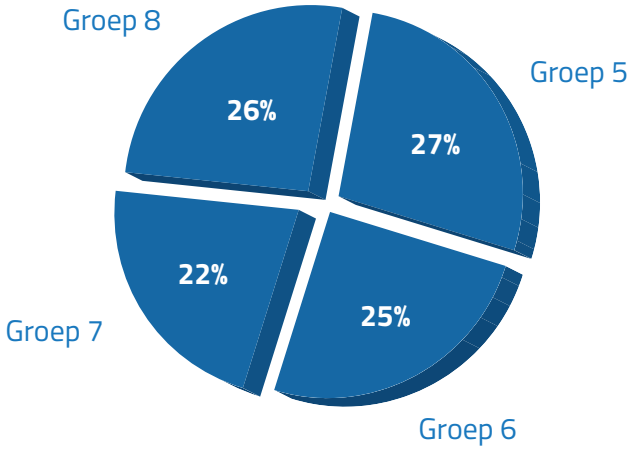
GESLACHT



LEEFTIJD



GROEP



3.2 DRINKGEWOONTEN

Water

In dit onderzoek zijn vragen opgenomen over de gezonde leefstijl van de kinderen. Daarbij is onder andere gevraagd naar de drinkgewoonten van kinderen. Gemiddeld drinkt 70% van de leerlingen van groep 5 t/m 8 dagelijks water (of thee zonder suiker). Een zeer kleine groep leerlingen in de bovenbouw drinkt (bijna) nooit water (2%).

Meisjes drinken over het algemeen vaker water dan jongens. Dagelijks drinkt 72% van de meisjes water en 67% van de jongens.

De meeste kinderen drinken gemiddeld 2 glazen water of thee zonder suiker per dag (29%).

Zoete dranken

Uit het onderzoek is gebleken, dat 31% van de leerlingen in groep 5 t/m 8 dagelijks zoete drank drinkt. Een klein aantal leerlingen drinkt (bijna) nooit zoete drank (8%).

Leerlingen uit groep 8 (40%) drinken gemiddeld vaker dagelijks zoete dranken dan leerlingen uit de andere groepen (28%). Verondersteld wordt dat naarmate kinderen ouder worden, zij vaker zelf mogen bepalen wat zij drinken.

Jongens (37%) drinken vaker dagelijks zoete drank dan meisjes (26%). Ook drinken meisjes gemiddeld minder glazen zoete drank per dag. 52% van de meisjes en 36% van de jongens drinkt gemiddeld 0-1 glas zoete drank per dag. Jongens drinken vaker meerdere glazen zoete drank per dag.

De meeste leerlingen drinken gemiddeld één of twee glazen per dag (71%). Toch drinkt 15% van de leerlingen vier of meer glazen zoete drank per dag.

AANTAL DAGEN PER WEEK WATER

(Bijna) nooit	2%
1 dag	3%
2 dagen	3%
3 dagen	4%
4 dagen	5%
5 dagen	8%
6 dagen	5%
Elke dag	70%

AANTAL DAGEN PER WEEK ZOETE DRANK

(Bijna) nooit	8%
1 dag	7%
2 dagen	16%
3 dagen	10%
4 dagen	12%
5 dagen	9%
6 dagen	7%
Elke dag	31%

3.3 EETGEWOONTEN

Ontbijten

Veel leerlingen van groep 5 t/m 8 ontbijten dagelijks (91%). Dit betekent ook dat 9% van de leerlingen niet iedere dag van de week ontbijt. 2% van de leerlingen ontbijt (bijna) nooit.

Op basis van geslacht zijn geen verschillen waarneembaar. Als de resultaten per groep worden vergeleken valt op dat leerlingen uit groep 8 (86%) en 6 (87%) minder vaak dagelijks ontbijten dan leerlingen uit groep 7 (97%) en 6 (93%).

AANTAL DAGEN PER WEEK ONTBIJTEN PER GROEP

(Bijna) nooit	2%
1 dag	0%
2 dagen	1%
3 dagen	0%
4 dagen	1%
5 dagen	2%
6 dagen	3%
Elke dag	91%

Groente en fruit

Groente

Aan leerlingen is gevraagd hoe vaak per week zij groente eten. 45% van de leerlingen eet dagelijks groente. 84% van de leerlingen eet minimaal vijf dagen per week groente. 1% van de leerlingen eet (bijna) nooit groente.

Meisjes (47%) eten iets vaker dagelijks groente dan jongens (43%). Naarmate de leerlingen ouder worden, eten zij vaker dagelijks groente. In groep 5 eet 21% van de leerlingen dagelijks groente. In groep 8 is dit 36%.

Fruit

Dagelijks fruit eten doet 52% van de leerlingen van groep 5 t/m 8. 79% van de leerlingen van groep 5 t/m 8 eet minimaal vijf dagen per week fruit. 3% van de leerlingen eet (bijna) nooit fruit.

Meisjes (57%) eten aanzienlijk vaker dagelijks fruit dan jongens (47%). Het aantal jongens dat (bijna) nooit fruit eet (6%) is hoger dan het aantal meisjes (1%).

Naarmate leerlingen ouder worden, eten zij vaker dagelijks fruit. Opvallend is echter dat leerlingen in groep 8 het minst vaak dagelijks fruit eten.

GROENTECONSUMPTIES PER WEEK

(Bijna) nooit	1%
1 dag	1%
2 dagen	1%
3 dagen	3%
4 dagen	8%
5 dagen	13%
6 dagen	28%
Elke dag	45%

FRUITCONSUMPTIES PER WEEK

(Bijna) nooit	3%
1 dag	2%
2 dagen	4%
3 dagen	3%
4 dagen	9%
5 dagen	16%
6 dagen	11%
Elke dag	52%

3.4 BEWEGEN

In deze paragraaf wordt aandacht besteed aan de mate waarin kinderen uit Meijel in beweging zijn. Er is onderscheid gemaakt tussen de beweegdeelname volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB), bewegen op weg naar school en buitenspelen.

Beweegdeelname

De NNGB schrijft voor dat kinderen tot en met 18 jaar dagelijks minimaal 60 minuten per dag matig intensief moeten bewegen ter bevordering van de gezondheid. Tot matig intensief bewegen behoort niet alleen sporten, maar ook (stevig) wandelen (bijv. hond uitlaten) en fietsen. 37% van de kinderen beweegt dagelijks minimaal 60 minuten per dag en voldoet daarmee aan de beweegnorm.

Jongens (46%) voldoen dagelijks aanzienlijk vaker aan de beweegnorm dan meisjes (29%).

Daarnaast valt op dat leerlingen uit groep 5 (44%) vaker dagelijks voldoen aan de beweegnorm dan oudere leerlingen (34%). Naarmate leerlingen ouder worden, bewegen zij dus minder.

AANTAL DAGEN MET MINIMAAL ÉÉN UUR BEWEGEN PER WEEK

(Bijna) nooit	1%	1%	1%
1 dag	2%	3%	1%
2 dagen	6%	7%	5%
3 dagen	8%	8%	9%
4 dagen	17%	15%	18%
5 dagen	11%	7%	15%
6 dagen	9%	6%	12%
7 dagen	37%	46%	29%
Weet ik niet	9%	7%	10%

Vervoer naar school

De leerlingen is gevraagd hoe vaak zij lopend of met de fiets naar school gaan. Het merendeel van de leerlingen (74%) gaat vijf dagen per week lopend of met de fiets naar school. Een kleine groep leerlingen uit de bovenbouw doet dit (bijna) nooit (3%).

Wanneer op basis van groep wordt vergeleken in welke mate leerlingen lopend of met de fiets naar school gaan, valt op dat leerlingen naarmate ze ouder worden steeds vaker lopend of fietsend naar school gaan. 88% van de leerlingen uit groep 8 gaat iedere dag fietsend of lopend naar school tegenover 56% van de leerlingen uit groep 5. Verondersteld wordt dat kinderen naarmate ze ouder worden vaker zelfstandig naar school kunnen.

AANTAL DAGEN LOPEND OF FIETSEN NAAR SCHOOL PER WEEK PER SCHOOL

		gr5	gr6	gr7	gr8
(Bijna) nooit	3%	7%	3%	2%	0%
1 dag	1%	5%	0%	0%	0%
2 dagen	3%	7%	3%	0%	0%
3 dagen	7%	10%	12%	6%	0%
4 dagen	12%	15%	13%	5%	12%
Elke dag	74%	56%	69%	87%	88%

BEWEGEN (vervolg)

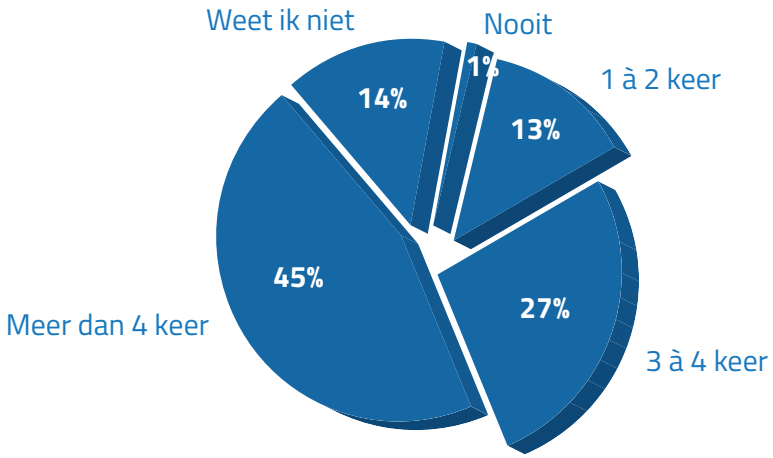
Buiten spelen

Deze paragraaf heeft betrekking op het buitenspeelgedrag van leerlingen uit Meijel. Aan de leerlingen is gevraagd in welke mate zij gemiddeld per week buiten spelen. Uit het onderzoek blijkt dat 45% van de leerlingen vaker dan 4 keer per week buiten speelt. 27% van de leerlingen geeft aan 3 tot 4 keer per week buiten te spelen en 13% van de leerlingen speelt 1 tot 2 keer per week buiten. Ongeveer 1% van de leerlingen geeft aan nooit buiten te spelen en 14% van de leerlingen geeft aan niet te weten hoe vaak hij/zij buiten speelt.

Kijkend naar het geslacht wordt zichtbaar dat jongens vaker buitenspelen dan meisjes. Naarmate leerlingen ouder worden blijken zij minder vaak buiten te spelen. 60% van de leerlingen in groep 5 speelt meer dan vier keer per week buiten tegenover 23% van de leerlingen in groep 8. Verondersteld wordt dat andere bezigheden, zoals gamen en tv kijken, interessanter worden naarmate kinderen ouder worden.

59% van de leerlingen ervaart de speelplaatsen in de buurt/wijk als (heel erg) leuk. 37% van de leerlingen geeft aan de speelplaatsen 'normaal' te vinden en 3% van de leerlingen geeft aan de speelplaatsen (helemaal) niet leuk te vinden. 1% van de leerlingen geeft aan het antwoord niet te weten. De speelplaatsen worden door meisjes positiever ervaren dan door jongens, terwijl jongens vaker buitenspelen dan meisjes.

AANTAL KEREN BUITENSPELEN NA SCHOOLTIJD PER WEEK



3.5 SPORTEN

Sportdeelname en sportfrequentie

Om de sportdeelname van de kinderen naast het dagelijks bewegen te meten, is de vraag gesteld of ze buiten schooltijd nog aan sport doen. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO). Deze richtlijn verstaat onder sportdeelname het percentage leerlingen dat minimaal twaalf keer per jaar een sport beoefent. 95% van de leerlingen in de bovenbouw heeft aangegeven minimaal twaalf keer per jaar aan sport te doen. Landelijk gezien voldoet 91% van de kinderen tussen 6 en 11 jaar aan de norm voor sportdeelname (Collard en Pulles, 2014).

Jongens (97%) voldoen vaker aan de norm voor sportdeelname dan meisjes (93%). Naarmate leerlingen ouder worden, doen zij minder aan sport.

82% van de kinderen in Nederland van 8 tot en met 12 jaar sport wekelijks (RIVM/CBS, 2015). In Meijel geeft 87% van de leerlingen in de bovenbouw aan wekelijks te sporten. Dit percentage ligt hoger dan het landelijk gemiddelde.

Sportvoorkeuren

Leerlingen konden aangeven welke sport(en) zij beoefenen. Veruit de meeste leerlingen doen aan voetbal (40%), gevolgd door volleybal (30%), danssport (14%) en tennis (13%). Landelijk gezien zijn voetbal, hockey en turnen/gymnastiek de populairste sporten onder kinderen van 8 tot en met 12 jaar. In de tabel hiernaast worden de 10 populairste sporten van de leerlingen in Meijel weergegeven.

Bij jongens is voetbal de populairste sport (67%) en bij meisjes volleybal (45%). Zie hieronder de top 5 voor jongens en meisjes:

Jongens

1.	Voetbal	67%
2.	Zaalvoetbal	20%
3.	Judo	13%
4.	Volleybal	12%
5.	Tafeltennis	12%

Meisjes

1.	Volleybal	45%
2.	Danssport	26%
3.	Voetbal	17%
4.	Zwemsport	15%
5.	Paardensport	13%

POPULAIRSTE SPORTEN LEERLINGEN

Veldvoetbal	40%
Volleybal	30%
Danssport	14%
Tennis	13%
Skeeleren / Skaten	11%
Zwemsport (excl. waterpolo)	10%
Judo	10%
Zaalvoetbal	10%
Hardlopen / Joggen	9%
Gymnastiek / Turnen	8%

SPORTEN (vervolg)

Organisatievorm

Deze paragraaf geeft antwoord op de vraag waar sportende leerlingen hun sport beoefenen. Dit kan bijvoorbeeld zijn bij een sportvereniging, bij een dansschool, manege, zwembad of sportschool, thuis en/of op straat. De leerlingen konden meerdere antwoorden invullen, waardoor het percentage boven 100% uitkomt.

74% van de sportende leerlingen doet aan sport bij een sportvereniging. Inclusief niet-sporters is 71% van het totaal aantal leerlingen lid van een sportvereniging. De sportvereniging blijft daarmee voor deze doelgroep veruit de belangrijkste aanbieder van sport. In vergelijking met landelijke cijfers (74%) zijn kinderen in Meijel iets minder vaak lid van een sportvereniging.

15% van de leerlingen sport bij een commerciële aanbieder (dansschool/manege/fitness/zwembad). Dit percentage is iets lager dan het landelijk gemiddelde (20%) (SCP, 2015).

Daarnaast sport 39% van de leerlingen thuis of op straat en doet 13% van de leerlingen mee aan de activiteiten van SamSam/Ben Bizzie.

ORGANISATIEVORM SPORTERS

Jongens sporten in vergelijking met meisjes vaker bij een sportvereniging. Daarentegen sporten de meisjes vaker bij een dansschool, fitnesscentrum of manege in vergelijking met de jongens.

Naarmate leerlingen ouder worden, sporten zij vaker bij een sportvereniging en vaker thuis of op straat. Andersom valt op dat leerlingen naar mate ze ouder worden minder vaak meedoen aan activiteiten van SamSam/Ben Bizzie.

Redenen om te sporten

De meeste kinderen sporten vooral omdat het leuk is (86%). Een grote groep geeft ook aan dat ze sporten omdat het gezond is (68%). Daarnaast zijn ook het in conditie blijven (37%) en het goed zijn in sport (26%) belangrijke redenen om te sporten. De tabel hieronder geeft de meest populaire redenen weer waarom de leerlingen in Meijel aan sport doen.

REDENEN OM AAN SPORT TE DOEN

SPORTEN (vervolg)

Niet sporten

In deze paragraaf wordt ingegaan op (de motieven van) de niet-sporters. 5% van de leerlingen van groep 5 tot en met groep 8 voldoet niet aan de sportdeelname.

De niet-sporters kregen de vraag wat de belangrijkste reden was om niet (meer) te sporten. De antwoorden op deze vragen lopen zeer uiteen. 'Ik vind sporten niet leuk' is het antwoord dat het vaakst door leerlingen die niet sporten, is gegeven.

80% van de niet-sportende leerlingen geeft aan in de toekomst wel (weer) te willen sporten. De andere leerlingen (20%) geven aan dit niet te willen. De redenen die de niet-sporters hebben om toch (weer) te gaan sporten worden in de tabel hiernaast weergegeven. De meest genoemde redenen om weer te gaan sporten zijn omdat het leuk is (63%) en vanwege de gezondheid (50%). Bij deze vragen was het mogelijk meerdere antwoorden in te vullen.

REDEN OM WEER TE GAAN SPORTEN

Omdat het gezond is	63%
Omdat het leuk is	50%
Om in conditie/op gezond gewicht te komen/blijven	13%
Omdat ik goed ben in sport	13%
Om met vrienden samen te zijn	13%
Omdat het een uitdaging of iets nieuws is	13%
Om ergens bij te horen	0%
Om populair te zijn	0%
Om gespierd te worden	0%
Om anderen te laten zien wat ik kan	0%
Weet ik niet	25%
Anders	0%

3.6 ZWEMVAARDIGHEID

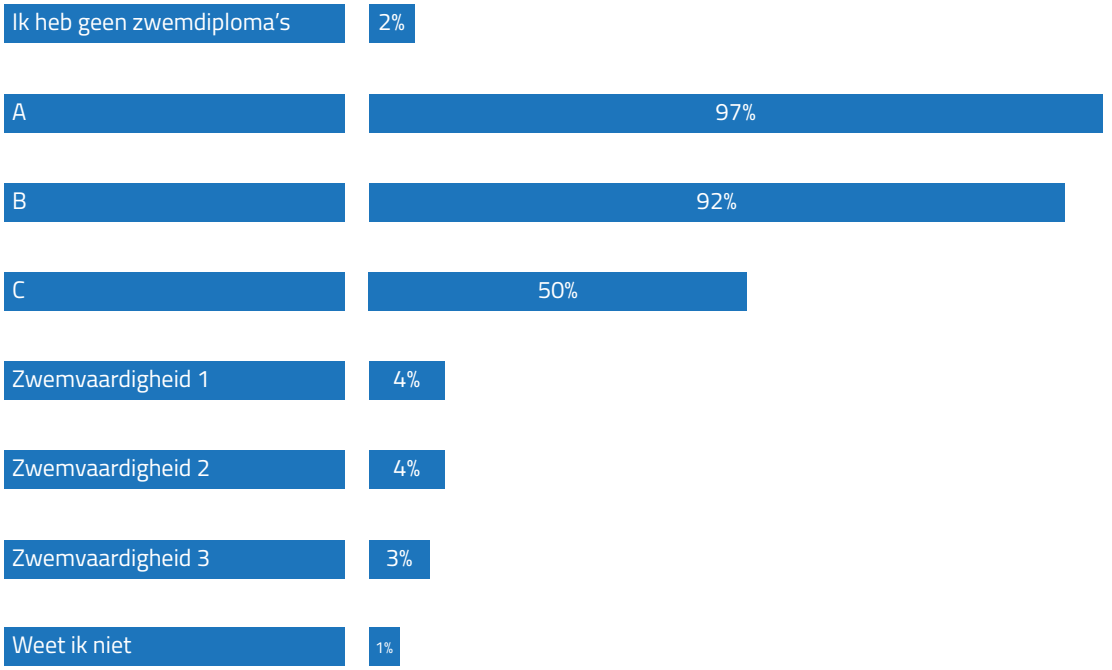
98% van de leerlingen in de bovenbouw heeft de beschikking over een zwemdiploma. Landelijk gezien beschikt 94% in deze doelgroep over een zwemdiploma. In het overzicht hiernaast wordt de mate van behaalde zwemdiploma's weergegeven.

Ook een zeer groot deel van de leerlingen (92%) beschikt over zwemdiploma B. Het aantal leerlingen met zwemdiploma C ligt aanzienlijk lager. De helft van de leerlingen beschikt over het volledige zwem-ABC. Landelijk beschikt 38% van de doelgroep over zwemdiploma C.

Qua geslacht valt op dat meisjes vaker over zwemdiploma C en Zwemvaardigheid beschikken dan jongens. Een verklaring hiervoor is dat relatief gezien meer meisjes dan jongens aan zwemsport doen.

Qua leeftijd zijn geen grote verschillen zichtbaar. Alleen opvallend is dat leerlingen uit groep 5 vaker dan andere groepen over het diploma Zwemvaardigheid beschikken.

AANTAL ZWEMDIPLMA'S

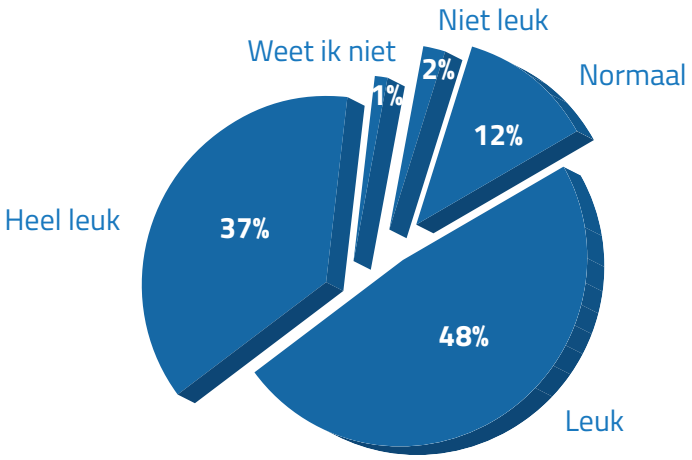


3.7 GYMLESSEN

Aan de leerlingen is gevraagd in welke mate zij tevreden zijn over de gymlessen die zij op school krijgen. 85% van de leerlingen in Meijel geeft aan de gymlessen (heel erg) leuk te vinden. 12% beoordeelt de gymlessen als normaal en 2% vindt de gymlessen (helemaal) niet leuk. 1% van de leerlingen geeft aan het antwoord niet te weten. De resultaten worden in de figuur hiernaast weergegeven.

Qua geslacht is er weinig verschil in de waardering van gymlessen. Naarmate leerlingen ouder worden ervaren zij de gymlessen minder leuk. 89% van de leerlingen in groep 5 vindt de gymlessen (heel erg) leuk tegenover 70% van de kinderen in groep 8.

TEVREDENHEID GYMLESSEN



3.8 NASCHOOLSE ACTIVITEITEN

In Meijel worden via SamSam/Ben Bizzie diverse naschoolse activiteiten georganiseerd voor kinderen. Er is aan de kinderen gevraagd of ze hier bekend mee waren en of ze mee zouden willen doen.

25% van de leerlingen is bekend met het aanbod van naschoolse activiteiten via SamSam/Ben Bizzie. Jongens (31%) zijn vaker bekend met het aanbod dan meisjes (20%). Leerlingen uit groep 5 en 6 zijn meer bekend met het aanbod dan leerlingen uit groep 7 en 8.

23% van de leerlingen geeft aan deel te willen nemen aan de naschoolse activiteiten. 29% van de leerlingen geeft aan niet deel te willen nemen en 48 % van de leerlingen geeft aan dit niet te weten.

Meisjes willen vaker deelnemen aan de naschoolse activiteiten dan jongens. Leerlingen uit groep 5 en 6 willen vaker deelnemen aan de activiteiten dan leerlingen uit groep 7 en 8.

Tevens is gevraagd met welke sporten de kinderen kennis willen maken. Hieronder wordt de top 10 weergegeven:

1.	Paardensport	22%
2.	Gymnastiek/Turnen	20%
3.	Volleybal	19%
4.	Hockey	18%
5.	Atletiek	16%
6.	Voetbal	16%
7.	Zwemsport	14%
8.	Basketbal	13%
9.	Tennis	12%
10.	Vecht- en verdedigingssporten	12%

4. CONCLUSIES EN AANBEVELINGEN

In dit hoofdstuk worden enkele conclusies en aanbevelingen voor het vervolg van Ben Bizzie beschreven.

Gezonde leefstijl

Wat zien we:

- Dagelijks water drinken is nog niet voor iedereen vanzelfsprekend. Naarmate leerlingen ouder worden drinken zij steeds meer zoete drankjes.
- Ongeveer 1 op de 10 kinderen ontbijt niet dagelijks.
- Ongeveer de helft eet dagelijks fruit en groente.

Wat gaan/kunnen we doen:

- Ontwikkelen van een Ben Bizzie 'gezondheidsboek' of 'gezondheidsflyer', met informatie over gezond eten en drinken.
- Onderzoeken of er een 'watertap' in of rondom de school geplaatst kan worden om water drinken te bevorderen.
- Stimulering van gezonde voeding een rol geven in de pauzesport en de naschoolse activiteiten.
- In samenwerking met de Groenteboerderij een 'groente en fruit' project opzetten en uitvoeren.
- Project 'Gezondste klas van de school' opzetten op basis van de meegenomen lunch door de leerlingen.

Sporten en bewegen

Wat zien we:

- Leerlingen in Meijel sporten over het algemeen vaak (95%).
- Vrijwel alle niet-sportende leerlingen geven aan in de toekomst wel graag te willen sporten.
- Minder dan 4 op de 10 kinderen beweegt een uur per dag.
- Buitenspelen wordt minder vaak gedaan en minder leuk gevonden naarmate leerlingen ouder worden.

Wat gaan/kunnen we doen:

- Gerichte aandacht voor de niet-sportende leerlingen op school.
- Door de inzet van pauzegym en naschoolse activiteiten de beweegdeelname van leerlingen verhogen. Daarbij de input van (oudere) kinderen vragen om aanbod beter te laten aansluiten bij hun behoeften.
- In pauzegym en in de naschoolse activiteiten aandacht besteden aan nieuwe en leuke vormen voor kinderen om zelf meer buiten te bewegen en te spelen.
- Niet-sportende leerlingen stimuleren om deel te nemen aan activiteiten en door te leiden naar bestaand aanbod, zoals een sportvereniging.

Gymlessen en naschoolse activiteiten

Wat zien we:

- Naarmate leerlingen ouder worden, wordt de gymles als minder leuk ervaren.
- De bekendheid en deelname van de naschoolse activiteiten is laag.

Wat gaan/kunnen we doen:

- De methodes voor het bewegingsonderwijs kritisch bekijken en waar mogelijk aanpassen.
- Door middel van Juniorlab (groep 7/8) leerlingen mee laten denken over de 'ideale' gymles en de 'ideale' naschoolse activiteit.
- Het aanbod van de naschoolse activiteiten afstemmen op de sportvoorkeuren en 'kennismakingswensen'.
- Naschoolse activiteiten via de communicatiekanalen van school, kinderopvang en Ben Bizzie beter onder de aandacht brengen.