



Interventie

PLAYgrounds

Samenvatting

Doel

Het doel van de interventie is om kinderen dagelijks minimaal 15 minuten gemiddeld matig intensief lichamelijk actief te laten zijn op het schoolplein tijdens de ochtendpauze.

Doelgroep

De doelgroep bestaat uit kinderen van de basisschool van groep 3 t/m 8, in de leeftijd van 6 tot en met 12 jaar.

Aanpak

Het schoolplein wordt fysiek aangepast, zodat de omgeving uitnodigt tot bewegen, bijvoorbeeld door verschillende zones te creëren waardoor de structuur meer ruimte per kind biedt. Daarnaast wordt actief gebruik van het schoolplein gestimuleerd door een hotspotsysteem (verdeling over de klassen van plekken waar veel kinderen en vooral de meest dominante kinderen willen spelen), klassenkisten met materiaal en een leensysteem, ondersteunende gymlessen, maandelijkse activiteiten met daaraan lessen en materiaal gekoppeld, kijkwijzers en participatie van leerkrachten (wekelijks) en ouders (maandelijks).

Materiaal

Er is een handleiding beschikbaar met daarin een voorbereidingschecklist en een aanpak voor in de school, en daarnaast voorbeelden van hot-spotroosters, materiaallijsten, kijkwijzers, leensystemen, gymlessen en maandthema's. Vanuit KIK (het Kenniscentrum HvA) wordt ondersteuning bij de voorbereiding, implementatie en het onderhoud van het programma geboden.

Onderzoek effectiviteit

Uit de effectevaluatie komt naar voren dat de interventie ervoor zorgt dat kinderen in de interventiegroep intensiever bewegen op het schoolplein en dat dit effect gedurende het schooljaar blijft bestaan. Er is dus geen novelty-effect, maar een continuerend effect. Het effect voor meisjes is 1,4 keer zo groot als voor jongens (jongens bewogen al meer voor de interventie) en het effect voor de oudere leeftijdsgroep (10-12 jaar) is 1,3 keer zo groot als voor de jongere groepen (6-7 en 8-9 jaar).

Uit de procesevaluatie (met RE-AIM) komt naar voren dat het programma simpel is om te implementeren en goed onderhouden kan worden.

Ontwikkeld door

Mirka Janssen
Dr. Meurerlaan 8 (ALO Amsterdam)
1067 SM Amsterdam
Email: m.janssen@hva.nl
Telefoon: 06-14416792

Erkenning

Erkend door

Deelcommissie jeugdgezondheidszorg, preventie en gezondheidsbevordering d.d 14-02-2013

Oordeel: Effectief volgens goede aanwijzingen

De referentie naar dit document is:

M. Jansen

(20-12-2010). Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'PLAYgrounds'. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van www.nji.nl/jeugdinterventies

1. Toelichting naam van de interventie

De naam van de interventie is PLAYgrounds. De naam slaat op 'schoolplein / speelplein' en de nadruk ligt op PLAY oftewel spelen.

2. Risico en/of probleem waar de interventie zich op richt

Kinderen bewegen te weinig. Wereldwijd voldoet slechts maximaal een derde van de kinderen aan de norm voor gezond bewegen (Roberts et al, 2004), die is vastgesteld op een minimum van 60 minuten per dag, elke dag van de week (Dept of Health, 2004). Te weinig lichamelijke activiteit heeft op korte en lange termijn gezondheidsgevolgen voor kinderen, zoals een hoge cholesterol, een hoge bloeddruk, een groter risico op hart- en vaatziekten, een lage botdichtheid, depressie en overgewicht (Janssen en LeBlanc, 2010). In 30-60% van de gevallen blijft overgewicht tijdens de jeugd een probleem tijdens de volwassenheid (Tammelin, 2004). Daarom is het belangrijk om kinderen te stimuleren elke dag lichamenlijk actief te zijn.

Uit de meest recente cijfers uit Nederland blijkt dat 21,9% van de jonge-ren (4-17 jaar) aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) voldoet (Trendrapport Bewegen en Gezondheid, 2009). In achterstandswijken is het percentage lager, slechts 3% van de kinderen in die wijken voldoet aan de NNGB (de Vries et al, 2005). In deze wijken is de omgeving vaak niet beweegvriendelijk, met weinig speelfaciliteiten, weinig groen en slecht onderhoud (Maas, 2009). Uit onderzoek blijkt dat het aanpassen van de omgeving kan leiden tot gewenst beweeggedrag (Sallis et al, 1998, Pikora et al, 2003). De school kan een belangrijke rol spelen bij het stimuleren van lichamelijke activiteit (Biddle et al, 1998), niet alleen als fysieke omgeving die uitnodigt om te bewegen, maar ook als sociale omgeving in het stimuleren van meer bewegen. Uit evaluaties van eerdere interventies gericht op het schoolplein, blijkt dat structureren (Stratton & Ridgers, 2003), timemanagement (Cardon et al, 2008), aanbod van spelateriaal (Verstraete et al, 2006), en support van volwassenen (McKenzie et al, 1997) effectieve maatregelen zijn. In PLAYgrounds zijn deze maatregelen gecombineerd.

3. Doel van de interventie

Het einddoel van de interventie is om 6-12 jarige kinderen te stimuleren elke dag minimaal 15 minuten matig intensief lichamenlijk actief te zijn op het schoolplein tijdens de ochtendpauze, zodat de pauze in ieder geval voor 25% kan bijdragen aan de NNGB. Voor de basisimplementatie wordt 3 maanden genomen, waarbij in ieder geval 80% van de kinderen aan het eind van de drie maanden 15 minuten op matig intensief niveau beweegt tijdens de pauze. Daarna worden extra elementen (thema van de maand, ouderparticipatie en wisseling spelateriaal) toegevoegd, zodat het effect van de interventie blijft en niet afzwakt.

Ter vergelijking: Op de controlescholen beweegt 41,2% van de kinderen gemiddeld matig intensief tijdens de pauze. Voor de interventie bewoog ook zo'n 40% (39,6%) van de kinderen gemiddeld matig intensief tijdens de pauze.

Er zijn geen subdoelen voor docenten of leerlingen.

4. Doelgroep van de interventie

Voor wie is de interventie bedoeld

De einddoelgroep bestaat uit schoolgaande kinderen van 6-12 jaar.

Deze groep is goed te bereiken via de school, omdat ze daar een groot deel van de dag doorbrengen. Kleuters hebben nog hun eigen bewegingswereld, maar vanaf groep 3-4 is er vaak een hiërarchie op het schoolplein, gebaseerd op leeftijd en geslacht. Deze groep kinderen heeft baat bij het stimuleren van lichamenlijke activiteit. De omvang is afhankelijk van de school, maar het programma is geëvalueerd bij groepen van 150-600 kinderen.

De interventie is geëvalueerd in Amsterdam-Nieuw West, waar het percentage kinderen van allochtone afkomst 70% is, 30% overgewicht heeft en 60% inactief is op basis van de definitie van de NNGB. Desondanks is de interventie toepasbaar op ieder schoolplein, aangezien deze bestaat uit een raamwerk en aan te passen is aan de schoolsituatie. Er is nog geen informatie over effectiviteit in het speciaal onderwijs, maar wellicht dat de interventie juist bij deze doelgroep passend is, vanwege de structureringsmaatregelen. Er is een student die daar op dit moment haar afstudeeronderzoek over doet.

De intermediaire doelgroep bestaat uit de docenten en vakdocenten bewegingsonderwijs van de scholen en daarnaast (in mindere mate) de ouders.

Indicatie- en contra-indicatiecriteria

De interventie is een vorm van universele preventie. Er is daarom geen sprake van indicatie- en contra-indicatiecriteria.

Toepassing bij migranten

De interventie is bedoeld voor autochtone en migrantengroepen en wordt op scholen toegepast waar Nederlands de voertaal is. Overigens wordt er gewerkt met lijnen en kijkwijzers, waarvan de taal universeel is.

5. Aanpak

Opzet van de interventie

PLAYgrounds wordt een heel schooljaar uitgevoerd, waarbij de eerste 3 maanden worden gebruikt om de nieuwe structuur neer te zetten. Na 3 maanden wordt de interventie uitgebreid met maandthema's, variatie in materiaal en participatie van ouders.

De intensiteit is als volgt: iedere pauze dat de kinderen naar buiten gaan loopt het programma. In de gymles wordt wekelijks aandacht besteed aan de activiteiten op het schoolplein. De intensiteit van de begeleiding op het plein door groepsdocenten neemt af gedurende het schooljaar; in het begin is er veel aandacht nodig voor het handhaven van de afspraken en het leren omgaan met het leensysteem. De docenten zijn dan tijdens de pauze (in ieder geval 15 minuten) bezig met de coördinatie: aangeven waar wat gespeeld kan worden, het hotspatrooster controleren, het uitlenen aanleren en het meenemen van de klassenkist naar buiten en naar binnen. Binnen wordt de klassen-kist gecontroleerd door twee leerlingen die klassendienst hebben (of alles aanwezig is en nog functioneert). Na 3 maanden kunnen de kinderen dat zelfstandig. De docent zal dan nog slechts 5 minuten besteden aan het meenemen van de speelkist naar het plein en het mee terug nemen naar de klas en laten controleren door kinderen die klassendienst hebben.

Na 3 maanden worden de thema's van de maand geïntroduceerd. Iedere maand zal het accent op een andere activiteit liggen, bijvoorbeeld touwtje springen, knikkeren, waterspelen. Een rol van de groepsdocent is om de kinderen daarvoor te enthousiasmeren. Het materiaal voor het maandthema zal in de klassenkist toegevoegd worden en er zal materiaal (dat het minst gebruikt is in de afgelopen maanden) uitgehaald worden.

Groepsdocenten blijven verantwoordelijk voor het proces op het schoolplein, omdat de vakdocent meestal lesgeeft tijdens de pauze. Mocht er iets niet goed lopen binnen het programma, dan moet de klassendocent **dat inbrengen tijdens het maandelijks overleg over het schoolplein. Hierbij is de werkgroep 'schoolplein'** aanwezig, die samengesteld is door de school, maar in ieder geval bezet wordt door de vakdocent **bewegingsonderwijs, de coördinatoren per bouw en een directielid.**

De volgorde is: met een werkgroep 'schoolplein' aan de hand van het raamwerk de precieze invulling bepalen, docenten informeren en daarin meenemen, plein aanpassen in een vakantie, uitleg aan de kinderen op het plein en in de gymles, uitvoering programma, na 3 maanden uitbreiden met maand-thema's en variatie in materiaal. De setting is de school en in het bijzonder het schoolplein. De coördinatie ligt bij de werkgroep 'schoolplein'. Deze werkgroep zorgt voor eigenaarschap (wie is voor welk deel verantwoordelijk) en voor draagvlak bij het docententeam. Er is 1000 euro nodig (voor ongeveer 10 klassen) voor de opstart van het programma en jaarlijks 250 euro voor vervanging van spelmateriaal. Er kan ook gebruik worden gemaakt van begeleiding omtrent de voorbereiding, implementatie en het onderhoud van het PLAYgrounds programma. De begeleiding wordt verzorgd door KiK (het Kennisinstituut van de HvA, Domein Bewegen Sport en Voeding). De standaardbegeleiding bestaat uit voorlichting over PLAYgrounds, 3 maanden elke 2 weken 1 uur overleg met de werkgroep (tijdens de implementatiefase), 9 maanden elke maand 1 uur overleg ter onderhoud (en toepassing maandthema's) van het programma. KiK zal ook het materiaal (spelmateriaal, handleiding,

klassenkisten, verf e.d.) verzorgen en het materiaal leveren dat vervangen moet worden. De standaardbegeleiding gaat op voor 10 klassen (groep 3-8), bij grotere en kleinere scholen zal het materiaal en/of de begeleiding meer of minder zijn. De kosten komen rond de 250 euro per maand voor 1 jaar. Er zal een offerte op maat gemaakt worden voor de school. Daarna is een abonnement mogelijk voor 45 euro per maand, waarin vervanging van materiaal zit en 2 consultmomenten.

Inhoud van de interventie

Het raamwerk van de interventie bestaat uit:

1. structurering van het schoolplein
2. buitenspeelrooster
3. hotspotrooster
4. materialen in de klassenkist
5. leensysteem materialen klassenkist
6. ondersteuning vanuit de gymles; lessen en kijkwijzers
7. docentenparticipatie
8. maandthema's
9. ouderparticipatie

Ad 1.

Het schoolplein zal gestructureerd worden aan de hand van lijnen die worden aangebracht met betonverf (gemixt met een kleurtje). De precieze structuur wordt door de werkgroep 'schoolplein' bepaald. In ieder geval worden veel voorkomende spellen ingetekend (voetbal, basketbal, cirkelspelen, ruimte voor touwtje springen, overlooplijnen, overgooilijnen etc.). De plek van deze ruimtes wordt zo bepaald dat kinderen onderling het minst last hebben van het naastgelegen spel. Docenten brengen de verf aan op de laatste dag van de vakantie (bijv. zomervakantie).

Ad 2.

Er wordt een buitenspeelrooster gemaakt, waarbij de tijd voor het buitenspelen verdeeld wordt onder het aantal klassen. Het doel is om zo min mogelijk kinderen tegelijk op het plein te hebben. Bij een school met 10 klassen (2 groepen 3, 2 groepen 4 etc.), zijn er bijvoorbeeld maximaal 2 klassen tegelijk buiten in 15-20 minuten.

Ad 3.

Het hotspotrooster wordt gemaakt om de meest populaire plekken op het schoolplein eerlijk te verdelen onder de klassen, zodat niet alleen 'de jongens van groep 8' het voetbalveld bezetten. Met het hotspotrooster komt iedere klas een keer in de week op een hotspot. Hotspots kunnen bijvoorbeeld zijn; voetbalveld, tafeltennistafel en tennisveld. Bij de hotspots horen hotspotkisten gevuld met materiaal voor de hotspot (bijvoorbeeld voetballen en lintjes). De hotspotkisten staan op een centrale plek in school (bijvoorbeeld vlakbij de deur naar het schoolplein), zodat de kinderen die klassendienst hebben deze makkelijk kunnen ophalen.

Ad 4.

Iedere klas heeft een klassenkist met spelmateriaal, afgestemd op de 'spellen' op het plein (bepaald door de structuur) en de leeftijd en interesse van de groep. De jongere groepen hebben bijvoorbeeld jongleerdoekjes en kleinere springtouwjes, de oudere groepen jongleerballetjes en ook grotere springtouwten (groepsspringen). In de handleiding is een voorbeeldmaterialenlijst opgenomen. Op de deksel van de kist is de naam van de groep geplaatst en aan de binnenkant van de kist is de inhoud van de kist genoteerd (om te checken na de pauze). De klassenkist wordt na de pauze gecheckt en 1x in de maand wordt het materiaal dat mist of aan vervanging toe is, vervangen. In de klassenkist bevinden zich ook het leensysteem en kijkwijzers.

Ad 5.

Het leensysteem is bedoeld om de kinderen verantwoordelijkheid te leren over het lenen van materiaal enerzijds en een overzicht te krijgen van de geleende materialen anderzijds. Een leensysteem kan op verschillende manieren: een houten bordje met plaatjes van de materialen, naamkaartjes die met klittenband bij het plaatje worden geplakt of een whiteboard waarop de namen van de kinderen staan en de te lenen materialen (kruisjes zetten). Een map met blaadjes voor elke dag is het makkelijkst; daar zetten de kinderen een kruisje in als ze materiaal lenen en weer een kruisje als het is teruggebracht. Daarmee heb je direct een overzicht van de geleende materialen, waardoor het mogelijk is om het minst geleende materiaal te vervangen vanaf de introductie van de maandthema's. Kinderen mogen bij aanvang van de pauze lenen, maar ook wisselen tijdens de pauze. Ze mogen met meerdere kinderen 1 spelmateriaal gebruiken, maar degene die

het leent, blijft verantwoordelijk.

Ad 6.

De gymleraar zal bij de opstart van het schoolpleinprogramma wekelijks aandacht besteden aan de mogelijke spellen en het spelmateriaal voor op het schoolplein. De kinderen leren over regels, afspraken en variaties van de spellen, maar zullen ook oefenen met de spellen en spelmaterialen om hun vaardigheden te verbeteren en daardoor direct aan de slag te kunnen op het schoolplein. De kinderen leren hoe het spel op te starten, te onderhouden en te veranderen. De regels in de gymles zijn hetzelfde als op het schoolplein. Bij mooi weer zal de gymleraar naar buiten gaan en daar de betreffende spellen spelen. In de gymles zal het 'schoolplein spel' een van de drie vakken zijn waarin de kinderen werken. De kijkwijzers worden ook getoond in de gymles en dienen als herinnering van de afspraken over en mogelijke variaties van de spellen.

Ad7.

De groepsdocenten zijn bij de opzet van het schoolpleinprogramma bezig met de structuur en het bewaken van het leensysteem. Zodra de kinderen daar bekend mee zijn (na 1-2 maanden) zullen zij 1x per week meespelen met hun klas. De kinderen weten daardoor dat de docenten niet elke dag meespelen, maar vinden het wel erg leuk, inspirerend en enthousiasmerend als hun docent meedoet.

Ad8.

De maandthema's zijn bedoeld om de kinderen te blijven stimuleren om actief te zijn. Iedere maand (na implementatie van 3 maanden) zal het accent op een ander thema gelegd worden vanuit de gymles, de kijkwijzers en het beschikbare materiaal. Mogelijke thema's zijn: touwtje springen, tikspelen, knikkeren. In de handleiding staat een suggestie voor een schooljaar. Er zal materiaal uit de klassenkist gewisseld worden met materiaal voor de maandthema's.

Ad9.

Ouderparticipatie zal geïntroduceerd worden als het programma goed loopt (na ongeveer 3 maanden). Ouders zullen uitgenodigd worden om 1x per maand mee te spelen tijdens de pauze op het schoolplein. Zo kunnen de kinderen laten zien wat ze doen en kunnen en krijgen ouders ideeën om met hun kind te spelen.

Twee belangrijke stappen zijn:

1. Met een schoolpleinwerkgroep de precieze invulling van het programma bepalen aan de hand van het raamwerk. Het raamwerk bestaat uit een herstructurering van het plein (waarbij door de structuur meer speelruimte per kind ontstaat), roosters (buitenspeelrooster en hotspotrooster), materialen, leensysteem, ondersteuning vanuit de gymles, maandthema's, docenten- en ouderparticipatie.
2. Invoering van het nieuwe systeem, waarbij de begeleiding van de docenten op het plein belangrijk is en goed neergezet moet worden, zodat voor de kinderen duidelijk is hoe gebruik gemaakt kan worden van het plein, de materialen en de verschillende activiteiten.

De handleiding geeft hier checklists en tips voor.

6. Materialen en links

Er is een handleiding beschikbaar met daarin een voorbereidingschecklist en een aanpak voor in de school, en daarnaast voorbeelden van hot-spotroosters, materiaallijsten, kijkwijzers, leensystemen, gymlessen en maandthema's.

7. Verantwoording van de doelen, de doelgroep en de aanpak

De interventie is ontwikkeld via intervention mapping (IM; Bartholomew et al, 2001). Met het PRECEDE-PROCEDE model (Green en Kreuter, 1999) is de 'needs assessment' gedaan, wat leidde tot de identificatie van risicofactoren. Risicofactoren voor inactiviteit zijn: allochtone afkomst (Taylor en Sallis, 1997), lage SES (O'Loughlin, 1999), meisjes (Taylor en Sallis, 1997; Dijkman, 2003), negatieve attitude naar sport en bewegen (DiLorenzo, 1998) en sociale en fysieke invloeden van de omgeving (Sallis, 1998; Pikora, 2003). In wijken waar veel kinderen van allochtone ouders wonen, is er een lage SES en wordt weinig bewogen (3%; de Vries, 2005). Ook is de omgeving vaak niet beweegvriendelijk, met weinig speelfaciliteiten, weinig groen en slecht onderhoud (Maas, 2009).

Vervolgens zijn het ASE-model (De Vries en Mudde, 1998), het model voor 'physical exercise habit' (Aarts et al., 1997) en het Precaution Adoption Model (Weinstein en Sandman, 1992) toegepast om te bepalen welke determinanten beïnvloedbaar zijn:

- een negatieve attitude naar sport en bewegen
- fysieke en sociale omgeving
- eigen-effectiviteit
- gewoonten.

Met behulp van een matrix zijn de strategieën en methoden van het programma opgesteld.

- Een negatieve attitude naar sport en bewegen wordt beïnvloed door positieve voorbeelden en het opdoen van een prettige ervaring met sport en bewegen. Methodes die daarbij gebruikt worden zijn: docentenparticipatie (docenten bieden stimulans en begeleiding), ouderparticipatie (zij bieden stimulans) en ondersteuning vanuit de gymles (als een kind motorisch vaardiger wordt, wil het meer bewegen. Daarnaast biedt de gymles de mogelijkheid om te oefenen met materialen).
- De fysieke omgeving wordt beïnvloed door het faciliteren van bewegen. Methodes die daarbij gebruikt worden zijn: structurering van het schoolplein (optimale omgeving voor verschillende spellen, afbakenen ruimtes voor verschillende wensen van kinderen (spelsport, rustig spelen e.d.)), buitenspeelrooster (meer ruimte per kind) en materialen in klassenkist (vormt een uitnodiging tot spelen).
- De sociale omgeving wordt beïnvloed door positieve voorbeelden, stimulans en begeleiding. Methodes die daarbij gebruikt worden zijn: docentenparticipatie (stimulans en begeleiding), ouderparticipatie (stimulans), ondersteuning vanuit de gymles (afspraken regels en teams maken; leren werken met klassenkist, leensysteem en kijkwijzers; de vakdocent enthousiasmeert door transfer).
- De eigen-effectiviteit wordt beïnvloed door het ervaren van succesmomenten. Methodes die daarbij gebruikt worden zijn: ondersteuning vanuit de gymles (motorisch vaardiger = meer bewegen) en ouderparticipatie (ouders bieden een stimulans).
- Gewoonten worden aangepakt door het aanbieden van variatie. Methodes die daarbij gebruikt worden zijn: hotspotrooster (verdeling populaire plekken, ook voor minder dominante kinderen; variatie in spellen (niet alleen voetbal!)), leensysteem (samenspelen, verantwoordelijkheid materiaal), maandthema's (variatie in activiteiten en materiaal).

In de interventie is de nadruk gelegd op een 'omgevingssturende' aanpak (de nieuwe structuur van het schoolpleinprogramma nodigt uit tot bewegen, evenals de sociale context).

De methoden zijn gebaseerd op succesfactoren die uit de literatuur zijn gefilterd en waarvan onderzoek heeft aangetoond dat zij het gedrag op speelpleinen positief beïnvloeden: het beperken van activiteiten die het schoolplein domineren tot een aangewezen plek op het schoolplein (Pellegrini en Smith, 1993), minder kinderen tegelijk op het schoolplein (Zask, 2000), gekleurde lijnen om te structureren (Stratton en Ridgers, 2003), timemanagement (Cardon et al, 2008), aanbod van spelmateriaal (Verstraete et al, 2006), en support van volwassenen (McKenzie et al, 1997). Een combinatie van deze factoren vormde de basis voor de aanpak die hierboven beschreven is.

Op dit moment behoort het tot de taak van een docent om de kinderen zo goed mogelijk te laten presteren in de klas. Beweegstimulering hoort daar niet bij, mede omdat de pauze ook bijpraten en koffie drinken voor de docenten betekent. Op het moment dat een school ervoor kiest om het PLAYgrounds programma te implementeren, wordt er door de werkgroep eerst draagvlak gecreëerd en worden docenten vervolgens ondersteund vanuit deze werkgroep. Deze ondersteuning vindt plaats in de vorm van maandelijkse evaluaties en probleemoplossingen.

8. Samenvatting van de onderbouwing

Kinderen bewegen te weinig door verschillende factoren zoals een negatieve attitude naar sport en bewegen en een gebrekkige inrichting van de fysieke en sociale omgeving. Het schoolpleinprogramma PLAYgrounds wil dat kinderen intensiever gaan bewegen door een stimulans vanuit de fysieke en sociale omgeving.

9. Randvoorwaarden voor uitvoering en kwaliteitsbewaking

Eisen ten aanzien van opleiding

De uitvoerend werkers zijn groepsdocenten en vakdocenten bewegingsonderwijs. Deze docenten dienen een PABO of ALO opleiding te hebben afgerond.

NB Het is aan te raden om de overblijf een aparte kist met materiaal te geven, maar wel dezelfde afspraken op het schoolplein te laten hanteren. Indien overblijfmedewerkers deze taak krijgen, moeten deze mensen

meegenomen worden in de opzet en evaluatie van het programma.

8.2 Eisen ten aanzien van overdracht en implementatie

De interventie is geëvalueerd en daarna toegepast op meerdere verschillende scholen, waaruit blijkt dat interventie overdraagbaar is. Er is een handleiding beschikbaar.

De mogelijke begeleiding vanuit de interventie-eigenaar is beschreven bij aanpak interventie.

Protocol / handleiding

De interventie is geëvalueerd en daarna toegepast op meerdere verschillende scholen, waaruit blijkt dat interventie overdraagbaar is. Er is een handleiding beschikbaar.

De mogelijke begeleiding vanuit de interventie-eigenaar is beschreven bij aanpak interventie.

Kosten

Voor de opzet van het programma is 1000 euro voor maximaal 8 klassen nodig, met daarnaast 250 euro per jaar voor onderhoud en variatie van de materialen. De kosten voor begeleiding vanuit de interventie-eigenaar zijn globaal 200 euro per maand voor het eerste jaar en daarna 45 euro per maand (indien gewenst). Er zal een offerte op maat worden gemaakt, indien een school de begeleiding aanvraagt.

Voor de docenten die het programma uitvoeren is dit een extra taak, dus het programma moet wel **geadopteerd en ondersteund worden door de docenten**. Draagvlak creëren voordat er gestart wordt met het programma is van groot belang. Zoals eerder beschreven is er in het begin veel begeleiding door docenten nodig (tijdens de gehele pauze) en na 3 maanden gaat dat terug naar 5 minuten i.v.m. de coördinatie rondom materiaal uitleen en structuurhandhaving op het plein.

Het is van belang om een coördinator aan te wijzen, die zorgt voor kwaliteitsbewaking en regelmatige evaluaties van het programma i.v.m. het eventueel inzakken van de gemaakte afspraken en enthousiasme van docenten.

10. Onderzoek naar de uitvoering van de interventies

Er is een procesevaluatie van PLAYgrounds gedaan (zie: Janssen M, Toussaint HM, van Mechelen W, Verhagen EALM (2012). Translating the PLAYgrounds program into practice: A process evaluation using the RE-AIM framework. J Sci Med Sport (2012, available online)).

De procesevaluatie is gedaan aan de hand van het RE-AIM model (Dzewaltowski, 2004). Dataverzameling gebeurde aan de hand van een vragenlijst (lichamelijke activiteit) bij de deelnemende kinderen (n=765, Reach), SOPLAY observaties (op schoolplein observeren hoe actief de kinderen zijn en wat ze doen; **Implementation en Maintenance**), **vragenlijsten over tevredenheid m.b.t. de geïmplementeerde elementen** met docenten (n=59) en kinderen (n=730) (Implementation) en interviews om de informatie uit de vragenlijsten over tevredenheid uit te diepen. Daarnaast is geteld hoeveel scholen meededen, wat de redenen waren van niet deelnemende scholen en wat de kenmerken waren van deelnemende en niet deelnemende scholen (Adoption).

Via het PLAYgrounds programma worden alle kinderen (100% Reach) bereikt, omdat zij allemaal pauze op het schoolplein hebben. Van de kinderen was 60,7% inactief (gebaseerd op de standaardvraagstelling van de GGD). Dit percentage is representatief voor een achterstandswijk. Het PLAYgrounds programma was geadopteerd door 4 scholen (80%), waar 7 (van de 9) programma-elementen succesvol waren **geïmplementeerd (docentenparticipatie en ouderparticipatie bleken niet op alle scholen succesvol)**. Kinderen vonden het programma leuk en waren met name tevreden over het materiaal aanbod, de activiteiten in de gymlessen en participatie van de docenten.

Anderhalf jaar na de implementatie van de interventie waren alle elementen nog steeds succesvol aanwezig, alleen waren op 2 scholen het hotspot-management en de klassenkist minder netjes onderhouden dan in het eerste jaar. De scholen gaven aan dat het complete pakket van financiële en materiële steun met daarbij de begeleiding van implementatie doorslaggevend waren voor adoptie van het programma. Op basis van dit onderzoek is een begeleidingstraject vanuit KiK opgezet om de scholen te begeleiden bij de voorbereiding, implementatie en het onderhoud van het programma.

11. Nederlandse effectstudies

Studies naar de effectiviteit van de interventie in Nederland

Er is een effectstudie uitgevoerd naar het PLAYgrounds programma. Het effectartikel is geaccepteerd (Janssen M, Twisk, JWR, Toussaint HM, van Mechelen W, Verhagen EALM. Effectiveness of the PLAYgrounds program on PA levels during recess in 6-12 years old children. British Journal of Sports Medicine (2013, available online)).

Het doel van deze studie was om het effect van het PLAYgrounds programma op de intensiteit van bewegen tijdens de ochtendpauze te bepalen. Scholen zijn op baseline gemeten met SOPLAY (observatiemethode) voor lichamelijke activiteit op het schoolplein. Het gemiddelde energieverbruik was 0,075 kcal/kg/min (SD 0,01) voor de interventiescholen en 0,082 kcal/kg/min (SD 0,02) voor de controlescholen. Dat staat gelijk aan 4,5 en 5 METS, oftewel licht intensief. Bij de interventiescholen was 39,6% van de kinderen matig tot zwaar intensief actief en op de controlescholen 41,2% van de kinderen. Er was geen significant verschil tussen de interventie- en controlescholen op baseline. De interventie- en controlescholen zijn daarna gematched op onder andere leerlingaantal en schoolpleingrootte.

De interventiescholen hebben daarna het schoolpleinprogramma PLAYgrounds gekregen. Op alle scholen is tweewekelijks een meting gedaan met beweegmeters (counts/min) en maandelijks met de SOPLAY observatiemethode (kcal/kg/min) om de intensiteit van het bewegen te bepalen. Er zijn twee meetmethoden gebruikt (objectief en subjectief) om de betrouwbaarheid van de metingen te vergroten. Er is het hele jaar door (tweewekelijks en maandelijks) gemeten om een gemiddelde over het jaar te berekenen. Bij de interventiescholen was het gemiddelde 3924 (SD 466) counts/min en 0,105 kcal/kg/min (SD 0,01) en bij de controlegroep 2178 (SD 738) counts/min en 0,074 kcal/kg/min (SD 0,01). Dit komt overeen met matig intensieve inspanning op de interventiescholen en lichte intensieve inspanning op de controlescholen. Op de interventiescholen bewoog 77,3% van de kinderen matig tot zwaar intensief en op de controlescholen 38,7% van de kinderen. Het effect van de interventie was sterker voor meisjes (die voor de interventie minder intensief bewogen dan jongens) en voor de oudere leeftijdsgroep (10-12 jarigen). Deze leeftijdsgroep was over het algemeen inactief voordat de interventie begon en werd door de interventie gestimuleerd om te bewegen.

ES = 2,8. De data is multilevel geanalyseerd, dus er is gecorrigeerd voor afhankelijkheid binnen een school.

Samenvatting Nederlandse effectstudies

Effectiveness of the PLAYgrounds program on PA levels during recess in 6-12 years old children

Auteurs: Janssen M, Twisk, JWR, Toussaint HM, van Mechelen W, Verhagen EALM.

Jaar: gemeten in 2009-2010, geaccepteerd in 2012

Onderzoekstype: prospectief gecontroleerde trial

Belangrijkste resultaten: kinderen op de interventieschool bewegen door de interventie intensiever dan kinderen op de controlescholen. Op de interventiescholen bewoog 77,3% van de kinderen matig tot zwaar intensief en op de controlescholen 38,7% van de kinderen.

Bewijskracht van het onderzoek: 7 zeer sterk

Resultaten effectiviteit: 1 (positieve resultaten)

12. Buitenlandse effectstudies

Niet bekend

13. Uitvoering van de interventies

Niet bekend

14. Overeenkomsten met andere interventies

Niet bekend

15. Lijst met aangehaalde literatuur

Aarts, H., Paulussen, T., Schaalma, H. (1997). Physical exercise habit: on the conceptualization and formation of habitual health behaviours. *Health Educ Res*; 12: 363-74.

Biddle S.J.H., Sallis, J., & Cavill, L. (1998). *Young and active: physical activity guidelines for young people in the UK*. Health Education Authority; London, UK.

Cardon, G., Van Cauwenberghe, E., Labarque, V., et al. (2008). The contribution of playground factors in explaining children's PA during recess. *Int J Behav Nutr Phys Act*; 5: 11.

De Vries, H., & Mudde, A.N. (1998). Predicting stage transitions for smoking cessation applying the Attitude-Social Influence-Efficacy Model. *Psychol Health*; 13: 369-85.

De Vries, S.I., Bakker, I., Van Overbeek, K., Boer, N.D., & Hopman-Rock, M. (2005) Kinderen in prioriteitswijken: lichamelijke (in)activiteit en overgewicht. TNO.

DiLorenzo, T.M., Stucky-Ropp, R.C., Wal, J.S., van der Gotham, H.J. (1998). Determinants of exercise among children: II a longitudinal analysis. *Prev Med*; 27: 470-7.

Department of Health, Physical Activity, Health Improvement and Prevention (2004). At least five a week. Evidence on the impact of physical activity and its relationship to health: A report from the chief medical officer. Department of Health, 128p. London, UK.

Dijkman, M.A.M. (2003). Wat beweegt kinderen om te bewegen? Maas-tricht: Universiteit Maastricht.

Dzewaltowski, D.A., Glasgow, R.E., Klesges, L.M., Estabrooks, P.A., Brock, E. (2004). RE-AIM: evidence-based standards and a Web resource to improve translation of research into practice. *Ann Behav Med*; 28 (2): 75-80.

Green, L.W., Kreuter, M.W. (1999). Health promotion planning: an educational and environmental approach. Mountain View: Mayfield.

Hildebrandt, V.H., Chorus, A.M.J., & Stubbe, J.H. (2010). Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2008-2009. TNO.

Janssen, I., & LeBlanc, A.G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *Int J Behav Nutr Phys Act*; 7: 40.

Janssen, M., Toussaint, H.M., van Mechelen, W., Verhagen, E.A.L.M. (2011). Effects of a PE playground program in primary schools on PA levels during recess and on daily PA in 6 to 12 year old children; The PLAYgrounds study. *BMC Public Health*; 11: 282.

Janssen, M., Twisk, J.W.R., Toussaint, H.M., van Mechelen, W., Verhagen, E.A.L.M. (accepted) Effectiveness of the PLAYgrounds program on PA levels during recess in 6-12 years old children. *British Journal of Sports Medicine*.

Janssen, M., Toussaint, H.M., van Mechelen, W., Verhagen, E.A.L.M. (available online). Translating the PLAYgrounds program into practice: A process evaluation using the RE-AIM framework. *J Sci Med Sport*.

Maas, J. (2009). Vitamin G: green environments - healthy environments, Utrecht: NIVEL PhD dissertation Utrecht University.

McKenzie, T.L., Sallis, J.F., Elder, J.P., et al. (1997). Physical activity levels and prompts in young children at recess: a two-year study of a bi-ethnic sample. *Res Q Excerc Sport*; 68(3): 195-202.

O'Loughlin, J., Paradis, G., Kishchuk, N., Barnett, T., Renaud, L. (1999). Prevalence and correlates of physical activity behaviors among elementary schoolchildren in multiethnic, low income, innercity neighborhoods in Montreal, Canada. *Ann Epidemiol*; 9: 397-407.

Pellegrini, A.D., & Smith, P.K. (1993). School recess: implications for education and development. *Rev Educ Res*; 63: 51-67.

Pikora, T., Giles-Corti, B., Bull, F., Jamrozik, K., & Donovan, R. (2003). Developing a framework for assessment of the environmental determinants of walking and cycling. *Soc Sci Med*; 56: 1693-703.

Roberts, C., Tynjala, J., & Komkov, A. Physical activity (2004). In: Young peoples health in context: health behaviour in school aged children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey. Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Setterbulte, W, Samdal, O., Rasmussen, V.B., editors. World Health Organization Regional Office for Europe, Copenhagen, Denmark: 90-97.

Sallis, J.F., Bauman, A., & Pratt, M. (1998). Environmental and policy: interventions to promote physical activity. *Am J Prev Med*; 15: 379-97.

Stratton, G. & Ridgers, N.D. (2003). Sporting playgrounds project: an overview. *Br J Teach Phys Educ*; 24: 23-5.

Tammelin, T., Laitinen, J., & Nayha, S. (2004). Change in the level of physical activity from adolescence into adulthood and obesity at the age of 31 years. *Int J Obes Relat Metab Disord*.(6): 775-82.

Taylor, W.C., Sallis, J.F. (1997). Determinants of physical activity in children. *World Rev Nutr Diet*; 82: 159-67.

Verstraete, S.J.M., Cardon, G.M., De Clercq, et al. (2006). Increasing children's physical activity levels during recess in elementary schools: the effects of providing game equipment. *Eur. J. Public Health*; 16: 415-419.

Weinstein, N.D., & Sandman, P.M. (1992). A model of the precaution adoption process: evidence from home radon testing. *Health Psychol*; 11: 170-80.

Zask, A., van Beurden, E., Barnett, L., et al. (2000). Active school play-grounds- myth or reality. Results of the 'move it groove it' project. *Prev Med*; 33(5): 402-8.

Deze informatie is op 27 november 2014 gedownload van www.nji.nl.

Samenwerking erkenningstraject

Het erkenningstraject wordt in samenwerking uitgevoerd door het Nederlands Jeugdinstituut (NJI), het RIVM Centrum Gezond Leven (CGL), het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ), het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) en MOVISIE. Door samen te werken aan het beoordelen van interventies volgens eenduidige criteria streven wij naar kwaliteitsverbetering in de betrokken werkvelden.

