DSP - groep

Onderzoek – Advies – Management

Vmbo-jongeren in beweging?

Evaluatie van de dubbel30 Energy Tour

Marieke de Groot
Paul Duijvestijn



Vmbo-jongeren in beweging?

Evaluatie van de dubbel30 Energy Tour

Amsterdam, 30 augustus 2010

Marieke de Groot
Paul Duijvestijn

Foto omslag:
Panna clinic op het Aloysius College in Den Haag (12 maart 2010) met Soufiane Touzani.

DSP – groep BV
Van Diemenstraat 374
1013 CR Amsterdam
T: +31 (0)20 625 75 37
F: +31 (0)20 627 47 59
E: dsp@dsp-groep.nl
W: www.dsp-groep.nl
KvK: 33176766 A'dam

Inhoudsopgave

1	**Inleiding**	**3**
1.1	Aanleiding	3
1.2	Vraagstelling	3
1.3	Methodische opzet	5
1.4	Leeswijzer	6
2	**Welke scholen doen wel/niet mee?**	**7**
2.1	Wel of geen sportieve scholen?	7
2.2	Bekendheid dubbel30 campagne bij niet deelnemende scholen	8
2.3	Redenen om wel/niet aan te haken	9
3	**Dubbel30 clinic en de beweegweek**	**11**
3.1	Dubbel30 clinic	11
3.2	Beweegweek c.q. activiteiten georganiseerd rondom de clinic	15
3.3	Samenwerking met externe partijen	19
3.4	Kritische succesfactoren	20
4	**Dubbel30 beweegteams**	**21**
4.1	Hoe zien de beweegteams er uit?	21
4.2	Rol en taken van de beweegteams	22
4.3	Wat vinden leerlingen er zelf van?	25
4.4	Kritische succesfactoren	25
5	**Dubbel30 beweegkist en www.dubbel30.nl**	**27**
5.1	Gebruik en waardering onderdelen beweegkist	27
5.2	Gebruik en waardering website www.dubbel30.nl	29
6	**Vervolgacties en effecten**	**31**
6.1	Heeft dubbel30 geleid tot vervolgacties?	31
6.2	Welke vervolgacties hebben er plaatsgevonden?	32
6.3	Effecten van dubbel30 op beweegattitude en –gedrag van leerlingen	33
6.4	Versterking dubbel30 op vmbo	34
7	**Conclusies en aanbevelingen**	**37**
7.1	Conclusies	37
7.2	Aanbevelingen	38
	Dankwoord	**40**

1 Inleiding

1.1 Aanleiding

Meer leerlingen op het voorbereidend middelbaar beroepsonderwijs (vmbo) letterlijk en figuurlijk in beweging krijgen en houden: dat is het doel van de landelijke campagne dubbel30.[1] Dubbel30 vormt onderdeel van de brede campagne 30minutenbewegen, die zich richt op verschillende doelgroepen die te weinig bewegen. Het vmbo is één van die doelgroepen; in 2004 haalde niet meer dan 35 procent van de vmbo-leerlingen de beweegnorm[2].

Dubbel30 Energy Tour en aanverwante onderdelen
Kern van de dubbel30 campagne is de dubbel30 Energy Tour: een rondgang in het schooljaar 2009-2010 langs 49 vmbo-scholen[3], die een sportieve clinic naar keuze krijgen aangeboden (panna, streetdance, breakdance, basketbal rythm). Aanvullend ontvangen de scholen de dubbel30 beweegkist met daarin sport- en spelmateriaal, informatiebrochures, een beweegspel, T-shirts en 150 'beweegpaspoorten'. In ruil daarvoor zeggen de deelnemende scholen toe een beweegweek te organiseren: een schoolweek waarin bewegen en gezonde voeding (balans tussen 'energy in' en 'energy uit') op verschillende manieren en in verschillende vakken centraal staat. In de voorbereiding en organisatie van de beweegweek speelt een aantal leerlingen van de school zelf een actieve rol; zij vormen het zogeheten dubbel30 team. Naast de dubbel30 Energy Tour is er een massamediale campagne, bestaande uit onder meer een landelijke kick-off, de actiegerichte website www.dubbel30.nl en algemene communicatie (nieuwsbrief, posters, brochures) naar alle 750 vmbo-scholen in Nederland.

Structurele inbedding
Het zal duidelijk zijn dat de campagne meer wil zijn dan een eenmalige beweegweek of leuke sportdag. Het achterliggende doel is dat de dubbel30 Energy Tour een begint vormt en een impuls geeft voor een vervolg. Via de website en de dubbel30 beweegkist krijgen scholen informatie over de wijze waarop zij op een structurele manier invulling kunnen geven aan het thema gezondheid en actieve leefstijl. De vraag is in hoeverre dat lukt en onder welke voorwaarden.

1.2 Vraagstelling

In aansluiting op voorgaande luidt de centrale vraag van het onderzoek, dat DSP-groep in opdracht van het NISB heeft uitgevoerd en waar we in dit rapport verslag van doen, als volgt:

'In hoeverre en onder welke voorwaarden kan de dubbel30 Energy Tour fungeren als aanjager om scholen (en leerlingen) letterlijk en figuurlijk in beweging te krijgen?'

Noot 1 Dubbel30 is primair bedoeld voor de eerste drie klassen van het VMBO.
Noot 2 De Nederlandse Norm Gezond Bewegen houdt in minimaal vijf dagen per week minimaal een uur lang matig intensieve beweging. Bron onderzoek: TNO (2004).
Noot 3 Er was plek voor 80 scholen, maar 53 scholen hebben zich aangemeld. Uiteindelijk zijn er nog 4 scholen uitgevallen gedurende het schooljaar en waren er dus 49 participerende scholen.

Het onderzoek moet zicht geven op de effectiviteit van de dubbel30 campagne en de dubbel30 Energy Tour met alle aanverwante onderdelen en materialen.
In het verlengde van de centrale onderzoeksvraag zijn de volgende deelvragen opgesteld:

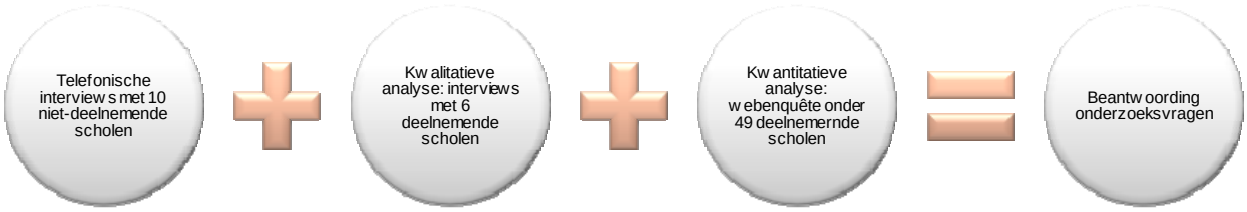
- In welke mate en op welke wijze zijn de verschillende campagneonderdelen ingezet en gebruikt en door wie? Waarom wel/niet?
- Hoe worden de verschillende onderdelen gewaardeerd door de verschillende betrokkenen? Wat hebben zij eraan gehad?
- Hoe geven de scholen invulling aan de voorwaarde om een beweegweek te organiseren en een dubbel30 team op te richten?
- Wat heeft dubbel30 teweeggebracht bij de scholen? Wat zou er zonder dubbel30 anders of niet zijn gebeurd?
- Krijgt dubbel30 op of om de scholen een (structureel) vervolg? Zo ja: op welke wijze?
- Wat is de indruk van leerlingen van dubbel30 en wat voor gevolgen heeft het voor hun sport- en beweeggedrag (exemplarisch)?
- Wat hebben scholen of andere partijen nodig om ervoor te zorgen dat er wel of meer vervolgacties plaatsvinden?
- Welke kritische succesfactoren zijn bepalend voor het al dan niet plaatsvinden van vervolgacties?
- Hoe zien de dubbel30 teams eruit? En welke rol spelen zij met betrekking tot de Energy Tour?
- Wat voor type scholen (wel/niet sportief georiënteerd) heeft baat bij wat voor soort stimulering en ondersteuning?



Sportclinic tijdens beweegweek Aloysius College Den Haag

1.3 Methodische opzet

Om antwoord te geven op bovenstaande onderzoeksvragen hebben wij gekozen voor een combinatie van een kwalitatieve en kwantitatieve aanpak. De volgende onderdelen zijn uitgevoerd:



Telefonische interviews niet-deelnemende scholen
Voor het bepalen van de toekomstige strategie richting het vmbo is het van belang om ook een aantal scholen, dat niet heeft geparticipeerd in de dubbel30 Energy Tour, in de evaluatie te betrekken. Om die reden zijn LO-denten en/of sectiehoofden LO van tien willekeurige vmbo-scholen telefonisch benaderd. Dit geeft geen representatief beeld, maar wel een goede indruk van eventuele verschillen tussen scholen die wel en niet hebben deelgenomen aan de dubbel30 Energy Tour. Centraal in de telefonische interviews stonden de vragen:

- wat deze scholen heeft weerhouden om aan te haken bij de dubbel30 Energy Tour;
- wat zij nu al doen om een actieve leefstijl onder hun leerlingen te bevorderen;
- hoe zij eventueel (wel) tot meer aandacht daarvoor zijn te bewegen.

Kwalitatieve analyse deelnemende scholen
Om inzicht te krijgen in kritische succesfactoren, mogelijke vervolgacties en verklaringen en dergelijke zijn zes scholen, enige weken nadat de dubbel30 Energy Tour bij hen is langs geweest, bezocht ten behoeve van een kwalitatieve analyse. Tijdens deze bezoeken zijn verdiepende interviews gehouden met:

- de coördinerend docent;
- leerlingen uit het dubbel30 team (als deze opgericht was);
- een aantal leerlingen dat heeft deelgenomen aan de dubbel30 clinic en beweegweek (groepsgewijs).

Daarnaast hebben wij eventueel aanwezige schriftelijke informatie opgevraagd bij de coördinerend docent en het dubbel30 team en meegenomen in de analyse. In totaal zijn er 6 docenten en 18 leerlingen geïnterviewd.
De zes scholen zijn in samenspraak met NISB geselecteerd en zijn gevarieerd wat betreft: sportgeoriënteerde versus niet sportgeoriënteerde scholen, geografische ligging en het aantal leerlingen.

De interviews zijn niet afgenomen en verwerkt in het rapport met de bedoeling om een representatief beeld te geven. Het gaat om het verhaal achter de cijfers en de uitkomsten zijn indicatief. Desondanks geven de interviews een goed beeld van de situatie op de scholen.

Webenquête
Juni 2010[4] is vervolgens een webenquête uitgezet onder de coördinerende docenten van alle 49 scholen die participeerden in de dubbel30 Energy Tour. Doel hiervan was om inzicht te krijgen in de mate waarin scholen de dubbel30 onderdelen wel of niet gebruiken en of de campagne al dan niet tot vervolgacties leidt. De webenquête bestond uit 33 gesloten vragen, plus twee open invulvelden voor een eventuele toelichting. Niet reageerders ontvingen na twee weken een reminder en werden tevens gemaild en/of gebeld door NISB. Uiteindelijk hebben 40 van de 49 scholen de webenquête ingevuld; een respons van 82 procent. In de uiteindelijke analyse zijn echter 38 scholen meegenomen vanwege het feit dat twee scholen te veel vragen open hadden gelaten om een goed beeld van hen te krijgen.

1.4 Leeswijzer

In de hoofdstukken 2 tot en met 6 volgt de weergave van de resultaten van het onderzoek.[5] Hoofdstuk 2 gaat in op de motivatie van scholen om wel of niet mee te doen aan de dubbel30 Energy Tour. Het type school (wel of niet een sportieve school) komt aan bod, evenals de bekendheid met de dubbel30 campagne. In hoofdstuk 3 evalueren we de dubbel30 clinic en beweegweek. De waardering van de clinic, het aantal deelnemers en de meerwaarde van deze onderdelen volgens de docenten worden hier behandeld. Hoofdstuk 4 gaat vervolgens in op de dubbel30 beweegteams. We geven weer hoe deze teams eruit zagen, wat hun rol is geweest en wat volgens de docenten hun meerwaarde was. In hoofdstuk 5 bespreken we de dubbel30 beweegkist met alle afzonderlijke onderdelen. In welke mate zijn de onderdelen gebruikt en hoe waarderen de scholen ze? Hoofdstuk 6 gaat in op de vervolgacties en effecten op scholen. De dubbel30 Energy Tour wil meer zijn dan een eenmalige sportdag en wil scholen stimuleren om sport en bewegen een structurele plek te geven binnen de school. In dit hoofdstuk worden de effecten van de dubbel30 Energy Tour besproken en de vervolgacties die scholen hebben ondernomen op een rijtje gezet. Na deze resultatenhoofdstukken biedt hoofdstuk 7 tenslotte plaats voor de conclusies en aanbevelingen. Hier wordt ook antwoord gegeven op de centrale onderzoeksvraag.

Noot 4 Op dat moment hadden de meeste scholen inmiddels bezoek gekregen van de dubbel30 Energy Tour en was het voor de meeste van hen dus ook mogelijk om aan te geven of de Tour al dan niet tot vervolgacties heeft geleid en of er sprake is van structurele inbedding.

Noot 5 De resultaten van de drie onderzoeksmethodes (telefonische enquêtes, face-to-face interviews en de webenquête) worden niet apart behandeld. In elk hoofdstuk wordt bij het weergeven van de resultaten en het beantwoorden van de deelonderzoeksvragen informatie vanuit alle drie de onderzoeksmethoden gebruikt. Kwantitatieve en kwalitatieve informatie vullen elkaar aan.

2 Welke scholen doen wel/niet mee?

"*Bewegen is hot en een belangrijk speerpunt binnen onze school. Elke externe motivatie is hierbij welkom, zeker als dat flitsend, snel en informatief is.*"

In dit hoofdstuk gaan we na of en zo ja in welk opzicht scholen die hebben deelgenomen aan de dubbel30 Energy Tour, verschillen van scholen die daar niet aan hebben meegedaan.

2.1 Wel of geen sportieve scholen?

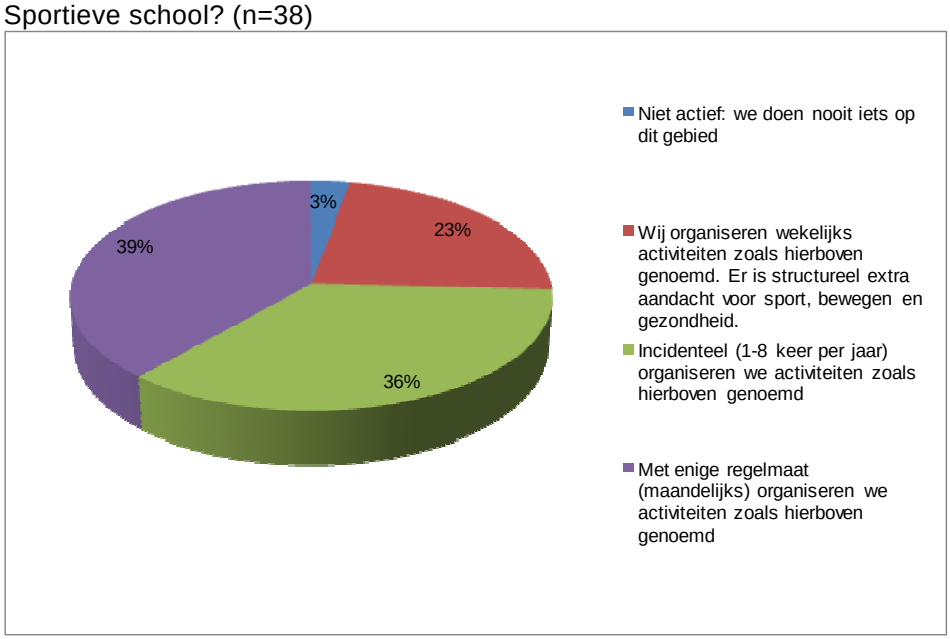
De mate van activiteit op het gebied van sport, bewegen en gezondheid lijkt geen onderscheidende factor te zijn geweest voor scholen om wel of niet aan te haken bij de dubbel30 Energy Tour. Een grote meerderheid van beide groepen scholen geeft aan extra aandacht te besteden aan sport, bewegen en gezondheid en typeert zichzelf als sportieve school.
Negen van de tien benaderde scholen, die niet aan de dubbel30 Energy Tour hebben deelgenomen, heeft naast de verplichte gymuren extra sportaanbod in de vorm van naschoolse sporten, sporttoernooien, workshops, sportklassen, et cetera.

De scholen die wel mee hebben gedaan aan de dubbel30 Energy Tour hebben we ook gevraagd hoe actief ze zijn met het thema 'sport, bewegen en gezondheid'. Om de mate van actief te bepalen benoemden we een aantal voorbeelden waar ze uit konden kiezen:

- Afname fitheidstest(en)
- Extra lessen bewegingsonderwijs bovenop minimum lessentabel
- Clinics/demonstraties van sportverenigingen of andere sportaanbieders
- Naschools sportaanbod
- Deelname aan speciale projecten ter bevordering van sport, bewegen en gezondheid
- Sport- en beweegactiviteiten tijdens de pauzes

Een grote meerderheid van de scholen is een sportieve school in de zin dat ze extra aandacht besteden aan het thema sport, bewegen en gezondheid. zo blijkt uit figuur 2.1 (zie volgende bladzijde).

Figuur 2.1 Sportieve school? (n=38)



Bekendheid NNGB
Een beperkt aantal van de Energy Tour scholen, vijf procent, blijkt *niet* bekend met de Nederlandse Norm Gezond Bewegen voor kinderen en jongeren[6].

2.2 Bekendheid dubbel30 campagne bij niet deelnemende scholen

Bekendheid dubbel30 campagne
Slechts twee van de tien respondenten van niet deelnemende scholen kennen de campagne dubbel30. Degenen die de campagne kennen, hebben ervan gehoord via televisiespotjes, studiedagen, folders en contact met collega's. De rest heeft er niet van gehoord of weet niet dat de landelijke campagne gericht op meer bewegen zo wordt genoemd.

Folder aangekomen?
Een meerderheid van de respondenten (zeven van de tien) heeft de folder met daarin de aankondiging van de dubbel30 Energy Tour *niet* gezien of kan het zich het niet meer herinneren. Verklaringen hiervoor zijn:

- We krijgen zoveel post, dat schiet er tussendoor (3x).
- Er is niet zoveel onderling contact en alle post wordt maar aan één persoon geadresseerd (2x).
- Post wordt aan de administratie geadresseerd, het komt vervolgens helemaal niet bij de sectie LO terecht.
- Het sectiehoofd heeft het niet verspreid.

De respondenten die de folder wel hebben gezien vinden de folder duidelijk en aansprekend. Een school plaatst een kanttekening bij het feit dat de campagne gesponsord wordt door een fastfoodketen. Dat vindt deze respondent "niet zo sterk".

Noot 6 Minimaal 60 minuten per dag matig intensief lichamelijk actief zijn op 7 dagen in de week, waarvan 2 keer intensief.

Hoe zijn de scholen een volgende keer beter te bereiken?
In de gevallen waar de informatie niet goed is aangekomen wordt de suggestie gedaan om dit soort post voortaan aan de gehele sectie LO te sturen in plaats van aan één persoon te richten. Een andere suggestie is het versturen van de aankondiging op een ander tijdstip. Mei/juni is een drukke periode en dit soort zaken worden dan apart gelegd en vergeten. Tenslotte wordt aangegeven dat het helpt als in één opslag duidelijk is dat deelname gratis is. Nu was dat niet het geval en dat was voor sommigen een reden om niet door te lezen.

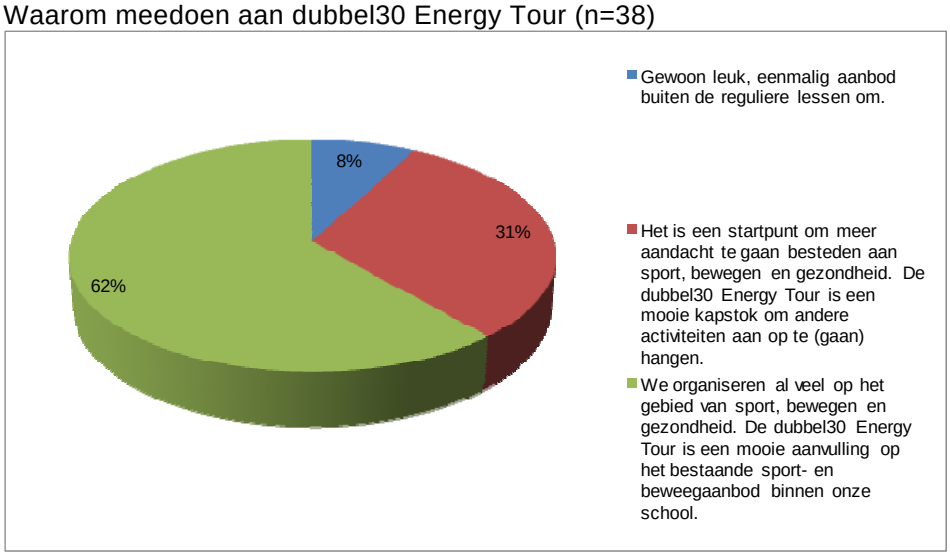
2.3 Redenen om wel/niet aan te haken

"Veel allochtone meisjes op onze school sporten niet in hun vrije tijd. Vooral de dansvormen spreken deze groep wel aan, zeker als het gegeven wordt door gastdocenten."

Waarom niet aanhaken?
Van de zeven scholen, die de folder destijds niet hebben gezien of zich het niet meer kunnen herinneren, geven er zes aan dat ze in de toekomst zeker open staan voor dit soort initiatieven. Een aantal van deze respondenten geeft expliciet aan dat het goed binnen een al bestaande (beweeg/activiteiten)week zou passen. Anderen merken op dat het afhangt van planning en (beperkt beschikbare) tijd.
De redenen die scholen opgeven om niet aan te haken bij de dubbel30 Energy Tour hebben vooral te maken met (gebrek aan) tijd:
- "te druk met andere (eigen) activiteiten"
- "het paste niet in het schema, had geen prioriteit"
- "we doen al heel veel en dit paste er niet bij".

Waarom wel aanhaken?
Van de 49 scholen, die zich wel hebben aangemeld voor de dubbel30 Energy Tour, zien de meeste (62%) het als een mooie aanvulling op hun bestaande aanbod. Veelal gaat het daarbij om scholen, die al behoorlijk actief zijn op sportgebied. Zij maken graag gebruik van extra mogelijkheden die worden geboden. Dat geldt ook voor de dubbel30 Energy Tour.
Bijna een derde van de scholen (31%) gebruiken de dubbel30 Energy Tour als een startpunt om meer aandacht te besteden aan sport, bewegen en gezondheid. Daarbij gaat het om scholen die nog niet zo actief zijn op sportgebied en de dubbel30 Energy Tour aangrijpen om daar (mogelijk) verandering in aan te brengen. Zie figuur 2.2 op de volgende bladzijde.

Figuur 2.2 Waarom meedoen aan dubbel30 Energy Tour (n=38)



In aansluiting op voorgaande worden de volgende redenen voor deelname genoemd:

- De clinics waaruit gekozen kon worden zijn aansprekend voor de doelgroep. Ook is het aanbod een andere manier om naar sport te kijken en bepaalde sporten op een spectaculaire manier te introduceren.
- De dubbel30 Energy Tour kan een impuls geven aan het al bestaande aanbod, of kan leerlingen over de streep trekken om te gaan bewegen. Het gaat hier om een aansprekend aanbod, dat leerlingen kan enthousiasmeren.
- Sportdeelname van vmbo-leerlingen blijft achter (zeker ook in het naschoolse sportaanbod als dat er is) en de dubbel30 Energy Tour is een mooie aanleiding om de aandacht van deze groep te trekken en hen op een andere manier naar sport te laten kijken.
- Het is gratis! Voor veel scholen geeft dat de doorslag.

"Onze TL klassen hebben een goede impuls nodig om hun Björn Borg billen te laten schudden, hun broek op half 7 mentaliteit op te hijsen en in beweging te komen!!!"

Uitleiding

Zijn de scholen, die zich niet hebben ingeschreven voor de dubbel30 Energy Tour, anders dan de scholen die dat wel hebben gedaan? Het antwoord op deze vraag lijkt ontkennend. De belangrijkste reden voor niet-deelname is dat men niet van het bestaan van de dubbel30 Energy Tour op de hoogte was: de verstuurde post hierover blijkt vaak niet of niet bij de juiste persoon terecht te komen. Meer dan de helft van de scholen, die nu niet hebben deelgenomen, geven aan in de toekomst wel degelijk open te staan voor dit soort initiatieven. Het verschil met de scholen die wel hebben deelgenomen lijkt vooral te liggen in het feit dat daar een enthousiaste docent is geweest die de dubbel30 Energy Tour heeft opgemerkt en vervolgens heeft opgepakt.

"De dubbel30 Energy Tour was het spreekwoordelijke duwtje in de rug dat we net nodig hadden om sport en bewegen hier hoger op de agenda te krijgen."

3 Dubbel30 clinic en de beweegweek

"Er is nog lang nagepraat over de clinic door de leerlingen en de weken erna heerste er echt een enthousiaste en uitgelaten sfeer op school."

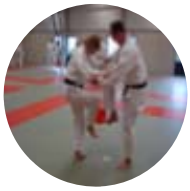
De campagne dubbel30 is primair gericht op het aanbieden van extra sport- en beweegactiviteiten, met als doel dat hier een impuls van uitgaat en er een vervolg aan wordt gegeven. Kern van dubbel30 is de dubbel30 Energy Tour: een clinic, gegeven door zeer ervaren en bekende sporters. Daarnaast wordt van de scholen verwacht dat ze, om de clinic heen, een beweegweek organiseren: een schoolweek die volledig in het teken staat van sport, bewegen en gezonde voeding.
Alle overigen onderdelen van dubbel30 – de beweegteams, beweegkist en de website – hebben een ondersteunende functie. Deze zijn bedoeld om het verloop van de clinics en beweegweek te bespoedigen en invulling te geven aan een structureel vervolg.
In dit hoofdstuk volgt de evaluatie van de dubbel30 clinics en –beweegweek. Zie voor de evaluatie van de dubbel30 beweegteams hoofdstuk 4 en voor de evaluatie van de dubbel30 beweegkist en –website hoofdstuk 5.

3.1 Dubbel30 clinic

De scholen konden kiezen tussen vier dubbel30 clinics:



Basketbal op muziek



Zelfverdediging



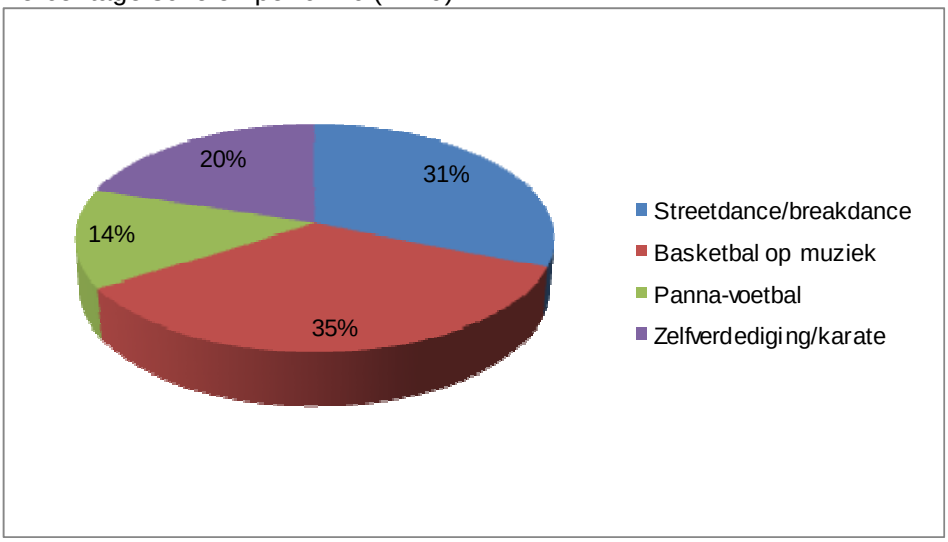
Panna



Streetdance/breakdance

Basketbal op muziek werd het vaakst gekozen (17 scholen), op de voet gevolgd door streetdance/breakdance (15). Iets minder scholen (10) spraken hun voorkeur uit voor een clinic zelfverdediging en panna (7). Zie figuur 3.1.

Figuur 3.1 Percentage scholen per clinic (n=49)



De scholen zijn – op één uitzondering na[7] – erg enthousiast en tevreden over de gegeven clinics. Gemiddeld geven zij het cijfer 8,2. De basketbalclinic krijgt gemiddeld genomen de hoogste waardering, zo blijkt uit tabel 3.1.

Tabel 3.1 *Waardering clinics (n=38)*

Clinic	Score	Gebaseerd op
Basketbal op muziek	8.9	13 scholen
Panna	8.5	4 scholen
Zelfverdediging	7.9	8 scholen
Streetdance/breakdance	7.7	13 scholen

De scholen geven hoog op over de clinicleiders:

"Het zijn inspirerende mensen, waar de leerlingen direct veel ontzag en respect voor hebben. Daardoor hebben ze de aandacht van de leerlingen meteen te pakken."

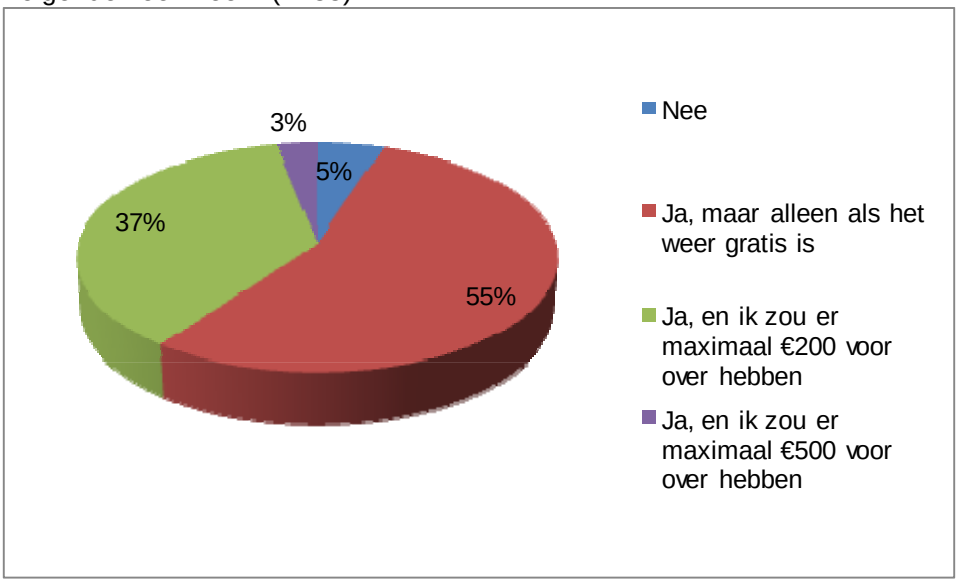
Het feit dat er een andere 'leraar' voor de groep leerlingen staat brengt al veel teweeg. Leerlingen zijn geneigd om beter te luisteren, beter hun best te doen en ook de inactieve leerlingen doen een keer mee. Het is nu 'stoer' om mee te doen. Ook geven de scholen aan dat de gekozen sporten goed aansluiten bij de belevingswereld van de leerlingen. Voorts speelt de muziek een belangrijke en enthousiasmerende rol.

Noot 7 Bij deze school kwam de clinicleider te laat opdagen en moesten de docenten uiteindelijk zelf een programma samenstellen. Deze school waardeerde de clinic met een 1.



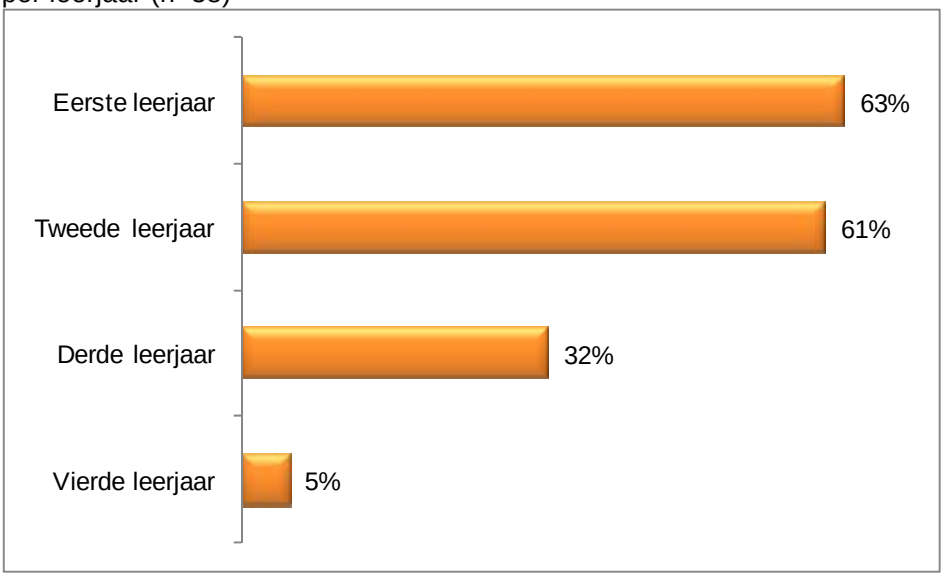
Volgende keer weer?
36 van de 38 scholen geeft in de webenquête aan een volgende keer graag weer te willen intekenen voor een van de dubbel30 clinics. Ruim de helft van de scholen (21 van de 38) stellen als voorwaarde dat het aanbod gratis blijft. 15 scholen zouden er ook wel voor willen betalen: 14 scholen hebben er maximaal 200 Euro voor over, 1 school is bereid 500 Euro te betalen. Zie figuur 3.2.

Figuur 3.2 Volgende keer weer? (n=38)



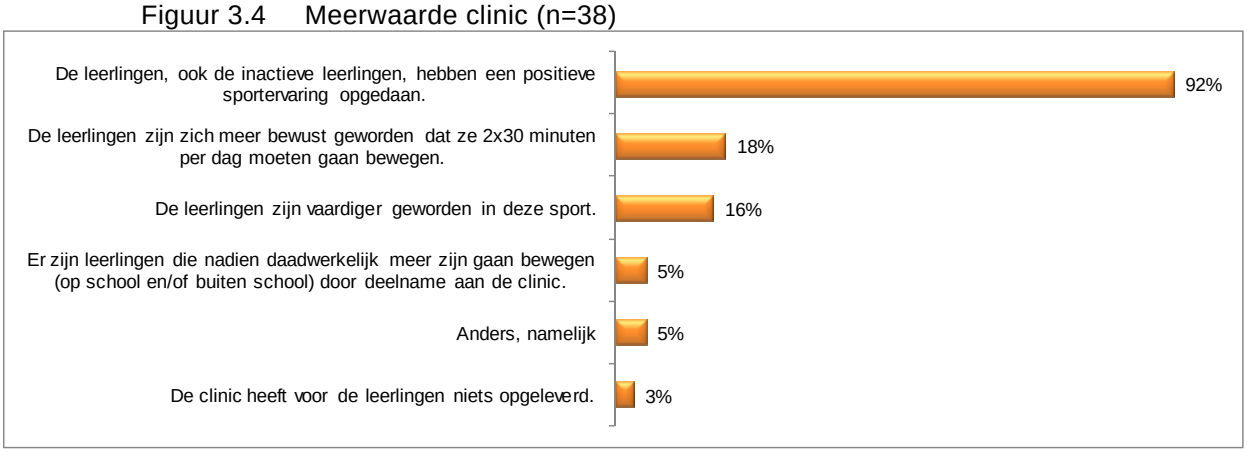
Aantal deelnemers
Per school doen er gemiddeld 124 leerlingen mee aan de clinic. Het minimum aantal deelnemers is 50, het maximum 300. De meeste leerlingen worden vrij geroosterd om mee te kunnen doen aan de clinic; deelname is doorgaans verplicht voor een of meerdere groepen uit een of meerdere leerjaren. In aansluiting op de opzet – dubbel30 richt zich op de eerste drie leerjaren van het vmbo – zijn het vooral eerste- en tweede- en in mindere mate derdejaars die meedoen aan de clinic: zie figuur 3.3.

Figuur 3.3 Gemiddeld percentage leerlingen van een school dat meedoet aan de clinic per leerjaar (n=38)[8]



Meerwaarde clinic
De door docenten veruit meest genoemde meerwaarde van de clinic is dat alle leerlingen, ook de inactieve leerlingen, een positieve sportervaring opdoen, wat de kans vergroot dat leerlingen in hun eigen tijd ook (meer) gaan sporten en bewegen. Zie figuur 3.4.

Figuur 3.4 Meerwaarde clinic (n=38)



In de categorie *anders* wordt nog als meerwaarde genoemd dat de clinic het groepsproces bevordert. Doordat iedereen meedoet aan een sportactiviteit is er even geen onderscheid tussen sportieve en niet sportieve groepen zoals dat anders wel het geval is tijdens het sporten.

Overige reacties:
"De clinic is 'anders dan anders' en trekt daarom iedereen aan. Iedereen wil wel meedoen aan iets nieuws, zeker als dat gebracht wordt met aansprekende muziek."

Noot 8 Waar we gebruik maken van dit type figuur (staafdiagram) tellen de percentages niet op tot 100 procent omdat de scholen meerdere antwoorden konden geven.

"Het geeft de leerlingen een boost!"
"Je bent op een andere manier bezig met sport en bewegen, de muziek en de inspirerende clinicleider maakt het bijzonder."
"De clinic heeft swung, geeft een impuls!"
"De meerwaarde is dat je de boodschap afgeeft dat bewegen leuk is!"

3.2 Beweegweek c.q. activiteiten georganiseerd rondom de clinic

"We hebben een activiteitenweek om de clinic heen georganiseerd om een basis te leggen voor een naschools sportaanbod en een gezonde kantine."

De dubbel30 Energy Tour beoogt meer te zijn dan een eenmalige sportdag. Vooraf is naar de deelnemende scholen gecommuniceerd dat zij naast/rondom de clinic een beweegweek dienen te organiseren. Tijdens een beweegweek staan bewegen en gezonde voeding op verschillende manieren en tijdens verschillende vakken centraal. De beweegweek is bedoeld om jongeren bewust te maken van een gezonde en actieve leefstijl.

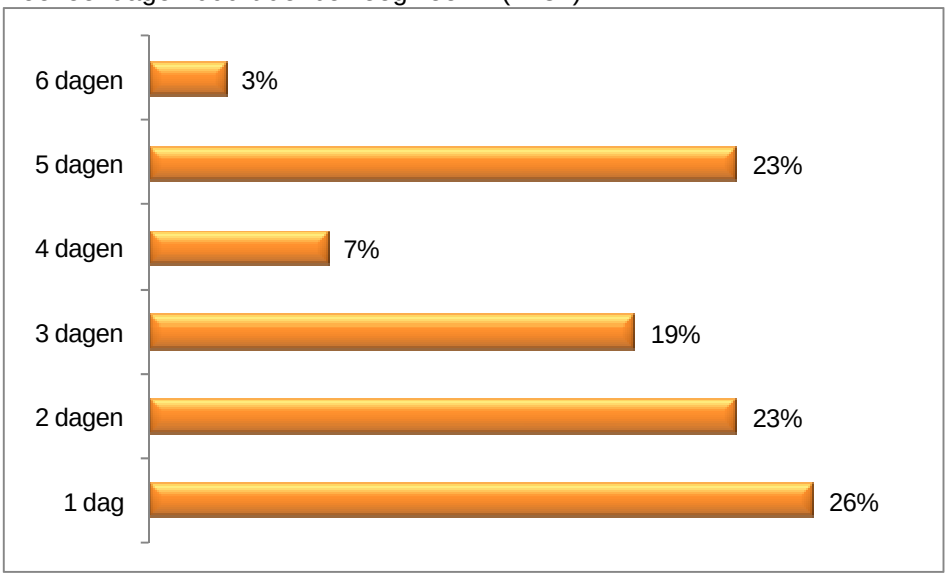
Voor veel scholen blijkt het erg lastig om gedurende een hele week een *beweegweek* te organiseren. Veel scholen hebben enkele dagen (en dus geen week) activiteiten georganiseerd en noemden het om die reden geen *beweegweek*. In de webenquête hebben we de scholen daarom niet expliciet gevraagd naar het al dan niet organiseren van een *beweegweek*, maar naar eventuele 'aanvullende activiteiten die invulling geven aan de dubbel30 campagne'. Gemakshalve spreken we in de rest van het rapport wel over een *beweegweek*, waarmee we dus doelen op het geheel aan activiteiten dat rondom de clinic is georganiseerd.
Is er een beweegweek georganiseerd?
Hoewel het organiseren van een beweegweek als voorwaarde is gesteld voor deelname aan de dubbel30 Energy Tour blijken 7 van de 38 scholen in het onderzoek (18%) in het geheel geen aanvullende activiteiten te hebben georganiseerd. Als reden voor het ontbreken van een aanvullend aanbod wordt genoemd:

- Het schoolprogramma was al vastgesteld en ingevuld (4x).
- Geen tijd (2x).
- Geen geld.

In aanvulling op de eerste reden geven verschillende scholen aan dat de aanvraag voor inschrijving voor dubbel30 Energy Tour aan het einde van het schooljaar kwam, waardoor er geen of nauwelijks ruimte meer was voor wijzigingen in schoolprogramma en begroting.
De overigen 31 scholen (82%) hebben wel aanvullende activiteiten rondom de clinic (dubbel30 Energy Tour) georganiseerd.

Invulling van beweegweek
Bij ruim een kwart van deze scholen ging het daadwerkelijk om een beweeg*week*, want vonden er activiteiten op 5 of meer dagen plaats. Bij bijna de helft van de scholen bestond de 'beweegweek' uit niet meer dan één of twee (sport-/beweeg)dagen. Zie figuur 3.5.

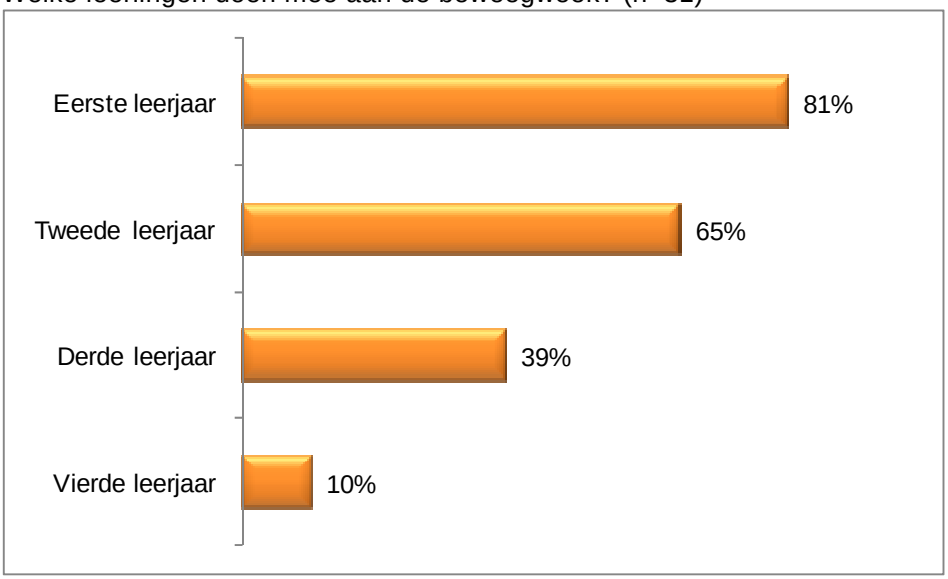
Figuur 3.5 Hoeveel dagen duurt de 'beweegweek'? (n=31)



De activiteiten tijdens de beweegweek vonden veelal plaats in de pauzes en na schooltijd, maar ook tijdens de lessen. Voor sommige leerlingen (veelal eerstejaars) waren de activiteiten verplicht.

Aantal deelnemers
Het aantal deelnemers aan de beweegweek varieert tussen 15 en 650 leerlingen. Gemiddeld gaat het om 210 leerlingen. Net als bij de clinics zijn het vooral veel eerste- en tweedejaars die deelnemen aan de beweegweekactiviteiten. Zie figuur 3.6 op de volgende bladzijde.

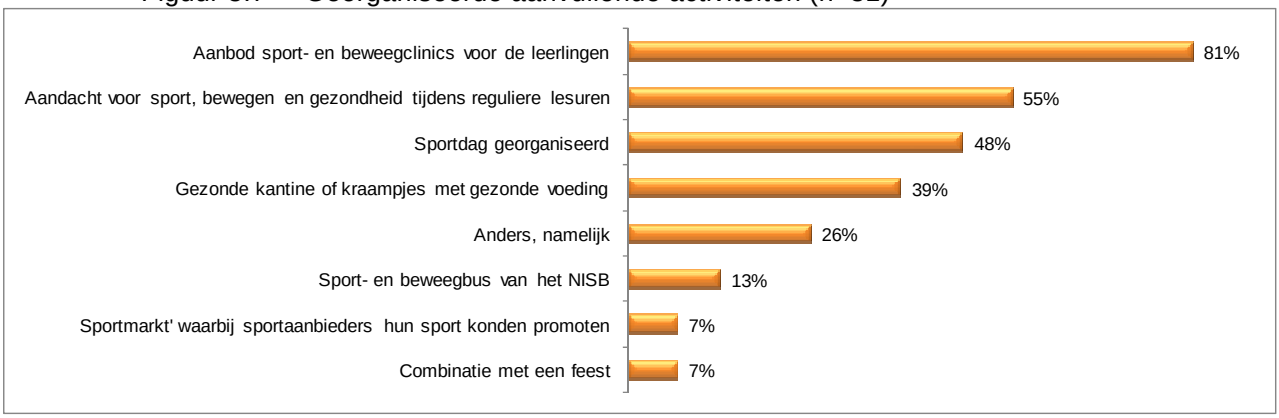
Figuur 3.6 Welke leerlingen doen mee aan de beweegweek? (n=31)



Wat is er georganiseerd?
Iedere school stond vrij om de beweegweek in te vullen naar eigen wensen en inzicht. Daarvoor konden zij desgewenst putten uit vele suggesties en voorbeelden in de actiemap (onderdeel van de beweegkist).

Op veel scholen (81%) bestond de 'beweegweek' uit een aanbod van extra clinics (naast de clinic van de dubbel30 Energy Tour). Die clinics werden verzorgd door sportaanbieders in de omgeving van de school, door docenten zelf en soms ook door leerlingen. Daarnaast pasten veel scholen (55%) het thema sport, bewegen en gezondheid in in reguliere lessen. Veelal werd daarbij gebruik gemaakt van de beweegpaspoorten (daarover meer in hoofdstuk vijf). Soms werd ook een diëtiste ingehuurd om de leerlingen meer te vertellen over gezonde voeding. 39 procent van de scholen heeft aandacht besteed aan gezonde voeding door energie te steken in een gezonde kantine of gezonde voeding aan te bieden. Zie verder figuur 3.7.

Figuur 3.7 Georganiseerde aanvullende activiteiten (n=31)



In de categorie *anders* zijn nog de volgende activiteiten genoemd:

- Tijdens de lessen biologie bespreken wat voeding en bewegen voor je lichaam doet.
- Culturele activiteiten (latin dance, djembe, buikdansen).
- Scan deelname sportvereniging.
- Filmopdracht: mijn favoriete beweegmoment.
- Bezoeken sportaanbieders op locatie.
- Circuit gemaakt met lessen over gezondheid en bewegen.
- Aandacht voor lichaam en voeding.
- Aanbod culturele activiteiten en sport projectlessen.



"Leerlingen vonden het erg leuk om testjes te doen. Ze weten nu nog te vertellen hoeveel stappen ze moeten lopen om van de ene naar de andere kant van de school te komen, en hoeveel calorieën er in een Big Mac zitten! Vooral testjes met digitale hulpmiddelen vinden ze erg interessant!"

Promotie clinic en beweegweek

De scholen hebben op verschillende manieren promotie gemaakt voor de clinic en beweegweek. Er zijn brieven verstuurd naar ouders met informatie over de activiteiten, aankondigingen op de website van de school, posters

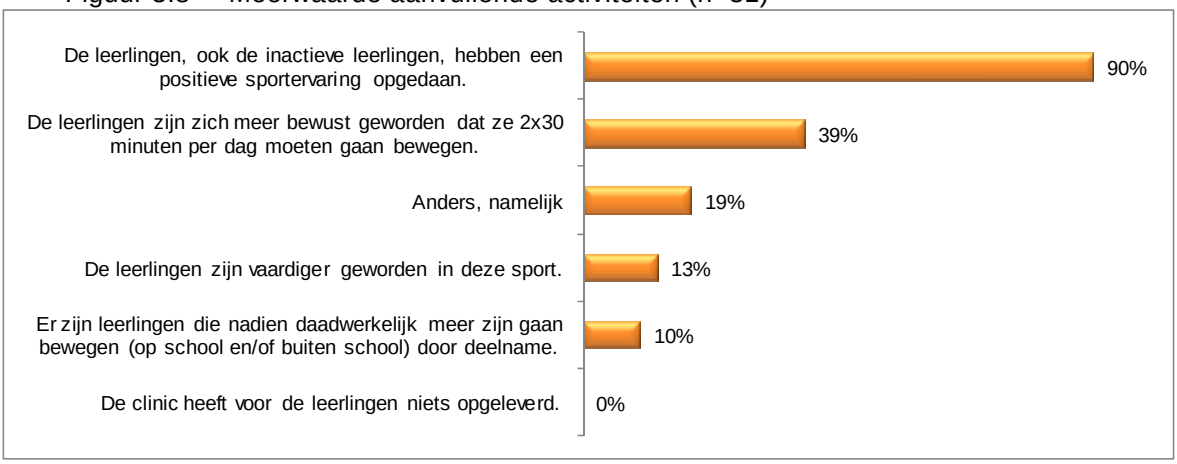
zijn verspreid op school en docenten maakten leerlingen tijdens de les attent op de aankomende activiteiten. Ook zijn leerlingen zelf in lessen langs geweest om de andere leerlingen te vertellen over de clinic en beweegweek.

"Ter promotie heeft een groepje leerlingen bij ons op school de beweegpaspoorten uitgedeeld aan andere leerlingen. Op die paspoorten hadden ze een nummer gezet, dat dienst deed als lot voor een loterij. Later op de dag werden er prijzen verloot. Zo werden leerlingen dus gestimuleerd om het beweegpaspoort te bewaren en mee te nemen tijdens de dag. Op de dag zelf werd er ook nog door een diëtiste mee gewerkt."

Meerwaarde beweegweek

Net als bij de clinic is de meerwaarde van de beweegweek c.q. aanvullende activiteiten ook vooral gelegen in het feit dat leerlingen er een positieve sportervaring door opdoen; 90 procent van de scholen noemt dit punt. Daarnaast geven nog altijd 39 procent van de scholen aan dat de beweegweek ervoor zorgt dat leerlingen zich meer bewust worden van het feit dat zij een uur per dag dienen te bewegen.[9] Zie figuur 3.8 voor het volledige overzicht van de meerwaarde van aanvullende activiteiten.

Figuur 3.8 Meerwaarde aanvullende activiteiten (n=31)



In de categorie *anders* omschrijven de scholen de meerwaarde van de beweegweek als volgt:

- Moment waarop bewustwording kan worden gecreëerd.
- De leerlingen weten nu meer over hun lichaam en voeding
- De leerlingen leren organiseren.
- De leerlingen kunnen 'proeven' aan sporten die ze normaal gesproken niet aangeboden krijgen.
- Het levert goodwill op bij de leerlingen en hun ouders.
- Meer bewustwording over wat een gezond lichaam inhoudt en wat je kunt doen om dat te krijgen en houden.

"Wij hebben dubbel30 zoveel mogelijk terug laten komen tijdens de dagen. Overal hingen banners met het logo dubbel30, het codewoord om overal binnen te komen en in te loggen was dubbel30, et cetera. De leerlingen gingen op een gegeven moment vanzelf vragen wat dubbel30 nu precies inhield."

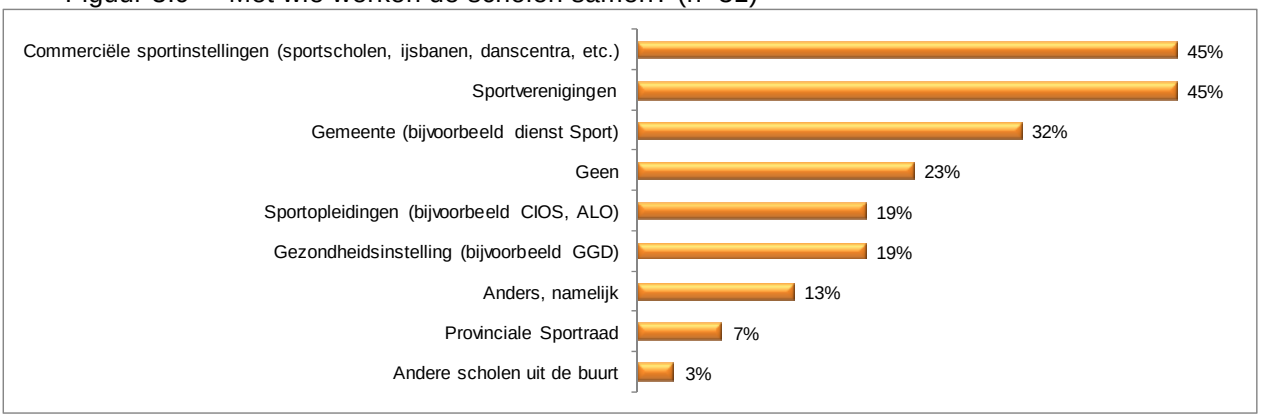
Noot 9 In vergelijking met de clinics draagt de beweegweek dus beduidend vaker bij aan bewustwording op dit vlak, want bij de clinics noemde maar 18 procent dit als meerwaarde.

"De beweegweek leent zich goed voor het uitdragen van de dubbel30 boodschap, aangezien je op verschillende manieren aandacht aan het thema kunt besteden en de boodschap ook steeds terugkomt. Dan ontstaat de kracht van de herhaling."

3.3 Samenwerking met externe partijen

Vanuit de landelijke organisatie wordt gestimuleerd om samen te werken met lokale sportaanbieders, met name ook om de activiteiten een structureel vervolg te (kunnen) geven. Het merendeel van de scholen, ruim driekwart, heeft ook daadwerkelijk samengewerkt met andere partijen. In figuur 3.9 is te zien dat het voornamelijk gaat om commerciële sportinstellingen en sportverenigingen. Ook de gemeente wordt door ongeveer een derde van de scholen betrokken.

Figuur 3.9 Met wie werken de scholen samen? (n=31)



In categorie *anders* zijn genoemd:
- Cultuurdocent, biologiedocenten, etc.
- Bslim team uit de wijk.
- Voorkom en Ziezo.
- NIGZ.

Verloop van samenwerking
De scholen geven aan dat de samenwerking over het algemeen prettig en goed verloopt. In sommige gevallen werd ook al in de periode vóór de dubbel30 Energy Tour goed samengewerkt met externe partijen, bijvoorbeeld in het kader van het naschoolse aanbod; in dat geval lagen de contacten er al en was de samenwerking dus snel geregeld.

23 procent van de scholen heeft niet samengewerkt. In veel gevallen was dit – vanuit het oogpunt van toeleiding naar structurele sport – vooraf wel de bedoeling, maar kwam het niet van de grond. Veelal ging het daarbij om scholen die voor het eerst aan een beweegproject meededen, met als gevolg dat zij hun handen al vol hadden aan de interne organisatie en niet meer toekwamen aan het investeren in samenwerking.

3.4 Kritische succesfactoren

Tijdens de kwalitatieve interviews hebben we gevraagd hoe de organisatie van de clinics en de beweegweek is verlopen. Wat ging, in ogen van betrokkenen, goed en wat ging minder goed?

Factor tijd
Belangrijkste belemmerende factor bij de organisatie van de clinics en beweegweek is tijd; of beter, een gebrek daaraan. Docenten zitten vaak al erg vol en hebben weinig ruimte om zich bezig te houden met de voorbereidingen en organisatie van extra activiteiten. Ook de leerlingen hebben een vol lesprogramma; het is niet eenvoudig hen vrij te roosteren om te vergaderen en op de dagen zelf te helpen. Het gevolg is dat de voorbereidingen voor een belangrijk deel in de vrije tijd van betrokkenen moet plaatsvinden. Nadeel daarvan is dat niet iedereen bereid is hier veel vrije uren in te steken, maar voordeel is weer dat degenen die meehelpen organiseren doorgaans ook bijzonder gemotiveerd zijn. In verlengde van dat laatste blijkt het niet altijd een voordeel als leerlingen tijd c.q. studiepunten krijgen om zich in te zetten voor de organisatie van dubbel30 activiteiten, meestal in het kader van het vak LO2. Te grote groepen bemoeilijken dan vaak de samenwerking en ook blijkt de motivatie veelal minder als het om een min of meer verplichte schoolopdracht gaat.

Kritische succesfactoren
Andere punten, die zijn genoemd door de deelnemende scholen:

- Het slagen van een clinic en beweegweek staat of valt met een enthousiaste docent die er tijd voor vrij wil maken. Dat maakt de organisatie kwetsbaar.
- Wanneer de scholen vooraf meer informatie hadden gekregen over de opzet en invulling van de clinic hadden zij zich er beter op kunnen voorbereiden en de clinic beter kunnen inpassen in het programma.
- Er was te weinig aandacht voor de dubbel30 boodschap. De clinicleider, die als rolmodel fungeert, dient hier een nadrukkelijkere rol in te spelen door de boodschap expliciet uit te dragen en regelmatig te herhalen. Daarnaast lag ook bij de scholen zelf de nadruk (te veel) op de organisatie van de clinics en aanvullende activiteiten en minder op het uitdragen van de dubbel30 boodschap.
- Er is meer begeleiding gewenst bij het gebruik van de dubbel30 beweegkist. Scholen hebben nu vaak niet goed gekeken wat er allemaal in zit, met als gevolg dat veel materiaal ongebruikt is gebleven. Veel docenten zijn te druk en/of niet geneigd om dat zelf uit te zoeken. De gewenste begeleiding bestaat uit vooraf duidelijkheid over de verwachtingen en mogelijkheden van het aangeboden materiaal, plus ideeën voor gebruik meegeven.
- Scholen die zichzelf kenmerken als een sportieve school organiseren vaker wel dan niet een beweegweek dan minder sportieve scholen. De reden hiervoor zou kunnen zijn dat de clinic en beweegweek makkelijker kunnen aansluiten bij al bestaand aanbod. Ook is de school wellicht meer ingericht om dit soort activiteiten te organiseren, zowel fysiek als de bereidheid van docenten om zoiets op te pakken.

4 Dubbel30 beweegteams

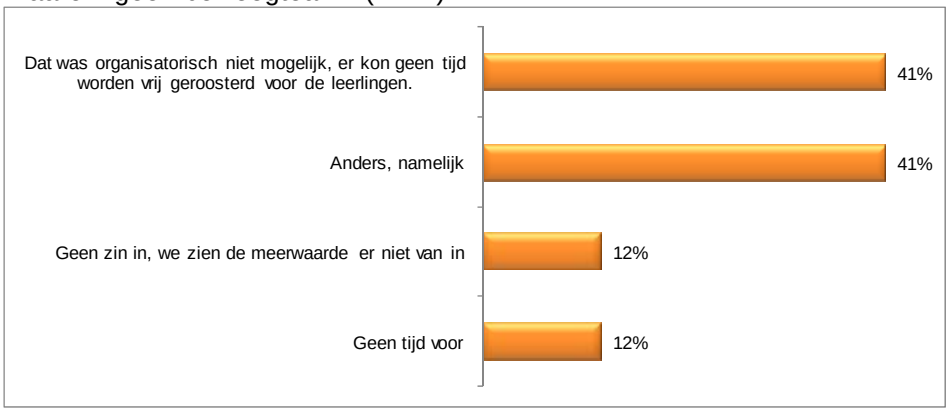
Net als de organisatie van een beweegweek was ook de oprichting van een dubbel30 beweegteam een voorwaarde om mee te doen. Een dubbel30 team bestaat idealiter uit 4 tot 8 leerlingen en ondersteunt de docent bij het voorbereiden, uitvoeren en evalueren van alle activiteiten die in het kader van de dubbel30 Energy Tour plaatsvinden:

Als dubbel30 team organiseer je leuke gymlessen, clinics en spannende sportactiviteiten, geef je advies aan je docenten om je school nog sportiever te maken en organiseer je promotieactiviteiten om andere jongeren uit te dagen om meer te gaan sporten en bewegen. Uit: Actiemap dubbel30.

Oprichting beweegteam

21 van de 38 scholen (55%), die de webenquête hebben ingevuld, geven aan ook daadwerkelijk een dubbel30 beweegteam te hebben opgericht. Reden voor het niet oprichten van een beweegteam is met name het niet kunnen vrij roosteren van leerlingen. Op één school was er wel een team samengesteld, maar bleek dat team tijdens de clinic en activiteiten toch op stage te zijn. Zie figuur 4.1 voor een overzicht van redenen voor het niet oprichten van een beweegteam.

Figuur 4.1 Waarom geen beweegteam? (n=17)



In de categorie *anders* noemen de scholen:

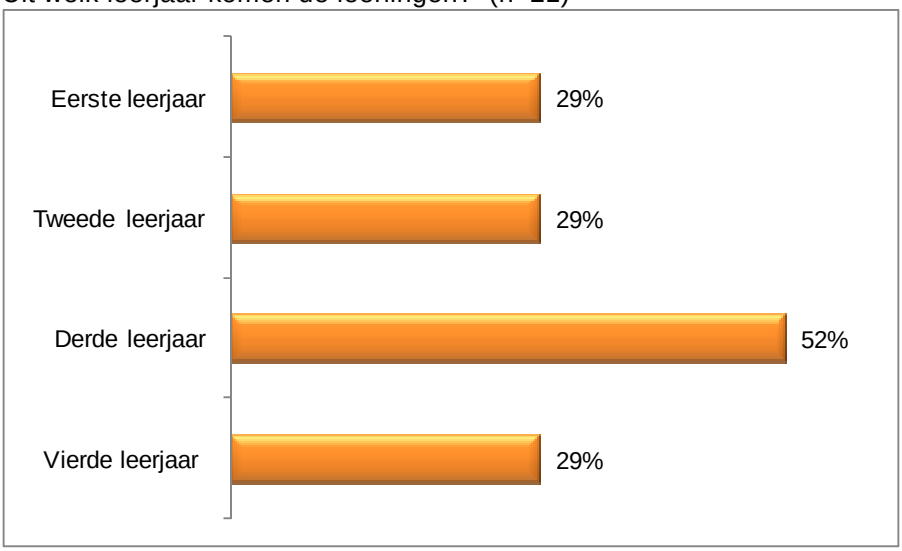
- We wilden niet alles tegelijk opzetten. Er is nu wel een vacature voor een sportcommissie uitgezet.
- De activiteit leende zich niet voor een beweegteam.
- Er hebben wel leerlingen meegeholpen met organiseren, maar dat had geen vast karakter.
- Dit valt al binnen de activiteiten van LO2; er hoeft dus geen speciaal team te worden opgericht.
- Niet aan gedacht.

4.1 Hoe zien de beweegteams er uit?

De beweegteams die zijn opgericht bestaan gemiddeld uit 7 leerlingen, veelal uit verschillende leerjaren. Op meer dan de helft van de scholen

(52%) zitten er derdejaars leerlingen in het beweegteam. Eerste-, tweede- en vierdejaars zijn actief op 29 procent van de scholen met een beweegteam. Op één school is het beweegteam gevormd door studenten van een naburig ROC; zij stuurden vmbo-leerlingen aan.

Figuur 4.2 Uit welk leerjaar komen de leerlingen? (n=21)

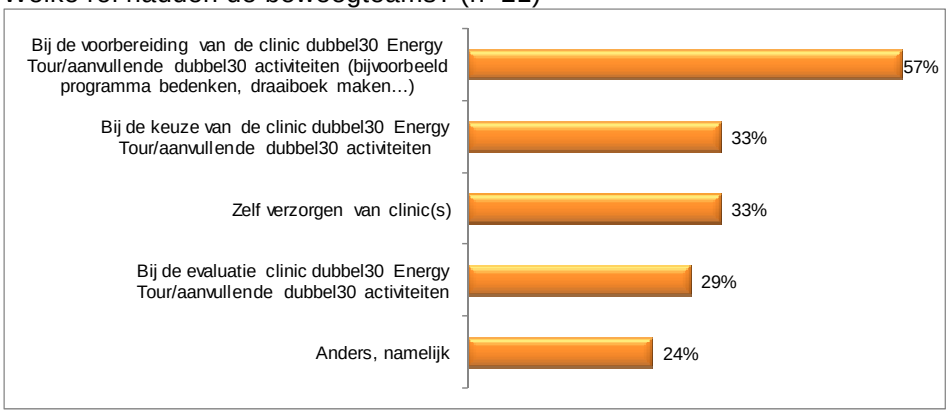


De leden van de beweegteams zijn voornamelijk sportieve leerlingen die LO2 in hun vakkenpakket hebben of in een speciale sportklas zitten. Van tevoren wisten niet alle leerlingen wat dubbel30 inhield, maar na afloop waren de meesten wel op de hoogte van de betekenis en bedoeling van de dubbel30 campagne.

4.2 Rol en taken van de beweegteams

De dubbel30 beweegteams hebben vooral een rol gehad bij de keuze en voorbereiding van zowel clinic als aanvullende activiteiten. Ook heeft een deel van de beweegteams zelf een aantal clinics verzorgd.

Figuur 4.3 Welke rol hadden de beweegteams? (n=21)



Type beweegteams: minimum, medium en maximum variant
Grofweg zijn er drie type beweegteams te onderscheiden, op basis van hun inzet, rol en taken:

- Minimum variant: de leerlingen zijn volgend en de docent is leidend in de organisatie en coördinatie van de clinic en beweegweek. Hij/zij maakt de draaiboeken en bedenkt de activiteiten. De leerlingen helpen alleen mee bij de uitvoering op de dag zelf.
- Medium variant: de docent neemt het voortouw in de organisatie en coordinatie, maar maakt gebruik van de input van de leerlingen bij het bedenken en opzetten van activiteiten en het zoeken van partners. De leerlingen worden begeleid, maar dragen wel verantwoordelijkheid voor bepaalde onderdelen.
- Maximum variant: de leerlingen (al dan niet met behulp van de actiemap) zijn leidend en bedenken en organiseren zelf de clinic en beweegweek. De docent is betrokken vanaf de zijlijn.

Uit de interviews ontstaat het beeld dat de scholen, die de *medium variant* hebben toegepast, het meeste hebben opgeleverd voor zowel de docent als voor de leerlingen. Uiteraard is een en ander afhankelijk van leeftijd en vooral capaciteiten van leerlingen. Aangegeven wordt dat in de medium variant:

- de kennis en vaardigheden van leerlingen goed tot hun recht komen;
- de docent ook echt wordt ontlast;
- de leerlingen hun creativiteit kwijt kunnen;
- gebruik wordt gemaakt van ideeën van leerlingen (jongeren weten wat jongeren willen);
- de leerlingen stapsgewijs allerlei vaardigheden leren;
- de verantwoordelijkheid voor en belasting van de leerlingen niet te groot wordt;
- de leerlingen een rolmodel vormen voor andere leerlingen.

De ervaring leert evenwel dat de maximum variant binnen het vmbo doorgaans te hoog gegrepen is voor leerlingen: ze raken het overzicht kwijt en het onderlinge overleg stokt wanneer er geen docent bij betrokken is. Docent hadden in praktijk toch altijd een sterk coördinerende rol en dat was ook nodig. Daarbij gaat het vooral om het houden van overzicht en het in de gaten houden van de planning.

Takenpakket
Taken die leerlingen van de beweegteams op zich namen waren onder meer:

- het afnemen van enquêtes bij medeleerlingen om behoeften in kaart te brengen en op basis daarvan het sportaanbod voor de beweegweek te kiezen;
- promotionele activiteiten: samenstellen en verspreiden van informatiefolders en posters, klassen langsgaan, enz.;
- contact leggen met sportaanbieders en/of diëtist;
- het zelf geven van sportlessen;
- begeleiden van groepen;
- bemannen/verzorgen van sportdrank voor iedere deelnemer;
- helpen met opruimen
- vergaderen tijdens de voorbereiding;
- sponsors zoeken voor gezonde voeding.

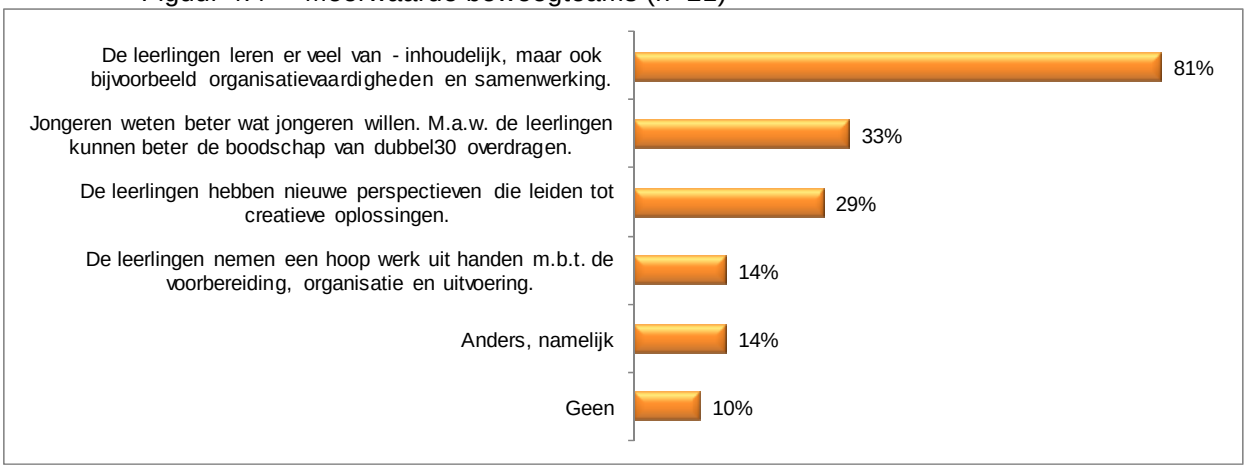


Docent en beweegteam RSG Wolfsbos Hoogeveen

Meerwaarde dubbel30 beweegteams

De meest genoemde meerwaarde van de beweegteams volgens de docenten, is dat leerlingen er veel van leren. De leerlingen hebben kunnen werken aan competenties als organiseren en plannen, maar hebben ook geleerd om op een correcte manier sponsors te zoeken of samenwerking met een sportaanbieder. Naar mening van de docenten van scholen met beweegteams komt betrokkenheid van leerlingen ook ten goede aan het activiteitenaanbod. Zij noemen dan vooral het feit dat leerlingen beter weten wat jongeren (hun medeleerlingen) aanspreekt; een derde van de coördinerend docenten noemt dit punt. 29 procent van de docenten geven (ook) hoog op van de specifieke creatieve kwaliteiten van leerlingen. Dat leerlingen ook werk uit handen nemen wordt minder genoemd (14%); het kost ook een hoop begeleiding. 10 procent van de scholen met beweegteams ziet er, achteraf bezien, geen meerwaarde in. Zie figuur 4.4.

Figuur 4.4 Meerwaarde beweegteams (n=21)



"Leerlingen weten het beste wat hip en actueel is en wat andere leerlingen leuk vinden. Ze kwamen met free running op de proppen. Dat hadden we zelf nooit bedacht! Volwassenen weten niet altijd wat er speelt en die grijpen terug op standaard sporten en dan sla je soms de plank mis. Nu deed iedereen mee!"

4.3 Wat vinden leerlingen er zelf van?

"We hadden van tevoren nooit verwacht dat het zo'n succes zou zijn en dat iedereen zou meedoen! Het kostte heel veel tijd om het voor te bereiden en het was ook bijna niet gelukt, maar op de dag zelf ging alles goed. Heel veel leerlingen en ook de teamleider hebben tegen ons gezegd dat ze het heel goed en leuk vonden! Nu willen we nog een afsluitend feest organiseren."

Leerlingen zelf zijn enthousiast. Ze geven aan de organisatie vaak lastig te vinden, maar er veel van geleerd te hebben. Bovendien vonden ze het leuk om te doen en genieten ze van de complimenten van hun medeleerlingen en docenten. Wat de leerlingen het leukste vonden is het zelf bedenken van de activiteiten rondom de clinic. Dat gaf ze het gevoel echt een belangrijke bijdrage te leveren.

Leerlingen en docenten gaven beide aan dat de organisatie wel moeilijk was. De leerlingen hadden vooral moeite met de planning, om alles op tijd af te krijgen. Ze moesten aan veel dingen denken en niet alles ging in een keer goed. Ook de samenwerking verliep niet altijd even goed. Het bleek soms moeilijk om af te speken, zeker als het beweegteam bestond uit een grote groep en/of leerlingen uit verschillende klassen. Voor vergaderingen was altijd de coördinatie van een docent nodig. Voorts blijkt de verantwoordelijkheid voor zo'n dag/week (te) groot voor veel (vmbo-)leerlingen op deze leeftijd.

De reacties van leerlingen die een belangrijke rol hadden in de voorbereiding, zoals het bedenken van activiteiten en hoe ze de clinic en activiteiten gingen promoten, waren enthousiaster dan de leerlingen die alleen een uitvoerende rol hadden tijdens de dag(en) zelf. De indruk bestaat dat de betrokkenheid groter is wanneer leerlingen een grotere rol en verantwoordelijkheid hebben.

"Ik voelde me heel trots tijdens de dag toen het een succes was. Vooral toen we zagen dat iedereen meedeed en het leuk had. Volgend jaar wil ik weer in het beweegteam!"

4.4 Kritische succesfactoren

Scholen zoeken nog naar de juiste combinatie wat betreft de samenstelling, taakverdeling en verantwoordelijkheden van leerlingen in het beweegteam. Duidelijk is geworden dat de leerlingen nog veel sturing en coördinatie nodig hebben. Inzet van een beweegteam kost docenten, vanwege de begeleiding die het vraagt, aanvankelijk dus vooral tijd. Desalniettemin legt het gros van de docenten de nadruk toch vooral op de meerwaarde van het dubbel30 beweegteam. De leerlingen kwamen met leuke ideeën en hebben er veel van geleerd volgens hen. Ook kunnen zij hun medeleerlingen enthousiast maken en weten ze goed wat er hip en actueel is.

Andere punten die tijdens de evaluatie naar voren zijn gekomen:

- Het oprichten van de beweegteams gaat vaak moeizaam. Leerlingen moeten zich aanmelden, er moet tijd vrij worden gemaakt en alles moet worden gecoördineerd. Als ze eenmaal opgericht zijn nemen de beweegteams niet perse veel werk uit handen, maar zijn ze voor een frisse kijk op het geheel een welkome aanvulling.

- In de beweegteams zitten vooral de sportieve leerlingen. Een school heeft geprobeerd om ook juist inactieve leerlingen in het beweegteam te krijgen, zodat de impact groter is voor de leerling zelf. Dat is dit jaar niet gelukt, maar is wel weer een doelstelling voor volgend jaar.
- De leerlingen geven aan dat de boodschap dubbel30 nog te weinig aandacht krijgt. Zij weten nu, door hun werkzaamheden in het dubbel30 beweegteam, wat de boodschap inhoudt, maar ze denken dat hun medeleerlingen dit nog steeds niet goed weten. Wanneer ze thuis over dubbel30 vertellen weten de ouders en vrienden vaker niet dan wel wat de boodschap dubbel30 inhoudt.
- Er zou meer aandacht moeten komen specifiek voor meisjes. De clinics en georganiseerde aanvullende activiteiten waren teveel op jongens gericht volgens sommigen.
- De Wateetenbeweegik-bus[10] waarin je allerlei testen kunt doen moet weer terug volgens de leerlingen! De leerlingen die dit vorig jaar hebben meegemaakt hebben het er nu nog over. Vooral de testjes die je kon doen en aanwezigheid van digitale hulpmiddelen vonden ze erg interessant en helpt volgens hen ook om de aandacht van de minder sportieve leerlingen te trekken.

Noot 10 De Wateenenbeweegik-bus is een bus van twee verdiepingen hoog, met informatie over gezond eten en voldoende bewegen. Rondom de bus is er van alles te doen. Vanaf september 2007 rijdt deze bus door heel Nederland en kan iedereen zijn eet- en beweegpatroon interactief testen. De bus is een samenwerkingsproduct van het Voedingscentrum en het NISB.

5 Dubbel30 beweegkist en www.dubbel30.nl



De dubbel30 beweegkist is een kist vol informatie, beweegmaterialen en spelattributen om sport en bewegen op school te stimuleren. Het doel is dat de inhoud van de kist inspireert om op en rondom school structureel met het thema gezondheid en actieve leefstijl aan de slag te gaan. De beweegkist is met een begeleidende brief over de bedoeling naar de scholen gestuurd direct nadat er afspraken waren gemaakt over de clinic. De kist bevat onderdelen die de scholen kunnen helpen bij de voorbereiding van de clinic en de beweegweek, zoals een actiemap met daarin een voorbeeld draaiboek en allerlei informatie over bijkomende zaken van het organiseren van beweegactiviteiten.

We hebben de scholen gevraagd om per onderdeel van de beweegkist aan te geven of ze het hebben gezien en ook gebruikt en zo ja, hoe ze het onderdeel waarderen. Dezelfde vragen hebben we gesteld ten aanzien van de website www.dubbel30.nl.

5.1 Gebruik en waardering onderdelen beweegkist

Het merendeel van de scholen heeft de spullen uit de beweegkist in ieder geval gezien. Eén school heeft de beweegkist helemaal niet bekeken. Gemiddeld wordt 55 procent van de onderdelen van de beweegkist eens of vaker gebruikt door de scholen. De waardering voor de beweegkist is met een gemiddeld rapportcijfer van 7.2 behoorlijk, maar er gaan toch ook geluiden op dat het geld van de kist beter besteed kan worden. Zo wordt onder andere geopperd om het geld van de beweegkist te investeren in manuren op de scholen ter ondersteuning. Er is behoefte aan meer kant en klare producten/(les)pakketten. Duidelijk is in ieder geval dat de beweegkist niet noodzakelijk is om een succes van de dubbel30 campagne te maken.

Van de onderdelen van de beweegkist worden de promotieposters met Ali B verreweg het meeste gebruikt en het dubbel30 beweegspel het minste. De beweegpaspoorten worden door meer scholen niet dan wel gebruikt (45%), maar krijgen wel de hoogste waardering. Zie tabel 5.2.

Tabel 5.2 Gebruik en waardering onderdelen beweegkist (n=38)

	% gebruikt	Gemiddeld cijfer
Poster Ali B. en aankondiging	87%	7.3
Sport en spelmateriaal	68%	6.8
Actiemap	47%	7.3
Dubbel30 beweegpaspoorten	45%	7.4
Dubbel30 beweegspel	26%	6.8
Gemiddeld	55%	7.2

De dubbel30 beweegteams maken weinig gebruik van de beweegkist. Ze weten vaak wel dat de beweegkist er is, maar hebben er niet in gekeken en de onderdelen dus ook niet gebruikt. In sommige gevallen heeft de docent er onderdelen uit gehaald en aan de leerlingen doorgegeven.
We sluiten deze paragraaf af met een opsomming van enkele evaluatieve punten ten aanzien van de specifieke onderdelen van de beweegkist.

Poster Ali B.
Ali B. wordt als ambassadeur van de dubbel30 campagne gewaardeerd; hij spreekt veel vmbo-jongeren aan. Daar tegenover staat dat enkele scholen hun vraagtekens zetten bij het ambassadeurschap van Ali B.: de verwachting wordt gewekt dat hij gratis of in ieder geval tegen sterk gereduceerd tarief inzetbaar is voor dubbel30 doeleinden, maar dat blijkt niet het geval.



Bewerking poster door leerlingen RSG Wolfsbos

Sport- en spelmaterialen
De meningen over de sport- en spelmaterialen in de beweegkist[11] zijn zeer verdeeld. Een deel van de scholen vindt ze geweldig en gebruikt ze tijdens de lessen of leent ze uit in de pauzes. Andere scholen geven aan al over voldoende sportmateriaal te beschikken en/of een deel van de materialen 'te kinderachtig voor de doelgroep' dan wel niet geschikt voor LO-lessen te vinden. Eén school bedacht een creatief doel voor de spullen: ze maakten deel uit van het prijzenpakket van een verloting tijdens de beweegdag.

Actiemap
Doel van de actiemap is om leerlingen ideeën te geven en hen bij hun taken te ondersteunen door middel van stappenplannen, draaiboeken en voorbeelden van een persbericht, toernooischema, sponsorbrief enz.

Noot 11 Er zit onder meer een basketbal, voetbal, diabolo's, springtouwen, gewichten en estafettestokjes in de kist.

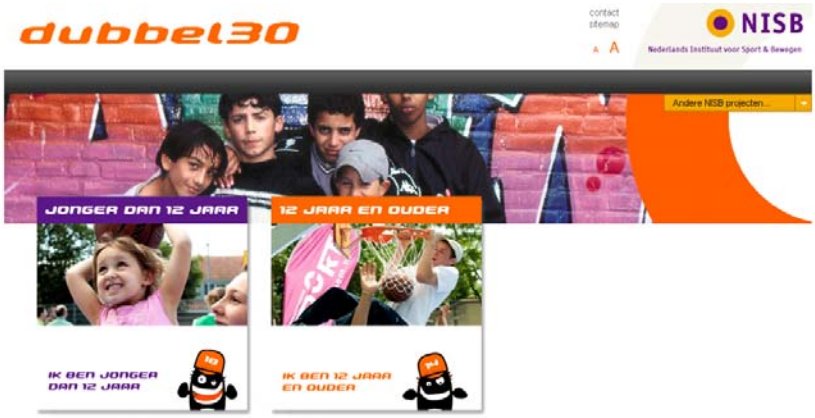
Zowel leerlingen als docenten geven aan dat het niveau van de actiemap iets te hoog is voor de leerlingen en weer te laag voor de docenten. Men heeft voorkeur voor praktische werkbladen en zelf in te vullen stappenplannen. Vooral moet de tekst korter voor vmbo-leerlingen. Daarnaast wordt ervoor gepleit om een certificaat voor de leden van het beweegteam in de beweegkist op te nemen; dit om hun medewerking te kunnen waarderen in hun portfolio.

Beweegpaspoorten
De praktische, eenvoudig uitvoerbare opdrachten in het beweegpaspoort worden gewaardeerd. Een deel van de scholen heeft de paspoorten gewoon uitgedeeld aan leerlingen, maar het meeste effect wordt gezien als het paspoort wordt ingevuld tijdens een lesuur en er ook een terugkoppeling plaatsvindt met een docent of diëtist. Volgens de docenten dragen de beweegpaspoorten, mits onder begeleiding gebruikt, van alle materialen in de beweegkist het meeste bij aan de bewustwording van de dubbel30 boodschap.

Beweegspel
Het dubbel30 beweegspel – een soort ganzenbord met hints over sport, bewegen en gezondheid – wordt als idee gewaardeerd, maar blijkt in de schoolpraktijk niet goed bruikbaar:"Het dubbel30 beweegspel is op zich erg leuk, maar het is met dit formaat onmogelijk om dit met een hele klas te spelen. Dus of het bord moet groter, of er moeten meerdere spellen in de beweegkist worden gedaan."

5.2 Gebruik en waardering website www.dubbel30.nl

Ook de website www.dubbel30.nl is bedoeld om scholen te ondersteunen bij de structurele inbedding van dubbel30 activiteiten en het bewegingsbewust maken van leerlingen. Op de site kunnen jongeren aan de slag met een personality test, de beweegtest en een stappenplan. Verder krijgen jongeren advies van een beweegcoach en is er informatie te vinden over sport, bewegen, voeding en gezondheid. De onderdelen zijn gericht op de bewustwording van jongeren en benadrukken het belang van een actieve leefstijl. 11 procent van de docenten van de dubbel30 scholen heeft de website helemaal niet bekeken en kan er dus ook geen oordeel over vormen. Het gaat hier vooral om LO-docenten die weinig op hebben met computers en liever praktisch bezig zijn. Bijna een derde van de docenten (32%) heeft de website wel even bekeken, maar er verder geen gebruik van gemaakt. 58 procent van de docenten/scholen heeft de website daadwerkelijk gebruikt. Het gebruik varieert evenwel sterk in intensiteit. Waar de ene docent aangeeft wel wat ideeën op de site te hebben opgedaan, daar heeft de andere docent leerlingen op de website de verschillende testjes laten doen. Het gemiddelde rapportcijfer van docenten voor de website is een 7.3. Leerlingen die de website hebben gebruikt geven aan de site leuk en informatief te vinden. Vooral de tips over bewegen en de filmpjes waarderen zij hoog.



Printscreen website dubbel30

6 Vervolgacties en effecten

"We hebben de sportdag veranderd van een competitieve dag naar een instuifachtige dag. Dat hebben we met dubbel30 voor het eerst gedaan en dat is goed bevallen. Daardoor bereik je veel meer leerlingen omdat iedereen mee wil en kan doen."

Dubbel30 wil meer zijn dan een eenmalige clinic. De structurele inbedding van beweegactiviteiten moet vooral op schoolniveau haar beslag krijgen. Inbedding in jaarlijks beleid vergt van een school een reservering van jaarlijkse niet-gebonden lesuren, een financiële waarborg en een lokaal samenwerkingsverband met partijen vanuit sport en buurt om goede beweegprogramma's te blijven bieden.
Een belangrijke vraag is dus of de dubbel30 Energy Tour tot vervolgacties heeft geleid en zo welke.

6.1 Heeft dubbel30 geleid tot vervolgacties?

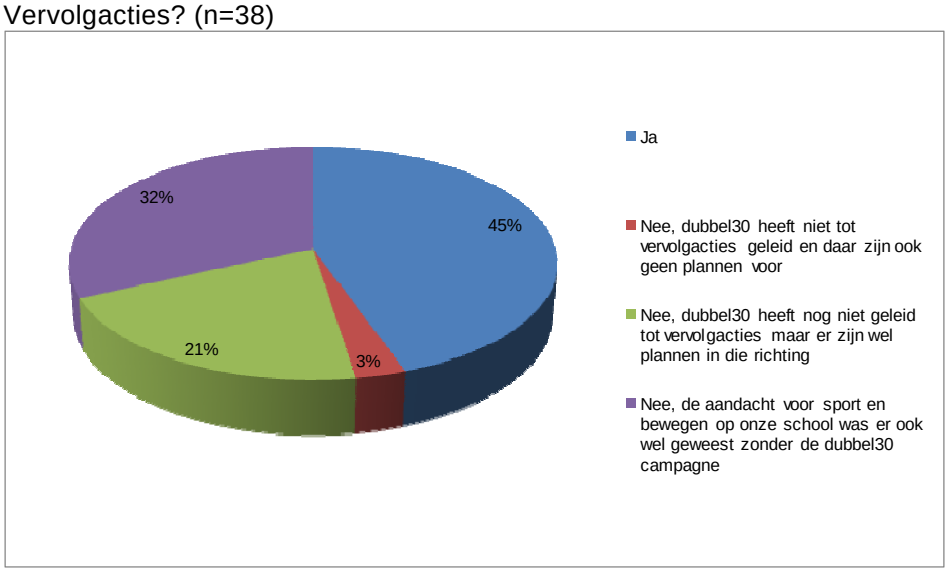
"De dag was een succes: de sfeer was goed en er was veel enthousiasme, zowel bij de leerlingen als bij de leraren. De dagen erna spraken de leerlingen nog veel over de clinic en de activiteiten die ze hadden gedaan. Nu is het zaak om iets met deze positieve sfeer te doen, voordat het weer wegebt."

45 procent van de scholen geeft aan dat de dubbel30 Energy Tour inmiddels heeft geleid tot concrete vervolgacties[12] en nog eens 21 procent heeft daar plannen voor. Zie figuur 6.1 op de volgende bladzijde. De voorgenomen plannen verschillen in mate van concreetheid maar geven de intenties van de scholen goed weer:

- Meedoen aan *vmbo in beweging*.
- Continuering van het inzetten van clinics.
- Meer extra sportactiviteiten organiseren gedurende het schooljaar, in samenwerking met leerlingen.
- Voeding en sport op de kaart zetten.
- Volgend jaar een uitgebreider project.
- Het organiseren van een beweegweek, extra aanbod voor vmbo, samenwerking met externe partijen mits er budget voor is.
- Sport aanbieden in pauzes, naschools sportaanbod.
- Tennislessen aanbieden door een externe partij en het opzetten van schoolsportteams.

Noot 12 De term vervolgacties dient hierbij ruim opgevat te worden: het kan gaan om bijvoorbeeld sportkennismakingslessen, specifieke afspraken tussen school en een buitenschoolse sportaanbieder, maar ook om de organisatie van een jaarlijkse (dubbel30) beweegweek.

Figuur 6.1 Vervolgacties? (n=38)

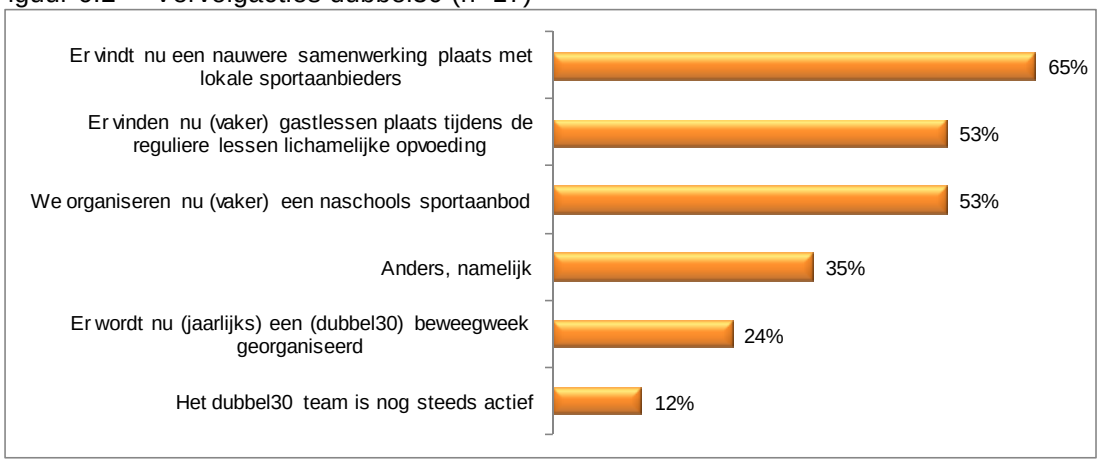


We merken op dat de vraag naar vervolgacties voor een deel van de scholen mogelijk te vroeg kwam, aangezien de dubbel30 activiteiten op een aantal van de bevraagde scholen nog maar kort daarvoor plaatsvonden.

6.2 Welke vervolgacties hebben er plaatsgevonden?

Bij 17 van de 38 onderzochte scholen zijn inmiddels vervolgacties ondernomen. Gemiddeld ondernemen de scholen 2,4 vervolgacties. De meest genoemde vervolgactie is dat er een nauwere samenwerking is ontstaan met lokale sportaanbieders. Ook worden er door meer dan de helft van de scholen met vervolgacties vaker gastlessen georganiseerd tijdens de reguliere gymlessen, evenals naschools sportaanbod. Bijna een kwart van de scholen met vervolgacties is voornemens jaarlijks beweegweek te gaan organiseren en op 2 scholen is het dubbel30 beweegteam nog altijd actief.

Figuur 6.2 Vervolgacties dubbel30 (n=17)



In de categorie *anders* worden de volgende vervolgacties genoemd:

- Er komt een sportcommissie, waaruit ook een dubbel30 team kan ontstaan. Er is een sporthuis opgericht op de locatie. De school vind het dermate belangrijk dat er uren voor vrij komen.
- De start van het project *gezonder vooruit/gezond verder.*
- Er komen meer LO-uren in de onderbouw.
- Deelname aan het project 'Vmbo in Beweging': aanstelling van een beweegcoach voor 0,1 fte en het schrijven van een stappenplan om ons vmbo meer in beweging te krijgen.
- Het dubbel30 team en het WhoZnext team zijn gefuseerd.
- We gaan volgend schooljaar starten met sportklassen.

Hoewel de scholen aangeven vervolgacties te hebben ondernomen, is het de vraag wat de omvang en impact hiervan is. Het idee bestaat dat de meeste vervolgacties nog weinig om het lijf hebben. Evenwel is het een positief resultaat dat de scholen vervolgacties hebben ondernomen.

6.3 Effecten van dubbel30 op beweegattitude en –gedrag van leerlingen

"Er is iets bijzonders voor de leerlingen georganiseerd en daardoor gingen ze beter hun best doen. Dat heeft op de dag zelf voor veel enthousiasme gezorgd, maar we zien geen veranderingen in sportdeelname op school."

Eerder zagen we dat dubbel30 voor scholen een aantal opbrengsten heeft:

- een enthousiaste sfeer;
- meer betrokkenheid van andere docenten (biologie, maatschappijleer enz.) bij het onderwerp sport, bewegen en gezondheid;
- meer betrokkenheid van leerlingen zelf;
- een aansprekend sportaanbod, dat aansluit bij de belevingswereld van de leerlingen;
- contacten met externe sportaanbieders en andere partners in de buurt, zoals gemeente, diëtisten, GGD, et cetera;
- inspiratie voor LO-docenten.

De vraag is nu wat de opbrengst van dubbel30 is op leerling-niveau. Vast staat dat naar schatting 6.000 vmbo-leerlingen hebben meegedaan aan een van de vier aangeboden clinics en 10.000 leerlingen aan een of meer aanvullende activiteiten op het gebied van sporten, bewegen en gezondheid in een beweegweek[13]. De vraag is echter of dit leidt tot een positievere beweegattitude en tot meer sporten en bewegen bij dit grote aantal jonge deelnemers. Hoewel geen van de scholen hier onderzoek naar heeft gedaan temperen zij te hooggespannen verwachtingen. Zij benadrukken dat vmbo-leerlingen doorgaans moeilijk in beweging zijn te krijgen en te houden, vooral na het eerste leerjaar:

"In het eerste studiejaar gaat het nog wel goed, dan eten ze nog hun zelf gesmeerde boterhammen op en zitten ze op een sportvereniging. Vanaf het tweede leerjaar wordt dit al minder en vanaf het derde leerjaar gaan leerlingen minder bewegen en ongezonder eten. Het is dan niet meer stoer om gezond te doen, vriendjes en vriendinnetjes stoppen ook met sporten en ze nemen een bijbaantje. Ook wordt de controle vanuit huis minder."

Noot 13 We gaan ervan uit dat de 6.000 leerlingen die mee hebben gedaan aan de clinic ook mee hebben gedaan aan de aanvullende activiteiten. Dat betekent dus dat er naar schatting in totaal zo'n 10.000 (6.000 + 4.000) leerlingen in beweging zijn gekomen.

Van een eenmalig aanbod mogen dan ook geen wonderen op het gebied van gedragsverandering worden verwacht, zo is de heersende opinie. Wat de docenten wel opviel is dat de leerlingen na afloop nog lange tijd positief over de clinic en activiteiten praatten. De boodschap dat bewegen leuk is, is overgekomen. Docenten hebben echter niet het idee dat de leerlingen door de clinic en activiteiten ook daadwerkelijk meer zijn gaan bewegen of anders met hun voeding omgaan. Daarvoor zijn vervolgacties nodig, vooral gericht op het toe leiden van leerlingen naar een structureel sportaanbod. Daar zijn veel deelnemers door de dubbel30 activiteiten nu wel ontvankelijker voor dan voorheen: waar een deel van de leerlingen eerder weinig op had met sport, zijn ze er nu – als gevolg van de dubbel30 sportervaring – positiever over gaan denken. Dat is winst, maar kan ook weer snel wegebben.

"De inactieve leerlingen gaan niet ineens sporten door een eenmalige clinic."

6.4 Versterking dubbel30 op vmbo

Scholen aan zet
Voorgaande paragraaf maakt duidelijk dat scholen een vervolg moeten geven aan dubbel30 om daadwerkelijk effect te sorteren op leerling-niveau. Wat zou er toe kunnen leiden dat vmbo-leerlingen meer gaan bewegen?

- Maak sporten leuk! Een divers aanbod dat aansluit op de belevingswereld en aansluitend daarop een naschools aanbod i.s.m. verenigingen.
- Het aanbieden van eigentijdse en aansprekende sporten, vooral in combinatie met muziek en technische hulpmiddelen (video, sociale media, Youtube, et cetera). Vooral inactieve leerlingen zijn zo te bereiken.
- Als school moet je slimme, inventieve manieren bedenken om de leerlingen in beweging te krijgen. Voorbeelden hiervan zijn leerlingen veel laten lopen tussen de lessen door (slimme roostering; tussen de lessen van de ene kant naar de andere kant van het gebouw laten lopen) of het plaatsen van hometrainers en tafeltennistafels in de kantine.
- Het betrekken van ouders bij het eet- en beweeggedrag van hun kinderen. Via de ouders ook bewerkstelligen dat kinderen lopend of met de fiets komen, in plaats van met openbaar vervoer.
- De samenwerking met sportclubs moet worden geïntensiveerd, zodat ook na schooltijd een aanbod kan worden verzorgd. Dat is tevens een oplossing voor het ruimteprobleem.
- Een samenwerking met maatschappelijk werk om te kijken waar mogelijkheden liggen voor een specifieke groep kinderen.
- Het introduceren van sportklassen (waarbij je wel het gevaar loopt dat je alleen kinderen bereikt die al sportief zijn).
- In plaats van de beweegkist, lespakketten aanbieden met concrete onderdelen zoals het beweegpaspoort en stappentellers.
- Voor naschools aanbod: een financiële aanmoediging voor leerlingen om te blijven sporten: ze betalen voor een strippenkaart en als ze die kaart binnen een bepaalde periode volmaken krijgen ze het grootste gedeelte van het aankoopbedrag terug.
- Meer verplichte uren lichamelijke opvoeding (maar, zo zegt men er gelijk bij: "Dat is een vergeefse droom…").

De dubbel30 scholen hebben ideeën te over om meer van hun vmbo-leerlingen in beweging te krijgen en te houden, maar uitvoering geven aan

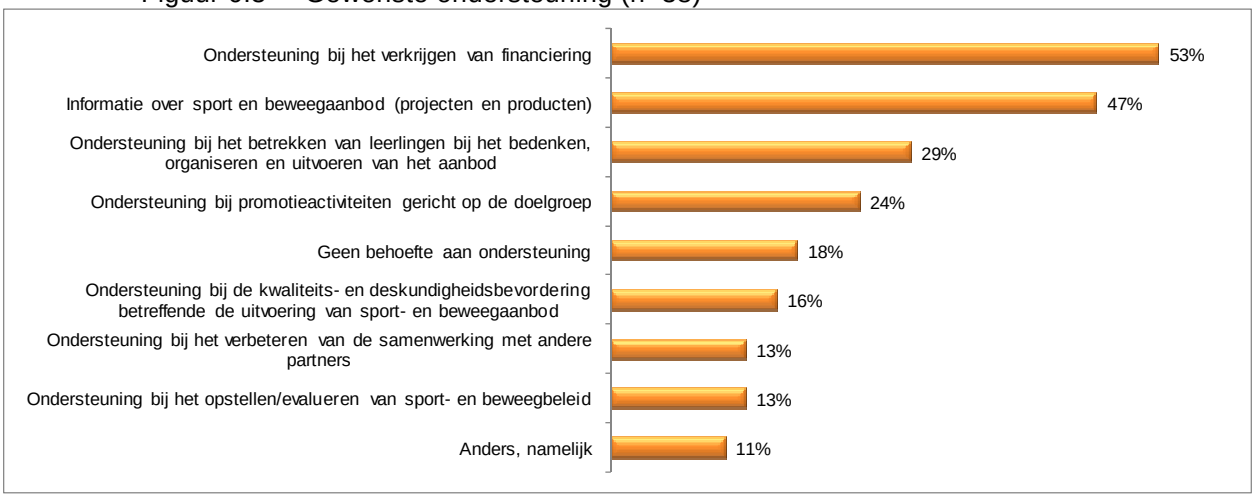
die ideeën is een ander verhaal. Dat vereist, vooral, tijd en geld, zo geven de coördinerend docenten van de dubbel30 scholen aan. Zonder tijd en geld is een structureel vervolg op de dubbel30 campagne niet mogelijk. Daarom moet het schoolbestuur ook overtuigd zijn of worden van het belang van en de meerwaarde inzien van sport, bewegen en gezondheid voor de school.

"Om bewustwording op het gebied van sport, bewegen en gezondheid te creëren bij leerlingen is het nodig om dit soort activiteiten structureel, elk jaar terug te laten komen. Daar is geld voor nodig."

Ondersteuning

Het gros van de scholen (82%) denkt niet dat het lukt om vervolginitiatieven volledig op eigen kracht op te pakken. Er bestaat bij de scholen behoefte aan ondersteuning op verschillende gebieden. De scholen geven te kennen behoefte te hebben aan informatie over subsidies en over projecten (en producten) waar zij aan kunnen deelnemen. Dit komt naar voren in zowel de webenquête, de face-to-face interviews als de telefonische interviews. Deze informatie over projecten willen ze dan graag zo ver mogelijk van tevoren krijgen zodat ze het kunnen inpassen in het schooljaarplan. Er is geen verschil in de soort gewenste ondersteuning tussen de sportieve en niet/minder sportieve scholen. Zie figuur 6.3.

Figuur 6.3 Gewenste ondersteuning (n=38)



In de categorie *anders* wordt genoemd:

- Ondersteuning bij het opstellen van een schoolvakwerkplan.
- Leerlingen meer betrekken bij de organisatie van sport- en beweegactiviteiten.
- Geen specifiek onderwerp.
- We starten volgend jaar ook met *vmbo in beweging*.

Gewenste (landelijke) ondersteuning vanuit niet-deelnemende scholen

Ook alle niet aan dubbel30 deelnemende scholen benadrukken dat je vmbo-jongeren niet genoeg kunt stimuleren om voldoende te bewegen. Deze scholen geven aan dat ze geen behoefte hebben aan ondersteuning in de vorm van advies en/of begeleiding. Wel zijn ze positief over deelname aan evenementen als de dubbel30 Energy Tour, omdat dit een duwtje in de rug kan geven.

Ook geven twee scholen aan dat ze überhaupt geen problemen hebben met hun vmbo-leerlingen; zij bewegen niet meer of minder dan de havo/vwo leerlingen die ze ook hebben.

7 Conclusies en aanbevelingen

'In hoeverre en onder welke voorwaarden kan de dubbel30 Energy Tour fungeren als aanjager om scholen (en leerlingen) letterlijk en figuurlijk in beweging te krijgen?'

In dit afsluitende hoofdstuk beantwoorden we de centrale hoofdonderzoeksvraag, om in het verlengde daarvan aanbevelingen te doen voor een eventueel vervolg van de dubbel30 Energy Tour.

7.1 Conclusies

Clinic en beweegweek
De clinic heeft als grootste meerwaarde dat alle leerlingen, ook de inactieve leerlingen, een positieve sportervaring opdoen. De aansluitende beweegweek heeft daarnaast als grootste meerwaarde dat leerlingen meer bewust worden dat ze 2x 30 minuten per dag moeten bewegen. Bovendien doen er meer leerlingen mee aan de beweegweek dan aan de clinic, en is er meer ruimte voor diepgang en de boodschap dubbel30.

De clinics zijn een groot succes, grotendeels dankzij de clinicleiders. De clinicleiders fungeren als rolmodellen en inspireren de leerlingen, ook de inactieve leerlingen. Een aandachtspunt is de boodschap van dubbel30, die zouden de clinicleiders meer kunnen uitdragen. Ook de muziek was een succesfactor, dat spreekt de leerlingen aan. Door daarnaast gebruik te maken van de nieuwste mediavormen (MSN, Hyves, Twitter) en computers (WII Fit bijvoorbeeld) wordt een brede doelgroep aangesproken. Door deze middelen in te zetten bereik je ook de leerlingen die vanuit zichzelf liever achter de computer kruipen in plaats van in beweging te komen.

Beweegteams
Iets meer dan de helft van het aantal scholen heeft een beweegteam opgericht. Dat geeft al aan dat dit niet voor iedere school gemakkelijk of vanzelfsprekend is. Het betrekken van leerlingen bij de voorbereiding, organisatie en uitvoering is voor veel scholen ook nieuw. De beweegteams verschillen onderling ook sterk in samenstelling en takenpakket. Hoewel de begeleiding en coördinatie voor de docenten veel tijd kost, zien zij wel degelijk een meerwaarde in de oprichting van de beweegteams. De leerlingen leren er veel van, niet alleen inhoudelijk maar ook vaardigheden. Bovendien weten de leerlingen zelf het beste wat hun leeftijdsgenoten in beweging krijgt.

De beweegteams moeten niet te groot zijn, 4-6 leerlingen is een mooi aantal. De ervaring van scholen die grotere beweegteams hadden opgericht was dat overleg dan helemaal lastig, zo niet onmogelijk, te organiseren was. Bovendien raakten de leerlingen zelf hierdoor het overzicht kwijt.
Er moet voldoende aandacht zijn voor overdracht van de kennis en ervaringen van het huidige beweegteam naar een volgend beweegteam. Een manier is om een overdrachtsdocument op te stellen waarin alles wordt vastgelegd. De overdracht zou nog beter zijn wanneer een gedeelte van het huidige team volgend jaar weer plaats zou nemen in het beweegteam.

Beweegkist en website
De beweegkist en de website worden door het merendeel van de scholen gebruikt. De mate waarin verschilt nogal, en de reacties op de inhoud van de beweegkist zijn ook wisselend. De algemene indruk is dat deze onderdelen meer ondersteuning en begeleiding nodig hebben om hun doel te bereiken. De meest gebruikte onderdelen zijn de posters met Ali B en de sport- en spelmaterialen als voetbal, basketbal en diabolo's. De beweegpaspoorten worden het hoogst gewaardeerd. De sport- en spelmaterialen zijn een leuke aanvulling, maar geen voorwaarde om een succes te maken van de clinic en beweegweek en zeker niet om de leerlingen in beweging te krijgen.

Vervolgacties, effecten en gewenste ondersteuning
Bijna de helft van de scholen (45 procent) geeft aan dat de dubbel30 Energy Tour heeft geleid tot vervolgacties. Het is onduidelijk hoeveel deze vervolgacties om het lijf hebben. Het lijkt er evenwel op dat de scholen goed hebben gekeken en geluisterd naar het enthousiasme en de wensen van de leerlingen. De meest genoemde vervolgacties zijn namelijk contacten met lokale sportaanbieders en het vaker laten plaatsvinden van gastlessen tijdens de reguliere lessen. De leerlingen gaven aan dat een van de leukste dingen van de clinic en/of beweegweek was dat ze les kregen van een nieuwe, onbekende docent.

Terugblikkend op het eerste jaar van de dubbel30 Energy Tour schatten we dat er van duurzame effecten op gedragsniveau van leerlingen niet of nauwelijks sprake is. Daar kunnen op basis van dit onderzoek geen harde uitspraken over worden gedaan en zulke effecten mag je ook niet verwachten van deze interventie. Tijdens de interviews gaf geen enkele school aan dat er naar aanleiding van de clinic leerlingen nu direct (structureel) meer bewegen of gezonder eten.

De clinic zorgt voor een eenmalige, positieve sportervaring. De aansluitende beweegweek kan zorgen voor meer bewustwording en diepgaandere introductie van de boodschap dubbel30. De clinic en beweegweek tezamen vormen een goede basis, maar zijn op zichzelf onvoldoende voor daadwerkelijke gedragsverandering bij de leerlingen. Daarvoor is het nodig dat de positieve attitude, die via de clinic en beweegweek wordt gerealiseerd, een vervolg krijgt.

Kortom: de dubbel30 Energy Tour kan zeker als aanjager fungeren om scholen (en leerlingen) in beweging te krijgen, maar is nu nog een te geïsoleerde activiteit. Om echt van waarde te zijn moet het onderdeel gaan uitmaken van een breder plan.

7.2 Aanbevelingen

We sluiten dit rapport af met een aantal aanbevelingen ten aanzien van een eventueel vervolg van de dubbel30 Energy Tour. Ook deze aanbevelingen zijn gebaseerd op de resultaten en conclusies, maar minder rechtstreeks.

Meer dan alleen een clinic
De manier waarop de dubbel30 Energy Tour dit jaar is uitgevoerd op de scholen is een minimum variant. Wil de dubbel30 Energy Tour meer zijn dan alleen een eenmalige leuke actie, zal de campagne meer moeten behelzen dan alleen een clinic. Nu wordt de invulling en uitvoering (te)veel aan de

scholen zelf overgelaten, waardoor de essentie van de campagne niet goed naar voren kwam.

Minder vrijblijvend
Aansluitend hierop mag de dubbel30 Energy Tour ook minder vrijblijvend zijn. Hoewel het organiseren van een beweegweek en het oprichten van een beweegteam een voorwaarde voor deelname was, hebben lang niet alle scholen aan die voorwaarde voldaan. Hierin hadden de scholen (te)veel vrijheid en bestond er onduidelijkheid over wat nu precies een beweegweek en beweegteam inhielden en aan welke voorwaarden deze moesten voldoen. Door tijdgebrek is er regelmatig weinig tot niets op scholen georganiseerd. Toch hebben deze scholen allemaal een clinic gekregen.

Management/directie betrekken
Het management of de directie van de school moet actief worden betrokken bij de organisatie van een dubbel30 Energy Tour. Zij moeten uiteindelijk beslissen of er (meer) tijd en geld wordt geïnvesteerd in sport, bewegen en gezondheid. Het stimuleren van een grotere rol/betrokkenheid van management of directie kan de structurele inbedding van sport, bewegen en gezondheid bevorderen. Beleidsmatig moet dubbel30 worden ingebed, wil het een structureel karakter krijgen.

Aansluiting dubbel30 Energy Tour bij Vmbo in Beweging
Het is interessant om te kijken of de dubbel30 Energy Tour kan aansluiten bij de scholen die meedoen aan 'Vmbo in beweging'. De Energy Tour (clinic en beweegactiviteiten) kan voor een kick-off zorgen in een langer durende beweegcampagne. Enthousiasme voor bewegen creëren, daar zijn de clinics en beweegweek heel geschikt voor. De inzet van de sportcoördinator zorgt voor verankering en vervolgplannen.

Dit neemt niet weg dat er het afgelopen jaar ook bij docenten en leerlingen al het een en ander in beweging is gekomen en tot nieuwe inzichten heeft geleid!

"Ik organiseer al jaren een competitieve sportdag en heb dit jaar ervaren hoe het ook anders kan. Door beter te luisteren naar wat de leerlingen willen (verschillende, nieuwe sporten uitproberen) deed nu iedereen mee en vond ook iedereen het leuk! Volgend jaar gaan we het weer zo doen. 63-jarige! LO-docent.

Dankwoord

Wij willen alle deelnemende scholen graag bedanken voor hun medewerking aan het onderzoek. In het bijzonder willen we de coördinerende docenten en de leerlingen van de zes scholen die we hebben bezocht hartelijk bedanken voor hun gastvrijheid en de tijd die ze hebben vrijgemaakt om mee te werken aan het onderzoek.

- Farelcollege in Ridderkerk — Jeroen Barto
- Aloysius College in Den Haag — Remco Geus
- Kalsbeek College locatie Bredius in Woerden — Paul Maijstré
- Valauscollege in Venlo — Wim Peters
- Compas, Zuiderzee in Zaandam — Roy Scheffer
- RSG Wolfsbos in Hoogeveen — Anita van Veen