

Lekkerfit!

LEERERVARINGEN BIJeenKOMST TILBURG





LEERERVARINGEN BIJeenKOMST TILBURG



OP HET VLAK VAN: REGIONALE SAMENWERKING:



Goede integrale samenwerking: gezondheid, sport, onderwijs. Gezamenlijk de gemeente benaderen. Goede afstemming.



Werkgroep met beleidsmedewerkers gemeente en de GGD. De werkgroep benadert de scholen met de schoolspecifieke overgewichtgegevens. De scholen worden geprikkeld om er iets aan te gaan doen. Dan heb je een ingang om met de school te gaan praten.



Taken verdelen tussen de samenwerkingspartners onderling. Uren begroten voor de ondersteuning van de scholen, en deze taak bij iemand neerleggen. Samen verantwoordelijk voelen.



OP HET VLAK VAN: DRAAGVLAK GEMEENTE:



In drie gemeenten lopen er vierjarige trajecten.



De Fittest gebruiken als aanleiding om met Lekker fit! te gaan starten. Of als kick-off met de pers erbij.



OP HET VLAK VAN BEHOUD, LEKKER FIT IN SCHOOLWERKPLAN



Meerjarenplan op gemeentelijk niveau.



LEERERVARINGEN BIJENKOMST TILBURG



OP HET VLAK VAN WERVING SCHOLEN

Een goed contact met de scholen. Bezoek de school op een aantal vaste momenten in de tijd: werving, informatiebijeenkomst, leerkrachtenbijeenkomst (daarin de jaarplanning doorspreken.  In mei voor het volgende jaar). Goed is om meerdere scholen tegelijk uit te nodigen. De scholen versterken elkaar. Kunnen afspreken om een gezamenlijke Kick-off te doen. Bij deze bijeenkomst ook de GGD en de thuiszorg uitnodigen. Zij kunnen dan meteen laten zien wat de school nog meer kan doen (ontwikkelen voedings- en beweegbeleid, ouderparticipatie, etc.).



Zorg dat je de docenten mee krijgt.

OP HET VLAK VAN ONDERSTEUNING SCHOLEN BIJ DE UITVOERING



De lekker fit! coach is aangesteld in Tilburg. De coach doet de werving en de ondersteuning.



Draagvlak op school binnen het team.



Lekker fit! is goed aan te vullen door gastlessen of ouderavond.



OUDERPARTICIPATIE



De ouders komen altijd als de kinderen wat doen, een dansje of zo. De ouderbijeenkomst daaraan koppelen. Dus handig koppelen van activiteiten. Koppel Lf! bijvoorbeeld aan een sponsorloop, met de ouders langs de kant, of ze doen ook mee.



LEERERVARINGEN BIJENKOMST TILBURG



REGIONALE SAMENWERKING



Er is nog geen plan van aanpak voor het doorverwijzen van kinderen met overgewicht, bijvoorbeeld naar Club Extra (bij voorkeur opnemen in naschools sportaanbod) Wat te doen na de fittest.



De Bos-coördinator laat weinig ruimte voor samenwerking met de GGD



DRAAGVLAK GEMEENTE:



De lesmethode wordt door de gemeente top down aangeschaft voor de school. Hierbij is het gevaar dat de school denkt: “heb je de gemeente weer. Moeten we weer wat. Wordt er weer iets bij ons gedropt”. Beter is het als de GGD de school benadert met een goede activiteit waardoor de school enthousiast wordt. Als de school enthousiast is kan je Lekker fit! introduceren. Maar stap voor stap. Je moet een lange adem hebben. Begin met iets kleins.



Lekker fit! is duur. Als de GGD Lekker fit! adviseert binnen de Gezonde School kiezen de scholen het niet, want het is te duur. Behalve de kosten voor de aanschaf, heb je ook nog de jaarlijkse kosten.



Voor informatie over de gemeente aanpak zie de website: www.lekkerfitopschool.nl/Gemeenten



LEERERVARINGEN BIJENKOMST TILBURG



WERVING



Het kost de school veel tijd. Ze hebben het al zo druk. Wat is haalbaar? Wat wil de school. Maak de tijd inzichtelijk. Scholen doen al zo veel. Zorg voor maatwerk.



Extra belasting leerkrachten. De scholen vinden het een te zware belasting. Een oplossing hiervoor zou kunnen zijn dat er in de methodiek wordt aangegeven welke lessen biologie en wereldoriëntatie je kan schappen als je Lekker fit! doet. Dan is het in de plaats van, en niet weer iets erbij.



Scholen krijgen te veel aanbod op allerlei gebied (hakken in het zand).



Te weinig prioriteit bij de scholen voor dit onderwerp.



Welke koppeling is er met andere lesmaterialen? Bv met biodiversiteit.



In de toolkit op de website (www.lekkerfitopschool.nl) staan tools voor het benaderen en enthousiasmeren van de scholen.



BEHOUD



Er is weinig zicht of scholen Lekker fit! ook gebruiken.



Het is lastig om de lessen te geven in een combinatieklas.



Eerste jaar betaald door de gemeente. Tweede jaar betaald door de school. Haken de scholen het tweede jaar af. Dat de scholen meefinancieren is wel goed. Voorkomt dat ze het in de kast laten liggen.



ONDERSTEUNING SCHOLEN



Op allochtone scholen is het moeilijk de werkboekjes mee naar huis te geven. De ouders zijn vaak laaggeletterd en dat is confronterend voor de ouders.



Onvoldoende interesse/initiatief vanuit de scholen.



Is de fittest uitvoerbaar zonder sportservice of docent?



Signaleren en doorverwijzen: als je een kind met over- of ondergewicht signaleert, wat dan?





LEERERVARINGEN BIJENKOMST TILBURG

- Er is een lage opkomst als de SVP de uitkomsten van de fittest wil bespreken met het kind en de ouders.
- Een andere optie is dat de intern begeleider het bespreekt met de ouders, maar dat wil de intern begeleider vaak niet, want dat is niet zijn taak. Als de intern begeleider het wel doet, werkt dat goed.
- De leerkracht heeft ook gesprekken met de ouders. Die zou de ouders kunnen vragen of er een diëtist bij hun op huisbezoek mag komen. Maar de leerkracht vindt het vaak moeilijk om de ouders aan te spreken op het overgewicht van hun kind. En een huisbezoek kan afschrikken.
- De sportservice kan en mag dat niet.
- Doet de vakleerkracht dat. Heeft hij voldoende kennis daarover?
- Kan het zorgadviesteam iets doen? Het zorgadviesteam mag pas een kind bespreken nadat de ouders daar toestemming voor hebben gegeven.

Lekkerfit!

LEERERVARINGEN BIJeenKOMST BORNE



TIPS

- werk met een eigen budget per school > levert creatieve ideeën op
- trek een sponsor aan voor een gezonde schoollunch

FLOPS

- succes afhankelijk van enthousiasme school (directeur en leerkrachten)

TIPS

- zelfstandige invulling scholen
- grote mate van vrijheid die Lf!? biedt
- goede combinatiemogelijkheden met andere 'interventies' op gebied van voeding/bewegen/gezonde keuzes
- inzet van combinatiefunctionaris(sen) binnen Lf!?

FLOPS

- overall coördinatie soms moeilijk bij deelname van veel scholen

TIPS!

- stel coördinator aan (mede) uit werkbudget
- zorg voor regiepunt bij de gemeente en bij de samenwerkende partners

TIPS

- gezamenlijke kick-off deelnemende scholen (grote opkomst)
- grote betrokkenheid deelnemende scholen

FLOPS

- het hele programma in één week (en ... klaar!?)

TIPS!

- voorkeur voor jaarverdeling/planning door scholen zelf bepaald; belasting leerkrachten is dan minder

TIPS

- samenwerking met deelnemende basisscholen; veel eigen inbreng
- gastlessen door: sportverenigingen, Carinova
- ondersteuning m.b.t. PR door Zilveren Kruis Achmea

FLOPS

- fittest was geen succes
- matige deelname onderwijs; slechts 4 van de 17 scholen

TIPS!

- schakel ambassadeurs in;
- biedt scholen de mogelijkheid zich te profileren
- betrek de ouders bij het programma

TIPS

- intentie bij scholen om programma in te bedden; dragen - met ondersteuning van uit de gemeente - ook financieel bij; 1e jaar 0% / 2e jaar 50 % / 3e jaar 75% / 4e e.v. jaren 100%
- maandelijks een Nieuws-mail
- er wordt alleen gewerkt met scholen die het totale pakket afnemen (lespakket; fittest; sportinstuif i.s.m. sportver.; voedingslessen voor ouders/ kinderen/ docenten; methode BSR; inzet Dr. Digi en mini-loco); 'slow-starters' krijgen elk jaar de mogelijkheid om in te stappen
- afstemming met BSO/Kinderopvang i.v.m. Lf-project binnen- en naschools
- afstemming met de sportverenigingen over jeugd- en gezondheidsbeleid en inzet bij sportinstuiven

FLOPS

- in het LF-lespakket zijn de groepen 1 en 2 gekoppeld; is niet handig, want de kinderen krijgen dan twee jaar dezelfde 'stof'

TIPS

- focus op de groepen 4 t/m 6
- zorg m.b.t. het lespakket Lf! voor aansluiting bij het onderwijsprogramma
- inzet van gastlessen Carint
- organiseren van sportintroductie-lessen en verzorgd door de vakleerkrachten
- organiseren van een naschools sportkennismakingsprogramma

FLOPS

- de eurofittest
- de thuiswerkopdrachten / ouderbetrokkenheid

TIPS!

- ouders via de ouderraad erbij betrekken
- ouderavond koppelen aan activiteiten met de leerlingen bv. eet-/kookactiviteit

TIPS

- de kick-off activiteit o.m. met inzet van de fruitshake-fiets
- de menukaart van Carint (afstemming over 'menu-keuze' en planning)
- inzet van enquêtes (scholen voorbereiden)

FLOPS

- door verkeerde planning is één school afgehaakt

TIPS!

- ga tijdig om de tafel om goed te plannen/organiseren

TIPS

- vooraf organisatie van een presentatie voor scholen/leerkrachten (leverde enthousiaste reacties op en voorkwam vragen tijdens het verloop)
- kick-off met 'ren je rot spel' gepresenteerd door topsporter

FLOPS

- beperkte betrokkenheid ouders (deel hecht er geen waarde aan)

TIPS!

- ouder/kind activiteiten organiseren, bv. gezamenlijk hapjes maken + opeten (bv. 'hap en stap vierdaagse')
- organiseren van een ouderbijeenkomst met bv. Carinova o.i.d.
- uiteindelijk aantal deelnemende scholen

TIPS

- eigen inbreng deelnemende basisscholen
- ondersteuning vanuit ZKA en SSO

FLOPS

- fittest
- matige deelname; ondanks persoonlijk contact slechts 4 van de 18 scholen

TIPS!

- schakel ambassadeurs in;
- organiseer (een) aantrekkelijke bijeenkomst(en)

TIPS

- methode weggezet bij brede buurtscholen (4)
- bereik d.m.v. deze samenwerking in totaal 9 scholen
- inzet stagiaires CALO-Zwolle; richting sportmanagement
- koppeling van project Lf!? aan project Scoren voor Gezondheid
- kick-off in estafette-vorm langs alle scholen op 25 nov. 2010 (stagiaires met bakfiets en in fruitpakken)
- kinderen en ouders 'wakker maken' m.b.t. obesitas en doorverwijzen naar specialisten en verenigingen

TIPS!

- dit kan door samen te werken met andere disciplines, waaronder diëtisten, kinder fysio's etc.; ken je lokale netwerk en aanbod!

Zie voor meer tips Lekker fit! http://lekkerfitopschool.nl/Mogelijke_Obstakels_bij_Lekker_fit!.aspx?mld=10534