

Gezonde en actieve leefstijl in leermiddelen onderbouw VO

In dit artikel worden de resultaten beschreven van een screening van leermiddelen op onderwerpen die betrekking hebben op voeding en beweging (gezonde en actieve leefstijl). Deze screening, van zeven methoden en vijf lespakketten, is in 2009 uitgevoerd door het Kenniscentrum leermiddelen (KCL) van SLO. Het onderzoek vond plaats in opdracht van het ministerie van OCW in het kader van projectactiviteiten voor het Convenant Overgewicht. Door: José Lodeweges, Christine Volkering, Eddy Halfwerk, Chris Mooij

Aanleiding

In de afgelopen dertig jaar zijn overgewicht en obesitas dramatisch toegenomen in de Europese Unie. Ook in Nederland blijkt dat bij kinderen bij 14,5% van de jongens en 17,5% van de meisjes sprake is van overgewicht (van den Hurk, 2007¹).

Gelukkig begint het besef van de ernst van overgewicht steeds meer door te dringen. Mede door het Convenant Overgewicht bezinnen steeds meer partijen zich op hun mogelijke bijdrage aan de aanpak en preventie van overgewicht. Het Convenant Overgewicht maakt in 2010 een doorstart als Convenant Gezond Gewicht. De Nota Overgewicht (maart 2009) geeft richting aan concrete acties die vanuit het beleid in de domeinen van VWS en Jeugd en Gezin worden ondernomen. Eén van de doelstellingen in de Nota luidt: "Kinderen en jongeren doen op school voldoende kennis op over gezondheid en het belang van een gezonde leefstijl, in het bijzonder voeding en beweging". Als bijdrage voor de aanpak hiervan wordt onder andere genoemd: "Onderzoek door SLO ter ondersteuning van de keuze voor lesmethoden voor kennis en bewustwording ten aanzien van gezonde voeding en bewegen". In 2007 heeft SLO in opdracht van het ministerie van OCW al eerder lesmethoden en leermiddelen voor primair onderwijs onderzocht op leefstijl en gezondheid (voeding en beweging). Zie hiervoor een artikel in *Lichamelijke Opvoeding* nr. 8 (2008²). In navolging daarvan is in 2009 onderzoek gedaan naar gezonde en actieve leefstijl in lesmethoden biologie en verzorging voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs. De resultaten van dit onderzoek zijn in dit artikel opgenomen.

Voor gymleraren is de toename van overgewicht en obesitas bij kinderen en jongeren een dagelijks zichtbaar feit. Met de screeningsoverzichten kan de leraar bewegingsonderwijs snel zien welke onderwerpen aan de orde komen in de methoden of

lespakketten die in zijn of haar school worden gebruikt. En ook in welke groepen en op welke momenten dit gebeurt. Aan de hand daarvan kan initiatief worden genomen om afstemmingsafspraken te maken met collega's van de vakken biologie, verzorging of de leergebieden van mens & natuur. Zodat bijvoorbeeld de bewegingsactiviteiten in de gymzaal wat meer gekoppeld worden aan de theorie die wordt behandeld in de andere vakken. Ook kunnen afspraken worden gemaakt over verdergaande vormen van vakkenintegratie.

Keuze methoden en lespakketten

Bij de keuze van de methoden zijn recent verschenen methoden geselecteerd. Daarbij is ook rekening gehouden met een spreiding over de verschillende educatieve uitgeverij en een spreiding over de vakken biologie en verzorging, het combivak biologie-verzorging en het leergebied mens & natuur. Van de methoden zijn alle delen voor vmbo-kgt en havo/vwo voor leerjaar 1 en 2 (onderbouw vo) gescreend. Daar waar de methode in modules verkrijgbaar is, zijn alleen die modules gescreend waar thema's van gezonde en actieve leefstijl werden verwacht.



FOTO: HANS DIJKHOFF

Hoogtesprong uit stand

Tabel 'Voeding' in methoden

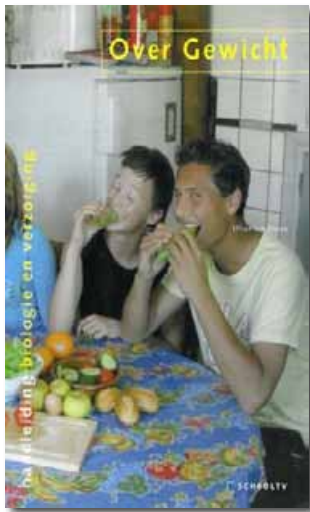
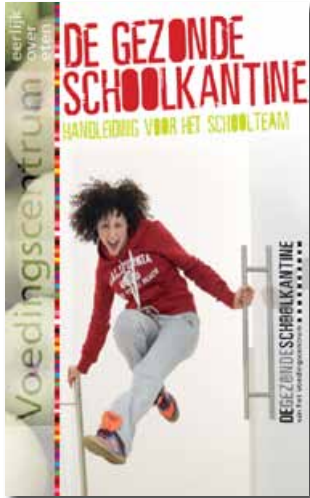
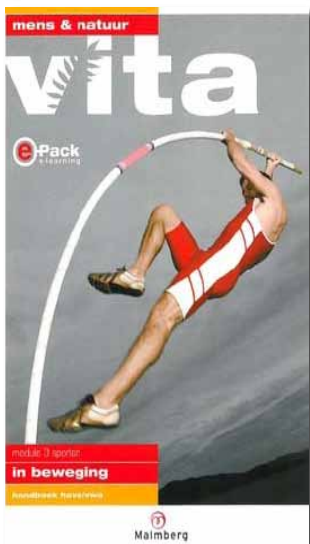
methode schooltype/leerjaar thema	Biologie voor jou		Kontakt		Verzorging voor jou		Wijsl				Explora Biologie-Verzorging				Bekijk het!		Vita	
	vmbo-t h/v 1	vmbo-t h/v 2	vmbo- kgt 1-2	h/v 1-2	vmbo-t h/v 2	vmbo kgt 1	vmbo kgt 2	h/v 1	h/v 2	vmbo kgt 1	vmbo kgt 2	h/v 1	h/v 2	vmbo-t h/v 1	vmbo-t h/v 2	vmbo- kgt	havo- vwo	
A. Voeding en voedingsmiddelen	•	•	•	•	•			•		•		•		•	•	•	•	
B. (On)gezonde voeding	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
C. Functie van voeding	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
D. Voedselveiligheid	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
E. Voedselbereiding			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
F. Spijsvertering	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
G. Voeding en lichaamsgewicht	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
H. Voeding en ziekten	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
I. Plannen en budgetteren	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
J. Etikettering	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
K. Voedingsgewoonten in andere culturen			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
L. Beleving van voeding			•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	

Verklaring van de scores:

- = Eén onderwerp* van het betreffende thema komt aan de orde. * Zie voor de onderwerpen bij de thema's de 'Themalijst gezonde en actieve leefstijl'.
- = Enkele onderwerpen van het thema komen aan de orde.
- ⊛ = Bijna alle onderwerpen van het thema komen (uitgebreid) aan de orde.
- = Als er niets staat komt het thema niet aan bod.

Tabel 'Beweging' in methoden

methode schooltype/leerjaar thema	Biologie voor jou		Kontakt		Verzorging voor jou		Wijsl				Explora Biologie-Verzorging				Bekijk het!		Vita	
	vmbo-t h/v 1	vmbo-t h/v 2	vmbo- kgt 1-2	h/v 1-2	vmbo-t h/v 2	vmbo kgt 1	vmbo kgt 2	h/v 1	h/v 2	vmbo kgt 1	vmbo kgt 2	h/v 1	h/v 2	vmbo-t h/v 1	vmbo-t h/v 2	vmbo- kgt	havo- vwo	
A. Voldoende bewegen	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
B. Dagelijks bewegen	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
C. Deelnemen aan bewegingsactiviteiten					•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
D. Sociaal gedrag	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
E. Sportoriëntatie en -keuze					•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	
F. Beleving van bewegen	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	



Tabel 'Voeding' in lespakketten

lespakket schooltype/leerjaar	Bewegen en sport	Gezonde schoolkantine	Over Gewicht	Weet wat je eet	www.dubbel30.nl
thema	vo onderbouw	vo	vmbo 1-2	vo onderbouw	vo onderbouw
A. Voeding en voedingsmiddelen	•	•	•	•	
B. (On)gezonde voeding		•	•	•	•
C. Functie van voeding		•	•	•	
D. Voedselveiligheid		•	•	•	•
E. Voedselbereiding		•	•	•	
F. Spijsvertering		•	•	•	
G. Voeding en lichaamsgewicht		•	•	•	•
H. Voeding en ziekten		•	•	•	•
I. Plannen en budgetteren		•	•	•	
J. Etikettering		•	•	•	
K. Voedingsgewoonten in andere culturen		•	•	•	
L. Beleving van voeding		•	•	•	

Tabel 'Beweging' in lespakketten

lespakket schooltype/leerjaar	Bewegen en sport	Gezonde schoolkantine	Over Gewicht	Weet wat je eet	www.dubbel30.nl
thema	vo onderbouw	vo	vmbo 1-2	vo onderbouw	vo onderbouw
A. Voldoende bewegen	•		•	•	•
B. Dagelijks bewegen	•		•	•	•
C. Deelnemen aan bewegingsactiviteiten	•		•	•	•
D. Sociaal gedrag	•		•	•	•
E. Sportoriëntatie en -keuze	•		•	•	•
F. Beleving van bewegen	•		•	•	•



FOTO: HANS DIJKHOFF



FOTO: HANS DIJKHOFF

Sit-ups

De volgende methoden zijn gescreend:

- *Biologie voor jou* (onderbouw vmbo en havo/vwo- 6e editie, 2008-2009) - Malmberg
- *Verzorging voor jou* (3e editie, 2003-2004) - Malmberg
- *Kontakt, verzorging voor de onderbouw* (3e editie, 2006) - Noordhoff uitgevers
- *Wijs! methode verzorging voor de basisvorming* (2003-2004) - ThiemeMeulenhoff
- *Bekijk het! Biologie/verzorging* (2006) - NijghVersluys
- *Explora Biologie/verzorging* (2006) - Noordhoff uitgevers
- *Vita* (mens & natuur, 2006-2008) - Malmberg.

Daarnaast zijn er vijf lespakketten geselecteerd van de volgende instanties:

- Voedingscentrum: *De gezonde schoolkantine* (2008)
- Teleac/NOT (Schooltv): *Over Gewicht* (2005)
- Voedingscentrum: *Weet wat je eet* (2005)
- NISB: *Dubbel30* (2004)
- Albert Sickler: *Bewegen en sport*, onderbouw vmbo/havo/vwo (2009).

Werkwijze

Voor de screening is gebruik gemaakt van een themalijs met onderwerpen en begrippen die betrekking hebben op voeding en beweging. De volledige themalijs is als bijlage opgenomen in de publicatie *Gezonde en actieve leefstijl in leermiddelen* voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs (2009³), die te vinden is op de website van SLO (www.slo.nl). Bij het onderdeel beweging is ook gebruik gemaakt van de *Handreiking Actieve Leefstijl* voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs (2008⁴).

De resultaten van de screening worden op twee manieren gepresenteerd.

- 1 Per methode/lespakket worden de resultaten weergegeven. Daarbij wordt aangegeven welke onderwerpen van het thema in de methode of het lespakket aan bod komen en hoe.
- 2 In vergelijkingstabellen. Daarbij wordt aangegeven in welke mate de thema's van voeding en beweging in de methodes en lespakketten zijn uitgewerkt. De vergelijkingstabellen zijn bij dit artikel opgenomen.

Resultaten

De methoden voor biologie/verzorging en mens & natuur scoren over het algemeen goed op de thema's en onderwerpen die te maken hebben met gezonde voeding. De thema's 'voedingsgewoonten in andere culturen', 'voedselbereiding' en 'beleving van voedsel' scoren wat minder, met uitzondering van de methode *Kontakt*.

Voor 'Beweging' scoren de methoden over de hele lijn lager dan voor 'Voeding'. Maar dat is op zichzelf wel te begrijpen, omdat 'beweging' juist in de lessen lichamelijke opvoeding of bewegingsonderwijs in de praktijk ruim aan bod komt. Het valt wel op dat in alle methoden in meer of mindere mate aandacht

Beter dan sit-ups

wordt besteed aan het belang van voldoende bewegen, het dagelijks bewegen en sociale aspecten van bewegen en sport. De methode *Vita* besteedt ook aandacht aan het thema 'Sportoriëntatie en -keuze'.

De lespakketten zijn kleiner qua omvang dan de methoden en zoomen wat meer in op een bepaald onderwerp, zoals bijvoorbeeld de *Gezonde schoolkantine*. In *Over gewicht en Weet wat je eet* komen onderwerpen over voeding het ruimst aan bod. In het lespakket *Bewegen en sport*, dat is bedoeld als ondersteuning bij de lessen lichamelijke opvoeding of bewegingsonderwijs, worden geen thema's of onderwerpen over voeding behandeld. Dit lespakket scoort juist weer goed op onderwerpen die gaan over beweging. Dat geldt in wat mindere mate ook voor *Dubbel30* en *Over gewicht*. De andere lespakketten scoren op beweging niet of nauwelijks.

In de publicatie *Gezonde en actieve leefstijl* worden de methoden en lespakketten apart behandeld. Per methode wordt onder andere aangegeven welke thema's aan bod komen en in welke leerjaren dat gebeurt.

De publicatie *Gezonde en actieve leefstijl* voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs is te downloaden via de website van SLO (http://www.slo.nl/downloads/2009/Gezonde_20en_20actieve_20leefstijl_20in_20leermiddelen.pdf). Dat geldt ook voor de *Handreiking actieve leefstijl*.

Literatuur/noten

- 1 Hurk, van den et al. (2007), Prevalence of overweight and obesity in the Netherlands in 2003 compared to 1980, *Arch Dis Child*.2007; 92: 992-995
- 2 Mooij, Lodeweges, Volkering (2008), *Lichamelijke opvoeding, nr. 8*, Actieve en gezonde leefstijl in leermiddelen voor primair onderwijs
- 3 Halfwerk, Lodeweges, Volkering (2009) *Gezonde en actieve leefstijl in leermiddelen*, voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs, SLO, Enschede
- 4 Mossel, van, Rodenboog (2008), *Handreiking actieve leefstijl* voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs, SLO, Enschede.

Correspondentie:

c.mooij@slo.nl