Pointer podcast, radio- en tv-aflevering: Rennen op de gang

Pointer onderzoekt hoe en wie kinderen nog aan het bewegen krijgt

Is er een mooier geluid dan kinderen die buitenspelen? Dat geluid wordt steeds zachter. Kinderen bewegen minder en dat is gevaarlijk voor hun gezondheid en welbevinden. Er zijn 400.000 kinderen met overgewicht. Neuropsycholoog Erik Scherder wil dat er nú iets gebeurt, maar stuit in politiek Den Haag op weerstand. Hij denkt serieus na over een laatste redmiddel: een rechtszaak tegen de staat. Vakleerkracht Nick Keijser hoopt ondertussen dat bewegen op alle scholen de norm wordt. Een zogenaamde dynamische schooldag. En Daan (8) en Duuk (11) voeren hun eigen strijd tegen de kilo's. In deze podcast en tv aflevering volgt Pointer vier mannen op hun missie, gaat het ze lukken? | Redactie

Kinderen bewegen steeds minder. Niet omdat ze niet willen, maar omdat het leven eromheen druk is. Ouders met volle agenda's, schermen die verleiden en schooldagen die vol zitten. Daardoor zitten zij minder lekker in hun vel en hebben ze op latere leeftijd een hogere kans op gezondheidsproblemen. Hoe keren we het tij? Journalistiek onderzoeksplatfom Pointer (KRO-NCRV) gaat in een podcast, radio- en tv-uitzending en een reeks online publicaties op zoek naar hoe we dit patroon kunnen doorbreken.

Smartphones, fatbikes en veel stilzitten op school. Kinderen bewegen steeds minder, waardoor ze grote problemen kunnen krijgen in de toekomst. Al in 2012 werd er gesproken over een pandemie van beweegarmoede. Jaar na jaar wijzen organisaties op de desastreuze gevolgen voor de volksgezondheid. Nu al zien kinderartsen een toename van diabetes type 2 en leververvetting onder jongeren. Volgens het RIVM zal, als onze leefstijl niet verandert, in 2050 64 procent van de Nederlanders overgewicht hebben. Die stijging is het sterkst onder kinderen en jongvolwassenen. In het onderwijs zitten de meeste kinderen te veel en te lang achter elkaar stil. Dat is een gemiste kans want kinderen bewegen van nature graag en komen beter tot leren als zij even mogen bewegen.

Waarom zijn we langzaam tot stilstand gekomen? Wat is er nodig om kinderen weer te laten bewegen op en na schooltijd? In de vijfdelige podcast Rennen op de gang volgt Pointer basisschoolleerlingen, leerkrachten en deskundigen in hun strijd om kinderen in beweging te krijgen.

Hoogleraar neuropsychologie Erik Scherder is ervan overtuigd dat nú ingrijpen cruciaal is om een generatie kinderen gezonder te laten opgroeien. Maar wat doe je als je al decennialang waarschuwt en er structureel weinig verandert? Dan neem je een opmerkelijke stap om actie in gang te zetten. Pointer volgt zijn vasthoudendheid en strijd achter de schermen. Moet de overheid bewegen gaan afdwingen, als de gezondheid van kinderen en jongeren zichtbaar achteruitgaat?

Vakleerkracht Nick Keijser en groep 7 van De Waterhof in Delft laten zien dat het ook anders kan. Op deze school is bewegen geen bijzaak,



maar een vast onderdeel van het onderwijsconcept. Er is een dynamische schooldag. Een schooldag met een bewuste afwisseling tussen zittend leren en bewegen. Hoe komt het dat het deze school wel lukt om kinderen meer te laten bewegen?

Daan en Duuk doen mee aan een leefstijlprogramma om af te vallen. Ze krijgen, samen met hun ouders, iedere dinsdag twintig weken les in voeding, slapen en bewegen. Gaat het hen lukken om meer te bewegen?

Podcast, radio, tv en online
Pointer volgt de strijd van Erik Scherder om de overheid in beweging te brengen, de strijd van Daan en Duuk om in beweging te komen en de strijd van vakleerkracht Nick om kinderen op scholen meer te laten bewegen. Deze ervaringen kwamen aan bod in de vijfdelige podcast serie Rennen op de gang, de Pointer radio-uitzending van zaterdag 2 mei op NPO Radio 1, de tv-uitzending op donderdagavond 7 mei op NPO 2 en in diverse online artikelen en video's.

Toelichting vijf podcast afleveringen

Podcast 1 Tot hier en niet verder
De onvermijdelijke Erik Scherder lijkt altijd opgewekt als hij weer eens op tv verschijnt met zijn boodschap dat bewegen zo goed is voor ons brein. Maar achter dat opgewekte zit frustratie. Het gaat om de kinderen, die worden verleid door het scherm en spelen veel minder buiten. En het kabinet? Dat laat het gebeuren. In Den Haag zitten ze niet zo te wachten op Scherder. Hij denkt na over een laatste redmiddel: een rechtszaak tegen de staat. Er moet nú iets gebeuren.

Podcast 2 Ik wil niet in de kou lopen
Daan (8) en Duuk (11) zijn 'wat breder'. En dus doen ze mee aan een programma om af te vallen. In de eerste les stellen ze een doel. Erik Scherder geeft het ministerie nog één kans om in gesprek te gaan, voor hij de juridische weg bewandelt. Nick laat zien dat bewegen veel meer is dan een simpel lesje beweegonderwijs.

Podcast 3 Waar is Nick?
"Ik ben Mila en dit is de juniorcoachshow. Ik neem jullie gezellig mee tijdens het regelen van het bewegen." De kinderen van groep 7 op De Waterhof leren beter te bewegen en met elkaar samen bewegen en Mila blijkt een natuurtalent als juniorcoach. Erik Scherder heeft een organisatie nodig voor zijn rechtszaak, gaat Defence for Children meedoen? Als zij afhaken, is al het werk van Erik voor niets geweest. Duuk gaat naar de sportschool. Dat doet hij om af te vallen, maar of ie het ook echt leuk vindt... En meester Nick is door privéomstandigheden even afwezig op De Waterhof. Wat gebeurt er met de dynamische schooldag als Nick er niet is?

Podcast 4 Kom je buiten spelen?
Op de Waterhof is er tijdens het buitenspelen een breed aanbod van beweegactiviteiten. Gymleraar Nick legt uit wat voor visie erachter zit. Daan gaat samen met Benjamin voetballen. Daan moest van de fysiotherapeut drie keer in de week rennen, maar dat heeft hij niet één keer gedaan. Saai. Voetballen is wél leuk. Zeker als het buiten kan. Erik Scherder gaat samen met Joga per trein naar de Tweede Kamer in Den Haag. Daar waar beleid wordt gemaakt, maar al 25 jaar komen wetten en regels niet van de grond. Waar komt die tegenwerking vandaan? Erik doet een zoveelste poging om iets te veranderen, met steun van een peloton experts.

Podcast 5 Ik houd mijn mond niet
Er is wat losgekomen na de eerste afleveringen van deze podcast. Nick en Erik krijgen opeens bijval in hun missie om bewegen door de dag heen voor alle kinderen in Nederland te regelen.
Joga en Benjamin zoeken een verklaring voor de voorkeur om lui te zijn en calorierijk voedsel te willen eten, en vragen het ministerie van Onderwijs waarom kerndoel 8 geschrapt is.
Het slotwoord van de laatste aflevering van deze podcast is aan de kinderen.

Scan of klik naar Pointer tv
Wie krijgt kinderen nog in beweging

Scan of klik naar Pointer Radio
Beweeg of je leven

Scan of klik naar de vijf afleveringen van *Pointer Podast*

Scan of klik naar Pointer *Wie krijgt kinderen nog in beweging*