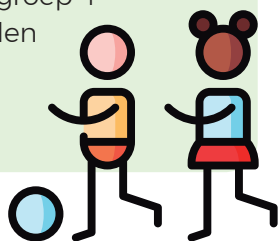




Fitweek • juni 2018

Doelgroep:

alle kinderen uit groep 4 van de basisscholen



Inhoud Fitweek voor de scholen:

- Het GGD weegmoment
- B-fittest in de gymzaal
- Speciaal lesmateriaal over de spijsvertering en gezonde voeding
- Een huiswerkopdracht
- De Daily Mile challenge met de klas
- Diverse beweegactiviteiten voor op het schoolplein
- Een klassenuitdaging op het gebied van Drinkwater, Snoepgroente en Bewegen
- Een dagelijkse Beweegquiz en Energizer voor in de klas

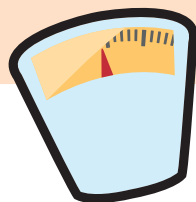


Doelstelling:

Een extra weegmoment creëren voor alle kinderen in de groepen 4. Door middel van de verzamelde data zal de GGD kinderen met overgewicht en obesitas kunnen doorverwijzen naar Cool2Bfit. Met dit programma zullen zij samen met hun ouders begeleid worden naar een actieve en gezonde leefstijl.

Subdoel:

de zwaarte bij het weegmoment wegnemen en het creëren van bewustwording rondom de gezonde leefstijl bij het kind en de ouders.



Acties om meer aanmeldingen te krijgen voor COOL2Bfit:

- Een gesprekstechniektraining voor professionals
- Twee informatiebijeenkomsten over Cool2Bfit voor geïnteresseerde ouders
- Elke deelnemer van de Fitweek heeft een Cool2Bfit flyer ontvangen voor thuis
- Deelnemers die opvallen zijn door de GGD gebeld

Fit worden op een 'coole' manier!



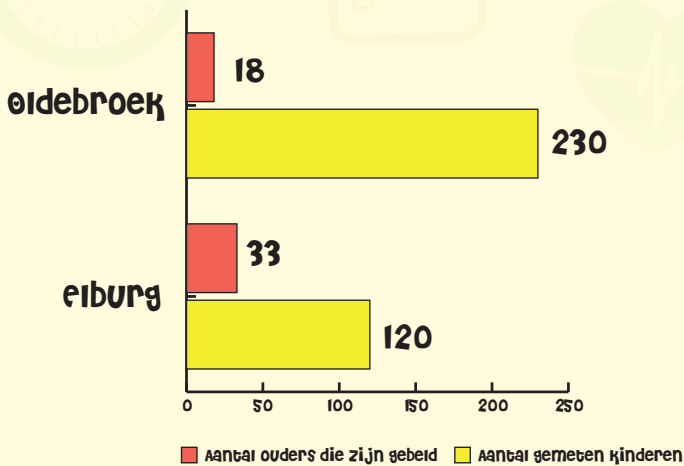
Initiatief vanuit:



Resultaten 99D meting:

Oldebroek
9 deelnemende scholen

Elburg
5 deelnemende scholen



Resultaten vanuit de scholen:

8.1

• Scholen geven de Fitweek gemiddeld een 8,1 als cijfer voor de Fitweek!

100%

• 100% van de scholen hebben aangegeven de Fitweek opnieuw uit te willen voeren, ze vinden het een waardevolle aanvulling!

88%

• 88% van de leerkrachten vond het lespakket van de Fitweek goed aansluiten op het kennisniveau en de belevingswereld van de kinderen!

Opmerkingen vanuit de leerkrachten:

De Borchstee: "De kinderen waren erg enthousiast over de lessen rondom de spijsvertering. Hier hadden ze het nog niet eerder over gehad waardoor ze erg leergierig waren."

De Rank: "Wij geven de fitweek het cijfer 9, de werkbladen waren uitdagend!"

Het Octaaf: "Het is goed om deze lessen rondom gezonde voeding en bewegen in één week aan te bieden. Onze methodes bieden ook lessen aan die ik naast de fitweeklessen in kon zetten of daarmee kon combineren. Voor de rest waren de kinderen erg enthousiast. Alles was goed georganiseerd. Top!"

Zorgen 2018 en Speerpunten 2019:

- November 2018 start (bij voldoende aanmeldingen) weer een nieuwe groep Cool2BFit. Voor deze groep zijn er nu vier aanmeldingen, waarvan 3 uit de gemeente Oldebroek en 1 uit de gemeente Elburg.
- Vier deelnemers zijn te weinig voor de start van het programma. Hiervoor zijn minstens 10 aanmeldingen nodig.
- Belangrijk is dat we gaan inzetten op de toeleiding naar de interventie Cool2BFit. Hoe krijgen we ouders over de brug om hun kind te laten deelnemen aan Cool2BFit?



2019

Meer informatie over de Fitweek? Neem contact op met Stichting WIEL of Goed Bezig Oldebroek!

Elburg: 4 maart t/m 15 maart

Oldebroek: 11 maart t/m 22 maart

