

Een gezond eetpatroon aanleren; een kwestie van onderwijs én opvoeding!

Een praktijkonderzoek naar de samenwerking tussen onderwijs en opvoeders wat betreft het aanleren van een gezond eetpatroon.



Auteur: Fenna Portena, Studentnummer: 379026
Opleiding Leerkracht Basisonderwijs, Stenden University Leeuwarden
2017 - 2018

Titelblad

Titel: Een gezond eetpatroon aanleren; een kwestie van onderwijs én opvoeding!
Ondertitel: Een praktijkonderzoek naar de samenwerking tussen onderwijs en opvoeders wat betreft het aanleren van een gezond eetpatroon.
Naam: Fenna Portena
Studentnummer: 379026
Opleidingen: OLB Leeuwarden
Datum: 2017-2018
Code Toetseenheid: OL4-2A

Voorwoord

Voor u ligt het praktijkonderzoek naar de samenwerking tussen onderwijs en opvoeders wat betreft het aanleren van een gezond eetpatroon. Dit onderzoek is geschreven als afstudeeropdracht voor de opleiding leerkracht basisonderwijs aan de Stenden Hogeschool, te Leeuwarden in samenwerking met CBS H., te J..

Voor mij is dit onderzoek erg leerzaam geweest, in eerste plaats omdat het geen koud kunstje was om alles leesbaar en helder op papier te zetten. Daarnaast blijkt het ook best lastig om een goede enquête op te stellen, waarbij alle vragen ertoe doen voor het onderzoek. Gaandeweg het onderzoek heb ik steeds meer kennis opgedaan over volwaardige voeding en voedingsprojecten op basisscholen. Ik heb geleerd om beleidsstukken te lezen en om deze op de juiste manier te interpreteren. Voor dit onderzoek heb ik ook contact gehad met ouders, collega's én kinderen, welke allemaal weer een andere benadering en aanpak vereisen. Kortom, ik heb zeer veel vaardigheden ontwikkeld en kennis opgedaan, wat zeker in de praktijk van pas zal komen!

Mei 2018

Heerenveen, Fenna Portena

Samenvatting

In dit onderzoek is de samenwerking tussen het onderwijs en opvoeders wat betreft het aanleren van een gezond eetpatroon onderzocht. In samenwerking met CBS H. te J. en Stenden Hogeschool te Leeuwarden is dit onderzoek tot stand gekomen. Vanuit de directie van H. ontstond de vraag of de aandacht voor gezondheid nu daadwerkelijk ook de gewenste vruchten afwierp. Om dit te onderzoeken is er eerst een deel literatuuronderzoek gedaan, om een helder theoretisch kader te scheppen. In dit theoretische kader is eerst de term 'volwaardige voeding' gedefinieerd, daarna is er theorie verzameld over ouderparticipatie en ouderbetrokkenheid. Tenslotte is de situatie voor H. beschreven.

Het doel van dit onderzoek was om inzicht te krijgen in hoeverre het onderwijs op H. en de ouders van H. elkaar ondersteunen bij het hanteren van een volwaardig voedingspatroon door leerlingen en in hoeverre de kinderen merken dat de ouders en de school elkaar ondersteunen. Om dit te kunnen onderzoeken is de volgende onderzoeksvraag opgesteld: 'In hoeverre ondersteunen de ouders/verzorgers en het onderwijs elkaar bij het hanteren van een volwaardig voedingspatroon van de leerlingen op basisschool H. te J.?'

Als onderzoeksinstrument is een enquête gebruikt. Er is hiervoor gekozen omwille van de beschikbare tijd en middelen voor het onderzoek. Daarnaast had een enquête als voordeel dat het een manier is om een relatief grote groep ouders en leerlingen te kunnen bereiken.

De onderzoeksgroep voor dit onderzoek waren de ouders/verzorgers van de leerlingen van groep 7/8 van basisschool H. in J. en de ouders uit het ouderpanel, alle docenten en de leerlingen van groep 7/8. Door al deze partijen de enquêtes in te laten vullen, werd de validiteit van het onderzoek versterkt door middel van triangulatie; de informatie werd vanuit drie oogpunten verzameld. De totale onderzoeksgroep bestond uit ongeveer 200 mensen.

De ouders/verzorgers, docenten en de leerlingen hebben allen een aparte enquête gekregen. Deze enquêtes waren opgebouwd uit gesloten schaalvragen (oftewel stellingen), dit vanwege de grootte van de onderzoeksgroep en het grote aantal resultaten. De stellingen in de verschillende enquêtes hadden zoveel mogelijk dezelfde formulering, zodat de resultaten goed te vergelijken waren. De reacties van de enquêtes zijn via een Google formulier weergegeven. Deze gegevens zijn verwerkt in histogrammen en tabellen. De gegeven antwoorden in aantallen zijn omgezet naar procenten, daarna is er een conclusie getrokken. De drie enquêtes zijn per vraag vergeleken, zodat de triangulatie ook naar voren is gekomen in de conclusies en aanbevelingen.

Uit het onderzoek bleek dat de ouder(s)/verzorger(s) aangaven dat de opvoeding en het onderwijs elkaar zeker ondersteunen. Maar ze draaien het liever om; ze vinden dat 'H.' de ouders goed ondersteunen bij hun doelen rondom volwaardige voeding thuis. De docenten merkten ook dat ze door de ouders ondersteund worden bij de doelstellingen en projecten van 'H.' rondom volwaardige voeding. Leerlingen merken tenslotte ook dat ouders en school op één lijn zitten wat betreft de doelstellingen en projecten rondom volwaardige voeding.

Opvallende verschillen/overeenkomsten vanuit de drie enquêtes waren onder andere dat de leerlingen aangeven nooit suikerhoudende dranken mee te krijgen naar school, terwijl de ouder(s)/verzorger(s) en docenten aangaven dat dit nog wel regelmatig gebeurt. De leerlingen, ouder(s)/verzorger(s) en docenten gaven alle drie aan dat er (bijna) nooit op gezonde dingen getrakteerd wordt. De meningen over of dit wel/niet verplicht moet worden waren hier duidelijk over verdeeld.

Een vervolgonderzoek zou een ontwerponderzoek kunnen worden, waarbij aan de hand van meningen van ouders/docenten en leerlingen van de hele school een beleid ontworpen kan worden rondom gezonde voeding. Hierin moeten wel enkele verbeterpunten in acht genomen worden.

Inhoud

Titelblad	1
Voorwoord	2
Samenvatting	3
Inhoud	4
Hoofdstuk 1: Inleiding	6
1.1 Beschrijving van de school	6
1.2 Aanleiding van het onderzoek	6
1.3 Persoonlijke motivatie	7
1.4 Vooruitblik komende hoofdstukken	7
Hoofdstuk 2: Probleemanalyse	8
2.1 Probleemanalyse	8
2.2 Doelstelling van het onderzoek	9
Hoofdstuk 3: Theoretisch kader	10
3.1 Volwaardig eetpatroon	10
3.1.1 Wat is een eetpatroon?	10
3.1.2 Wat is volwaardige voeding voor kinderen tussen 4-8 jaar en 9-13 jaar?	10
3.2 Ouderbetrokkenheid en ouderparticipatie	11
3.2.1 Wat is ouderbetrokkenheid en wat is ouderparticipatie?	11
3.2.2 Het belang van ouderbetrokkenheid	12
3.2.3 Hoe kan ouderbetrokkenheid worden vergroot?	12
3.2.4 Wat doet H. aan ouderbetrokkenheid en/of ouderparticipatie?	13
3.3 Gezond eetpatroon in de basisschool	13
3.3.1 Wat wordt er voor beleid gevoerd rondom een gezond eetpatroon in de basisschool?	13
3.1.1 Wat is er verplicht rondom een gezond eetpatroon vanuit de kerndoelen?	13
3.1.2 Welke projecten rondom een gezond eetpatroon zijn er voor de basisschool?	13
3.1.3 En welke hiervan zijn relevant voor H.?	14
Hoofdstuk 4: Probleemstelling	15
4.1 Doel van het onderzoek	15
4.2 Onderzoeksvraag en deelvragen	15
4.3 Hypothese onderzoeksvraag	15
4.4 Bespreking probleemstelling	16
Hoofdstuk 5: Onderzoeksaanpak	17

5.1.	Onderzoeksinstrument	17
5.2.	Onderzoeksgroep	17
5.3.	Methode van dataverzameling	17
5.3.	Beoogde proces van dataverzameling en verwerking	20
5.4.	Ethische kwesties verhelderd	20
5.5.	Betrouwbaarheid en validiteit	21
5.6.	Planning	21
5.7.	Randvoorwaarden	22
Hoofdstuk 6: Resultaten		23
6.1.	Resultaten enquête ouder(s)/verzorger(s)	23
6.1.1.	Samenvatting resultaten	33
6.2.	Resultaten enquête docenten	34
6.2.1.	Samenvatting resultaten	44
6.3.	Resultaten enquête leerlingen	45
6.3.1.	Samenvatting resultaten	53
Hoofdstuk 7: Conclusies, aanbevelingen en discussie		54
7.1.	Conclusie enquête ouders	54
7.2.	Conclusie enquête docenten	54
7.3.	Conclusie enquête leerlingen	55
7.4.	Algemene conclusie	55
7.5.	Aanbevelingen	55
7.6.	Discussie	56
Bibliografie		57
Bijlagen		a
1.	Vitamine en mineralenbehoefte overzichtstabellen	a
2.	Mail ouders enquête (vooraf)	b
3.	Enquêtevragen ouders/verzorgers	c
4.	Enquêtevragen docenten	d
5.	Enquêtevragen leerlingen	e
6.	Resultaten open vragen enquête ouders/verzorgers	e
7.	Resultaten open vragen docenten	i
8.	Overige opmerkingen over enquête door leerlingen	j

Hoofdstuk 1: Inleiding

Dit hoofdstuk begint met een beschrijving van de school waarop het praktijkprobleem speelt, gevolgd door een beschrijving van de aanleiding van het onderzoek. Dan volgt de persoonlijke motivatie voor dit onderzoek en een vooruitblik voor de komende hoofdstukken.

1.1 Beschrijving van de school

H. is een christelijke basisschool in de Friese plaats J., aangesloten bij de Stichting CBO Meilân. Binnen deze stichting staat christelijk onderwijs voorop, met als belangrijkste waarden respect, verantwoordelijkheid, veiligheid en uniciteit. Deze waarden worden uitgedragen binnen de scholen door middel van de kernbegrippen meetellen, meedoen, zelf doen en samendoen (CBS H., 2018).

H. heeft als motto: *“Een brede basis voor een rijke ontwikkeling”*. Dit realiseren ze door middel van hun visie. In deze visie gaan ze uit van de basisbehoeften van de kinderen volgens pedagoog Stevens (Berding & Pols, 2014). De drie basisbehoeften zijn **Relatie**, **Competentie** en **Autonomie**:

- **Relatie**: dit is de behoefte om ergens bij te horen, te weten dat je ertoe doet en meetelt.
- **Competentie**: dit is de behoefte om te voelen en te merken dat je kunt wat er van je wordt gevraagd, dat dingen lukken door in jezelf te geloven.
- **Autonomie**: dit is de basisbehoefte om te vertrouwen in jezelf, om te merken dat je dingen zelfstandig kunt doen en dat je invloed kunt hebben op je eigen handelen (Berding & Pols, 2014).

H. gelooft dat kinderen zich in sprongen ontwikkelen (net als de haasjes in het veld), wanneer een rijke leeromgeving aangeboden wordt. Dit alles vindt plaats in een gestructureerde omgeving, waar sprake is van respect, rust en gezelligheid: het schoolgebouw van H. (CBS H., 2018).

1.2 Aanleiding van het onderzoek

Op H. wordt, net als in de huidige maatschappij, veel waarde gehecht aan een gezond eetpatroon. Er wordt dit jaar meegedaan aan het EU-fruit project en de school heeft een certificaat van de Gezonde School (voor toelichting EU-fruit project en Gezonde School zie paragraaf 3.1.2.).

De aandacht van de maatschappij voor de ontwikkeling van een gezond eetpatroon, is een reactie op de toename in kinderen met obesitas (Visscher, Zantinge, & van Bakel, 2018). Vanuit onderzoek door Visscher, Zantinge, & van Bakel (2018) is namelijk gebleken dat de laatste jaren landelijk een toename heeft plaatsgevonden in kinderen met obesitas. In 2016 had 14% van alle kinderen tot en met 17 jaar overgewicht. Kinderen met overgewicht hebben meer kans op gezondheidsproblemen, zoals glucose-intolerantie, verhoogde bloeddruk en hypercholesterolemie. Daarnaast lopen kinderen met overgewicht kans op hart en vaatziekten (Visscher, Zantinge, & van Bakel, 2018). Bovendien zitten kinderen met overgewicht vaak niet lekker in hun vel, dit zorgt vaak voor een lagere zelfwaardering en de daarmee samenhangende psychosociale problemen, zoals eenzaamheid, verdriet en gespannenheid (Visscher, Zantinge, & van Bakel, 2018).

De maatschappij maakt zich dus terecht zorgen over de ontwikkeling van een gezond eetpatroon bij kinderen. In 2016 bleek uit een onderzoek van het RIVM dat er nog te veel snoep- en frisdrankautomaten op scholen staan (Rijksinstituut voor Volksgezondheid, 2016). In diezelfde periode bleek dat er in totaal 1775 scholen aanvragen hebben gedaan voor extra ondersteuning rondom het thema gezondheid. Hiervan deden 1398 scholen uit het primair onderwijs aanvraag (Rijksinstituut voor Volksgezondheid, 2016).

Dit alles toont aan dat het wel degelijk een onderwerp is, wat in het onderwijs tot kopzorgen leidt. Maar is het wel correct dat de verantwoordelijkheid van dit onderwerp alleen bij de scholen wordt neergelegd? Is het misschien niet ook een onderdeel van de opvoeding? Deze vragen leiden tot dit onderzoek voor basisschool H.. Vanuit de directie van H. ontstond namelijk de vraag of deze aandacht

aan gezondheid nu daadwerkelijk ook de gewenste vruchten afwerpt. Er wordt onderzocht of de ouders de projecten en de visie van school rondom gezonde voeding ook ondersteunen door thuis ook een gezond eetpatroon toe te passen.

1.3 Persoonlijke motivatie

Ik begon dit onderzoek vanuit het idee om voor mijn twee studies (2^e graads biologie en pabo) mijn afstudeeronderzoek te kunnen combineren. Hierdoor is ook, in samenwerking met H., het onderwerp voeding tot stand gekomen. Daarnaast vind ik het belangrijk dat leerlingen volwaardige voeding binnen krijgen en zich bewust worden van wat ze soms in hun mond stoppen en wat dit met je lichaam kan doen.

Bovendien is voeding tegenwoordig een belangrijk onderwerp in het dagelijks leven geworden, waarbij er natuurlijk veel aandacht is om zo gezond mogelijk te leven en gezond oud te worden. Daarom is goede voeding een belangrijk onderdeel geworden van ons onderwijsprogramma; je kan niet vroeg genoeg beginnen! Om meer draagkracht te creëren voor gezonde voeding is het nodig dat de ouders en verzorgers ook thuis bewust met de voeding van leerlingen bezig gaan.

Ik wil graag door middel van dit onderzoek in kaart brengen voor H. wat er nu door de ouders/verzorgers thuis aan een volwaardig voedingspatroon gedaan wordt en wat er eventueel verbeterd kan worden. Op deze manier wil ik graag de samenwerking tussen ouders en onderwijs verbeteren wat betreft het onderwerp voeding.

1.4. Vooruitblik komende hoofdstukken

In de komende hoofdstukken wordt dit onderzoek verder uitgewerkt. Het probleem wordt eerst volledig geanalyseerd. Aan de hand van deze analyse worden vragen opgesteld, die eerst uitgezocht dienen te worden, voordat er verder gegaan wordt met het onderzoek. In het derde hoofdstuk worden deze vragen stuk voor stuk beantwoord met behulp van theorie; het theoretisch kader. Aan de hand van het theoretisch kader en de probleemanalyse wordt in hoofdstuk 4 het doel en de onderzoeksvraag met deelvragen geformuleerd. In het laatste hoofdstuk wordt onder andere beschreven hoe de onderzoeksvraag met deelvragen onderzocht gaat worden, welke onderzoeksinstrumenten hiervoor gebruikt worden en wat de doelgroep is.

Hoofdstuk 2: Probleemanalyse

In dit hoofdstuk wordt de probleemanalyse beschreven. Er wordt gekeken naar wat het probleem is, waar het probleem zich voor doet, voor wie het een probleem is, waarom het probleem nog niet is opgelost, wat het risico van het probleem is en waarom het een probleem is. Daarnaast wordt het probleem gedefinieerd. Er wordt een basis neergezet, waarop het hierop volgende literatuuronderzoek gebaseerd is. Het hoofdstuk wordt afgesloten met de beschrijving van de doelstelling van dit onderzoek.

2.1. Probleemanalyse

Leerlingen zijn zich niet altijd bewust van hun eetpatroon. Er zijn op dit moment allerlei projecten opgezet om leerlingen zich hier bewuster van te maken. Deze projecten vinden allemaal plaats in het onderwijs. Maar de vraag is of de ouders de kinderen thuis ook ondersteunen bij het ontwikkelen van een gezond eetpatroon. Deze projecten hebben namelijk meer effect als ouders hierbij worden betrokken, zodat kinderen thuis en op school dezelfde regels en adviezen over gezonde voeding meekrijgen (van der Heide, Chevalier, & Bos, 2014).

Vanuit onderzoek van het RIVM, waren in 2014 bij de helft van de leefstijl-projecten die op scholen worden aangeboden ouders betrokken. Dit wil men graag uitbreiden, alhoewel het nog niet helemaal duidelijk is welke elementen van de ouderbetrokkenheid precies bijdragen aan het effect op de leefstijl van kinderen. Er zijn echter aanwijzingen dat de kennis die ouders hebben van invloed kan zijn. Kennis over een gezonde leefstijl en hoe ze deze kunnen toepassen in de opvoeding. Bovendien is het van belang dat ouders zich bewust worden van hun voorbeeldfunctie en het besef dat ze hiermee het gedrag van hun kind kunnen beïnvloeden (van der Heide, Chevalier, & Bos, 2014).

Op 'H.' wordt aandacht besteed aan gezonde voeding, maar men ziet dit niet direct terug bij de leerlingen. Men twijfelt aan het nut van de aandacht voor gezonde voeding in het basisonderwijs en men twijfelt ook aan de ondersteuning van de ouders op dit gebied. Men veronderstelt dat als ouders de gezonde voeding ondersteunen, de leerlingen een beter voedingspatroon zullen (blijven) hanteren. Er wordt daarom onderzocht of de ouders/verzorgers op dit moment bewust samen met de kinderen bezig zijn met het voedingspatroon en of dit de aanpak van school ondersteunt.

Vanuit informele gesprekken blijkt dat ook de ouders betwijfelen of ze op één lijn zitten met de school. Ze hanteren "natuurlijk" een gezond voedingspatroon voor zowel henzelf als voor de kinderen. De leerlingen geven in informele gesprekken ook aan dat ze zowel thuis als op school gezond eten, hoewel ze ook wel limonade en een koekje mee krijgen naar school. Daarnaast trakteren veel kinderen ongezond.

Binnen de school is er nooit eerder onderzoek gedaan naar de meningen en ervaringen rondom een (eventueel) voedingsbeleid. Vanuit informele gesprekken met zowel ouders, docenten als leerlingen blijkt dat de meningen over een voedingsbeleid zeer sterk verschillen.

Om dit probleem te onderzoeken, zullen er eerst een aantal vragen beantwoord moeten worden. Deze vragen zullen met behulp van literatuur worden beantwoord. In onderstaande tabellen worden de vragen geformuleerd en een mogelijke bron wordt erachter vermeld.

Kernbegrip	Deelaspect	Bronnen
Eetpatronen	Wat is een eetpatroon?	(Bijsluiter) Woordenboek
Volwaardige voeding	Wat is volwaardige voeding voor kinderen tussen 4-8 jaar, 9-13 jaar en 14-18 jaar?	Vitaminen informatiebureau en Het voedingscentrum

Ouderparticipatie	Wat is ouderbetrokkenheid en wat is ouderparticipatie? Welke effecten hebben ouderbetrokkenheid en ouderparticipatie?	www.bredeschool.nl
--------------------------	--	--

Tabel 1 Literatuurverkenning algemeen

Kernbegrip	Deelaspect	Bronnen
Gezond eetpatroon op de basisschool	Wat wordt er voor beleid gevoerd rondom een gezond eetpatroon in de basisschool?	Schoolgids en Jaargids H.
	Wat is er verplicht rondom gezondheid vanuit de kerndoelen?	Tule.slo.nl
	Welke projecten rondom een gezond eetpatroon zijn er voor de basisschool?	Gezonde school, EU-fruit
	En welke hiervan zijn relevant voor H.?	Schoolgids H..
Ouderparticipatie	Wat doet H. aan ouderbetrokkenheid en/of ouderparticipatie?	Jaargids H.

Tabel 2 Literatuurverkenning voor de basisschool

2.2. Doelstelling van het onderzoek

Het doel van dit praktijkonderzoek is om inzicht te krijgen in hoeverre het onderwijs op H. en de ouders van H. elkaar ondersteunen bij het hanteren van een volwaardig voedingspatroon door leerlingen en in hoeverre de kinderen merken dat de ouders en de school elkaar ondersteunen.

In de komende hoofdstukken zal een deel van de vragen die nodig zijn om de hoofdvraag te beantwoorden onderzocht worden door een literatuurstudie te doen. Dit is terug te vinden in het theoretisch kader. Daarna zal een overzicht gegeven worden met de hoofdvraag en de te beantwoorden deelvragen, hier zal ook een hypothese over uitgesproken worden. Tenslotte wordt er in dit onderzoeksplan aangegeven wat het onderzoeksinstrument zal worden en dit zal worden uitgewerkt.

Hoofdstuk 3: Theoretisch kader

In dit hoofdstuk wordt in het eerste deel de definitie van een gezond eetpatroon voor dit onderzoek vastgesteld. Daarnaast wordt beschreven wat volwaardige voeding is voor kinderen in verschillende leeftijdsgroepen aan de hand van de Schijf van Vijf. In het tweede deel wordt ouderbetrokkenheid en ouderparticipatie en de effecten hiervan onderzocht en beschreven. Bovendien wordt er beschreven wat H. nu doet aan ouderparticipatie en ouderbetrokkenheid. Tenslotte volgt een specifiek deel voor basisschool H.. Hierin wordt gekeken naar de verplichtingen rondom voedingseducatie (kerndoelen), de huidige projecten rondom gezonde eetpatronen en het beleid wat betreft voeding op H..

3.1. Volwaardig eetpatroon

3.1.1. Wat is een eetpatroon?

Onder de term eetpatroon worden alle eetgewoonten van een persoon verstaan. Als een persoon bijvoorbeeld veel of vet voedsel eet en maar weinig vitamines binnenkrijgt, wordt er gesproken van een ongezond eetpatroon. Een eetpatroon kan men veranderen om gezonder te gaan eten, of om af te vallen, om aan te komen of bij een allergie waarbij bepaalde producten vermeden moeten worden (Bijsluiters Woordenboek, 2017).

3.1.2. Wat is volwaardige voeding voor kinderen tussen 4-8 jaar en 9-13 jaar?

Om goed te kunnen ontwikkelen hebben kinderen voeding nodig, waarin alle benodigde voedingsstoffen zitten: volwaardige voeding. Om te kunnen zeggen wat volwaardige voeding is, is het belangrijk om te kijken naar wat het lichaam echt nodig heeft. In de leeftijdscategorieën 4-8 en 9-13 jaar zijn verschillende behoeften wat betreft voedingsstoffen, daarom hebben kinderen uit deze twee leeftijdscategorieën ook allemaal andere volwaardige voeding nodig.

In bijlage 1 zijn de tabellen geplaatst, waarin de vitamine en mineralen behoefte voor de verschillende leeftijdscategorieën worden weergegeven (Het Vitamine Informatie Bureau, 2017).

Vitaminen en mineralen hebben kinderen in de groei in verschillende mate nodig. Daarom is het nodig dat deze vitamines en mineralen in de voeding aanwezig zijn, zodat de kinderen ze voldoende innemen. In de Schijf van Vijf zijn al deze vitamines en mineralen opgenomen, om zo te kunnen



Figuur 1 Schijf van Vijf

voldoen aan volwaardige voeding. Als kinderen volgens de Schijf van Vijf eten en niet te veel snoepen/vet eten, ontwikkelen ze een volwaardig voedingspatroon (Het Voedingscentrum, 2018).

De Schijf van Vijf is door het voedingscentrum ontwikkeld op basis van wetenschappelijk onderzoek. Als men elke dag voldoende producten uit elk vak eet, heeft men een goede basis voor een gezond eetpatroon. De vijf vakken staan voor vijf verschillende productgroepen: groen staat voor groente en fruit, blauw voor drinken, geel staat voor (onverzadigde) vetten, roze staat voor eiwitten en oranje staat voor brood en andere graanproducten. Ook ziet men in de schijf de hoeveelheden van elke productgroep terug. Zo wordt groente en fruit voor het grootste deel weergegeven in de cirkel, dit geeft aan dat het lichaam hier ook het meeste van nodig heeft. De vetten worden maar met een heel klein stukje aangegeven in de cirkel, dit heeft men dus in veel mindere mate nodig (Het Voedingscentrum, 2018).

De bedoeling is natuurlijk niet dat men elke dag precies hetzelfde uit de schijf van vijf eet. Het voedingscentrum adviseert dan ook om veel te variëren en de voeding alle kleuren van de regenboog te laten bevatten. Op die manier krijgt het lichaam alle benodigde vitaminen en mineralen binnen (Het Voedingscentrum, 2018).

3.1.2.1. Verantwoording keuze bronnen

Er zijn ontzettend veel soorten diëten en voedingsadviezen bekend. Er is in dit onderzoek gekozen voor de bronnen 'Het Vitaminen Informatiebureau' en 'Het Voedingscentrum' vanwege de ondersteuning vanuit de overheid, de wetenschappelijke achtergrond en omdat dit het meest gebruikte voedingsadvies is in het onderwijs. Deze drie hoofdredenen maakten deze voedingsadviezen het geschiktst om in dit onderzoek te hanteren.

3.2. Ouderbetrokkenheid en ouderparticipatie

3.2.1. Wat is ouderbetrokkenheid en wat is ouderparticipatie?

Ouderbetrokkenheid en ouderparticipatie draait in beide gevallen om de relatie tussen ouders en de school. De Onderwijsraad heeft in 2010 in een advies onderscheid gemaakt in drie typen relaties tussen ouders en school. De eerste is de individuele, juridische relatie. Deze gaat over de vastgestelde rechten en plichten van de ouders en de school. De tweede relatie gaat erom dat de ouders samenwerkingspartners zijn wat betreft de opvoeding en het leerproces van hun kind. Ten slotte is de derde vorm van relatie dat alle ouders onderdeel van een (informele) oudergemeenschap zijn. Hierbij gaat het niet meer zozeer direct om de eigen kinderen, maar over die van de oudergroep van een klas, een groep, een jaar of de school als geheel. Als de oudergroep goed functioneert, komt dat ook ten goede aan de klas en de school. Het belangrijkste uit dit advies van de onderwijsraad is dat er in het beleid minder nadruk moet zijn op het eerste (juridische) type, en meer op het tweede (partnerschap) en derde type (lid van de oudergemeenschap) (Onderwijsraad, 2010).

Ouderparticipatie en ouderbetrokkenheid zijn twee begrippen die vaak door elkaar gebruikt worden. In dit onderzoek wordt onder ouderbetrokkenheid de betrokkenheid van ouders bij de opvoeding en het onderwijs van hun eigen kind verstaan, thuis en op school. Dit houdt bijvoorbeeld het voorlezen thuis in en het bespreken van het rapport van het kind op school (van der Schaaf & van den Berg, 2009).

Onder ouderparticipatie wordt actieve deelname aan activiteiten op school verstaan. Dit is nog onder te verdelen in informele en formele vormen van ouderparticipatie. Informele vormen zijn de dagelijkse/wekelijkse/maandelijke klusjes van ouders in en voor de school, zoals meehelpen bij knutselen, begeleiding van excursies of helpen op schoonmaakavonden op school. Formele vormen van ouderparticipatie zijn bijvoorbeeld het lidmaatschap van de ouderraad of de medezeggenschapsraad of lid zijn van het schoolbestuur (van der Schaaf & van den Berg, 2009).

Uit deze definities blijkt al dat het om twee verschillende dingen gaat. Ouderbetrokkenheid, waarbij de vraag hoe de ouders kinderen een stimulerende omgeving kunnen bieden om zich te ontwikkelen centraal staat. En ouderparticipatie, waarbij ouders de school helpen bij het creëren van een stimulerende omgeving voor hun kinderen (van der Schaaf & van den Berg, 2009).

3.2.2. Het belang van ouderbetrokkenheid

Er blijkt uit verschillende onderzoeken een verband te zitten tussen ouderbetrokkenheid en de prestaties van de leerlingen. Desforjes en Abouchelaar (2003) hebben verschillende onderzoeken over deze effecten met elkaar vergeleken. Daaruit concluderen zij dat vooral de betrokkenheid thuis van ouders leidt tot positieve ontwikkeling en (leer)resultaten van het kind. Deze ouderbetrokkenheid vanuit huis houdt in dat de ouders het kind steunen bij huiswerk, weten wat een kind moet leren voor een toets en interesse tonen in de gebeurtenissen op school. Op die manier wordt er volgens Desforjes en Abouchelaar (2003) een positievere houding naar school toe gevormd, wat leidt tot betere prestaties voor rekenen en taal, meer zelfvertrouwen van het kind en de ontwikkelingen wat betreft sociale vaardigheden. Kortom, volgens Desforjes en Abouchelaar (2003) bevordert het investeren in de betrokkenheid thuis de ontwikkelingsmogelijkheden van de kinderen (Abouchaar & Desforjes, 2003).

Ook Fantuzzo et al. (2004) hebben onderzoek gedaan naar de effecten van ouderbetrokkenheid. Uit dit onderzoek bleek dat ouderbetrokkenheid een positief effect heeft. De leerlingen hadden een positiever resultaat wat betreft het doorzettingsvermogen, receptieve woordenschat en vermindering van probleemgedrag (Fantuzzo, McWayne, & Marlo, 2004).

Het blijft bij deze onderzoeken echter de vraag of de positieve schoolprestaties veroorzaakt worden door de ouderbetrokkenheid, of dat de ouderbetrokkenheid veroorzaakt wordt door tegenvallende schoolprestaties. Volgens Smit et al. (2007) blijkt dat de school of de ouders contact met elkaar opnemen, zodra zich een probleem voordoet (Smit, Driessen, Sluiter, & Brus, 2007).

3.2.3. Hoe kan ouderbetrokkenheid worden vergroot?

Volgens het advies van de Onderwijsraad (2010) kunnen scholen betrokkenheid van ouders vergroten door (Onderwijsraad, 2010):

- Onderwijs en opvoeding als gezamenlijke taak en verantwoordelijkheid weer te geven.
- Een open, flexibele en uitnodigende houding naar ouders toe te hebben.
- De leerkrachten een open houding aan te laten nemen ten opzichte van ouderbetrokkenheid.
- Een planmatige aanpak te hanteren voor het leren op school én het leren thuis.
- Ouders serieus te nemen wat betreft hun eigen inbreng bij de opvoeding.
- Duidelijk aan te geven wat de school van de ouders verwacht qua opvoeding, cultuur en doelen.
- De leerkrachten voldoende kennis te laten nemen van de gezinnen, omstandigheden, cultuur en opvoeding.
- Rekening te houden met de achtergronden, wensen en verwachtingen van ouders.
- Open te staan voor elkaars culturele en religieuze achtergronden.
- Het beleid te richten op betere interactie en communicatie tussen school en gezin;
- Moeilijk bereikbare ouders nadrukkelijk uit te dagen om een bijdrage te leveren;
- School te zien als een gemeenschap, die bijeen gehouden wordt door gezamenlijke waarden. Onderwijs is dan een taak van de hele buurt, waarbij men veel samenwerkt met andere organisaties rondom ouders.

3.2.4. Wat doet H. aan ouderbetrokkenheid en/of ouderparticipatie?

Op H. heeft men gekozen te werken aan ouderparticipatie én ouderbetrokkenheid. Ouderparticipatie is inhoudelijk vormgegeven door naast de MR, ook een ouderpanel te vormen. Hierbij is het idee dat ouders meedenken in beleidsontwikkeling op H.. Het ouderpanel wordt 4 maal per jaar georganiseerd. Uit elke groep neemt een ouder deel aan het ouderpanel. De ouders worden geïnformeerd over de werkwijze van een ouderpanel door het verstrekken van de richtlijnen van het ouderpanel. Het besproken thema van het ouderpanel wordt door de ouders of team aangedragen. Verslaglegging van de bevindingen van het ouderpanel wordt gedaan in de nieuwsbrief van de school, die via de mail verstuurd wordt (CBS H., 2017-2018) .

Ouderbetrokkenheid wordt gestimuleerd door onder andere het organiseren van ouderavonden. Daarnaast worden er ouders ingezet bij bijvoorbeeld schoonmaakavonden, open ateliers en activiteiten zoals de voorleesdagen en de Kinderboekenweek, schoolreisje en andere excursies (CBS H., 2017-2018).

3.3. Gezond eetpatroon in de basisschool

3.3.1. Wat wordt er voor beleid gevoerd rondom een gezond eetpatroon in de basisschool?

Over het algemeen wordt er op de basisschool een gezond voedingsbeleid gevolgd waarin de nadruk ligt op voldoende beweging, gezonde tussendoortjes zoals fruit, gezonde traktaties in plaats van snoep, gezond drinken in plaats van zoetigheid en natuurlijk een gezonde lunch. Het voedingscentrum heeft een voorbeeld voedingsbeleid opgesteld, om zo scholen te helpen met het hanteren van een gezond voedingsbeleid. Hierin worden ook de bovenstaande punten in beschreven. Veel basisscholen hanteren een soort gelijk voedingsbeleid, dit is terug te vinden in de schoolgids of in het document over het voedingsbeleid (Het Voedingscentrum, 2018).

3.1.1. Wat is er verplicht rondom een gezond eetpatroon vanuit de kerndoelen?

In de kerndoelen van Stichting Leerplan Ontwikkeling voor het primair onderwijs wordt onder het kopje 'Oriëntatie op jezelf en de wereld - Mens en samenleving' onder kerndoel 34 aangegeven dat *'de leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen'*. Hieronder wordt onder andere verstaan dat de leerlingen leren over gezond gedrag, hier valt ook gezonde voeding onder (Tank, 2009).

3.1.2. Welke projecten rondom een gezond eetpatroon zijn er voor de basisschool?

Er zijn verschillende projecten rondom een gezond eetpatroon in Nederland. Op dit moment zijn de bekendste projecten het EU-schoolfruit en de Gezonde School.

3.1.2.1. EU-schoolfruit

Het EU- schoolfruit houdt in dat scholen 20 weken gratis elke week 3 stuks groente en fruit ontvangen voor de leerlingen, gefinancierd door de Europese Unie. Op deze manier komen de leerlingen op deze dagen aan de minimale hoeveelheid van twee keer fruit en 150 gram groente per dag voor hun lichaam (EU-Schoolfruit, 2018).

Bij EU-schoolfruit gaat men daarnaast uit van het principe dat gezond eten besmettelijk is. Zien eten, doet eten. De ervaring leert dat kinderen door EU-Schoolfruit meer soorten fruit en groente durven te proeven. Niet alleen op school, maar ook thuis. Mede daardoor waarderen ouders dit project zeer. Na de periode van gratis fruit en groente, blijkt dat 75% van de ouders een structureel schoolfruitbeleid wil. Op die manier weten ouders waar ze aan toe zijn als ze alleen fruit en groente mogen meegeven als tussendoortje (EU-Schoolfruit, 2018).

Naast dat het project bijdraagt aan de gezondheid van de leerlingen, draagt het ook bij aan de kennis van de leerlingen. De kinderen leren over de herkomst en gezondheidsvoordelen van fruit en groente,

doordat er lessen aan de gebruikte groente en fruit gekoppeld zijn. Deze lessen is de school verplicht om te geven in alle groepen (EU-Schoolfruit, 2018).

Tenslotte doet de organisatie van EU-schoolfruit er alles aan om het project zo duurzaam mogelijk te maken; veel soorten fruit en groente die gebruikt worden hebben een relatief lage klimaatbelasting (EU-Schoolfruit, 2018).

3.1.2.2. De Gezonde School

De gezonde school is een project, opgezet om een gezonde leefstijl binnen elke school een vast punt te maken. De missie van de gezonde school is: *“Een gezonde leefstijl in het DNA van elke school”*. Binnen het programma komen onderwijs en gezondheid samen, wat leidt tot meer gezondheidswinst en betere onderwijsprestaties (Gezonde School, 2017).

Gezonde School stimuleert scholen om zelf te werken aan een gezonde leefstijl op school via de Gezonde Schoolaanpak. Deze aanpak bestaat uit 4 pijlers: educatie, omgeving, signaleren en beleid.

1. Gezondheidseducatie: in de lessen is er structurele aandacht voor gezondheid.
2. Fysieke en sociale omgeving: gezond gedrag stimuleren door aanpassingen in de fysieke en sociale omgeving. Denk hierbij aan een beweegvriendelijk of ‘groen’ schoolplein en aan het betrekken van ouders bij Gezonde School.
3. Signaleren: gezondheidsproblemen worden gesignaleerd.
4. Beleid: alle maatregelen voor de gezondheid van leerlingen en leraren zijn vastgelegd in het schoolbeleid.

Deze 4 pijlers zijn handvaten om mee te werken binnen bepaalde thema’s, bijvoorbeeld het thema voeding. Als er aan een thema wordt gewerkt volgens de vier pijlers, dan wordt er gebruik gemaakt van de integrale aanpak. Scholen die uitblinken in één of meerder thema’s kunnen het vignet ‘Gezonde School’ aanvragen (Gezonde School, 2017).

De Gezonde School biedt ondersteuning aan de scholen door middel van adviseurs van de GGD en door middel van financiële steun om meer aandacht te kunnen besteden aan verschillende thema’s (Gezonde School, 2017).

3.1.3. En welke hiervan zijn relevant voor H.?

Basisschool ‘H.’ doet het schooljaar 2017-2018 mee aan het Europees Schoolfruit project (CBS H., 2018).

Daarnaast heeft basisschool ‘H.’ ook het vignet Gezonde School. Dit vignet is verkregen door structureel aandacht te hebben voor een gezond leer- en leefklimaat. ‘H.’ brengt de leerlingen een bewuste houding bij over gezonde voeding en een gezonde leefstijl. Zo wordt op verschillende manieren het bewegen gestimuleerd onder de leerlingen. Het drinken van water en gezonde drankjes wordt gestimuleerd en er wordt op school weloverwogen getrakteerd. In de school en op het schoolplein is roken verboden. Zowel tijdens schooltijd, evenementen en ouderavonden op school mag er niet gerookt worden door zowel leerlingen, als door personeel en ouders/verzorgers in het bijzijn van leerlingen (CBS H., 2018).

Hoofdstuk 4: Probleemstelling

In dit hoofdstuk wordt beschreven wat het doel is van dit onderzoek en worden de hoofd- en deelvragen beschreven. Er wordt een hypothese gesteld en tenslotte wordt er weergegeven met wie deze probleemstelling besproken is.

4.1. Doel van het onderzoek

Het doel van dit praktijkonderzoek is om inzicht te krijgen in hoeverre het onderwijs en de ouders elkaar ondersteunen bij het hanteren van een volwaardig voedingspatroon door leerlingen en in hoeverre de kinderen merken dat de ouders en onderwijs elkaar hierin ondersteunen. Dit doel zal bereikt worden door middel van een vragenlijst onder de ouders uit het ouderpanel, de ouders/verzorgers van de leerlingen van groep 7/8, de leerlingen van groep 7/8 en alle leerkrachten.

4.2. Onderzoeksvraag en deelvragen

De onderzoeksvraag voor dit onderzoek is als volgt geformuleerd:

In hoeverre ondersteunen de ouders/verzorgers en het onderwijs elkaar bij het hanteren van een volwaardig voedingspatroon van de leerlingen op basisschool 'H.' te J.?

Deelvragen die in het theoretisch kader zijn beantwoord:

- Wat is een eetpatroon?
- Wat is volwaardige voeding?
- Welke projecten rondom gezonde voeding voor het basisonderwijs zijn er?
- Welke projecten zijn relevant voor het basisonderwijs op H.?
- Wat is ouderbetrokkenheid en ouderparticipatie?
- Wat doet 'H.' aan ouderbetrokkenheid en/of ouderparticipatie?

Deelvragen die nog onderzocht moeten worden, voordat er antwoord gegeven kan worden op de hoofdvraag:

- In hoeverre vinden ouders dat ze de doelstellingen en projecten van 'H.' rondom volwaardige voeding thuis ondersteunen?
- In hoeverre merken leerkrachten dat ze door de ouders ondersteund worden bij de doelstellingen en projecten van 'H.' rondom volwaardige voeding?
- In hoeverre merken de leerlingen dat de ouders en school op één lijn zitten wat betreft de doelstellingen en projecten rondom volwaardige voeding?

4.3. Hypothese onderzoeksvraag

Op de onderzoeksvraag 'In hoeverre ondersteunen de ouders/verzorgers en het onderwijs elkaar bij het hanteren van een volwaardig voedingspatroon van de leerlingen op basisschool 'H.' te J.?', wordt als antwoord verwacht dat de ouders/verzorgers aangeven dat ze de basisschool ondersteunen. Verwacht wordt dat in de mate waarin dit gebeurt zeer grote verschillen te vinden zijn. Er wordt verwacht dat een deel van de ouders wel aan zal geven, dat ze door de school bewuster zijn geworden van het eten wat leerlingen krijgen. Er wordt verwacht dat men 'de Schijf van Vijf' wel kent, maar of deze ook altijd bewust gehanteerd wordt, is de vraag.

Er wordt verwacht dat de docenten merken dat ouders zich bewuster zijn van de ongezonde tussendoortjes van de kinderen. Daarentegen zal het de docenten wellicht nog tegenvallen hoe goed de ouders omgaan met de voeding voor hun kinderen.

Er wordt verwacht dat de kinderen aangeven dat ze grote verschillen merken. Ouders/verzorgers hanteren op dit moment waarschijnlijk nog andere regels dan dat er op school gedaan wordt.

4.4. Bespreking probleemstelling

De probleemstelling is besproken met de begeleidend docent en twee critical friends. Er is besproken hoe het onderzoek afgebakend, gespecificeerd en helder geformuleerd kon worden. Na enige aanpassingen gedaan te hebben, is de huidige onderzoeksvraag tot stand gekomen. Allereerst is de term gezond gedrag veranderd in gezond eetgedrag. Dit vormde nog een te breed onderzoeksveld, daarom is ervoor gekozen om alleen het onderdeel voeding te benaderen. Dit resulteerde in de term gezond eetpatroon. Een gezond eetpatroon is echter niet neutraal genoeg in de onderzoeksvraag, vandaar de keus voor de term 'het eetpatroon'. Na een poos is besloten om niet verder te gaan met de vraag wie er verantwoordelijk is voor het aanleren van een volwaardig voedingspatroon, omdat dit een te eenvoudig te beantwoorden vraag bleek. Daarom is men gaan kijken naar de mogelijkheid om te onderzoeken of de samenwerking tussen ouders en onderwijs ook beter kan wat betreft volwaardige voeding voor de leerlingen van 'H.'. Dit is in overleg gegaan met een tweede begeleidende docente van de NHL.

Hoofdstuk 5: Onderzoeksaanpak

In dit hoofdstuk zal de het beschrijvende onderzoek uitgewerkt worden in de onderzoeksgroep, de methode van dataverzameling, de ethische kwesties, de planning en de randvoorwaarden voor dit onderzoek beschreven worden.

5.1. Onderzoeksinstrument

In dit onderzoek zal als onderzoeksinstrument een enquête gebruikt worden. Er is hiervoor gekozen omwille van de beschikbare tijd en middelen voor het onderzoek. Daarnaast heeft een enquête als voordeel dat het een manier is om een relatief grote groep ouders en leerlingen te kunnen bereiken. Dit geeft een representatief beeld van de totale onderzoeksgroep weer (van der Donk & van Lanen, 2014). Bovendien blijft bij een enquête de objectiviteit gewaarborgd, doordat de antwoorden niet beïnvloed kunnen worden door de interviewer. Ook kunnen de gegeven antwoorden makkelijk vergeleken worden, doordat de manier van vragen en antwoorden gestandaardiseerd is. Hierdoor kunnen de verschillende onderzoeksgroepen met elkaar vergeleken worden tijdens de analyse (van der Donk & van Lanen, 2014).

Enkele nadelen die een enquête heeft zijn onder andere de beperkte keuze in antwoord mogelijkheden. De respondent kan niet zijn/haar verhaal vrij vertellen. Bovendien neigen de respondenten sociaal wenselijke antwoorden te geven, ook als het anoniem is (van der Donk & van Lanen, 2014). De antwoorden die gegeven worden bij een enquête kunnen niet of nauwelijks toegelicht worden, de motivatie kan moeilijk achterhaald worden. Dit leidt mogelijk tot minder diepgang in het onderzoek (Graauw, 2018).

Deze nadelen zijn nauwkeurig afgewogen tegen de voordelen die een enquête biedt. Het is juist de bedoeling om een peiling te houden onder de ouders/leerlingen van H., daarom is het niet erg als er beperkte antwoord mogelijkheden zijn. De sociaal wenselijke antwoorden kunnen ook bij een interview gegeven worden, juist nog eerder doordat dit niet anoniem gebeurt. Dit alles zorgt ervoor dat er gekozen is voor een anonieme enquête.

5.2. Onderzoeksgroep

De onderzoeksgroep voor dit onderzoek zijn de ouders/verzorgers van de leerlingen van groep 7/8 van basisschool H. in J. en de ouders uit het ouderpanel. Dit zal leiden tot ongeveer 100 ingevulde enquêtes. Dit zal een representatief beeld van alle ouders van H. vormen.

Daarnaast zullen ook de docenten van basisschool H. meegenomen worden in dit onderzoek door individuele enquêtes af te nemen. Deze enquête zal onder 25 docenten afgenomen worden. Zo wordt er een volledig beeld van de mening van de docenten gevormd.

De leerlingen van groep 7/8 zullen ook een enquête invullen, dit met als doel inzicht te krijgen in hoeverre de leerlingen iets van de huidige samenwerking meekrijgen. Bovendien versterkt dit de validiteit van het onderzoek door middel van triangulatie; de informatie wordt vanuit drie oogpunten verzameld (van der Donk & van Lanen, 2014). Onder ongeveer 80 leerlingen zal de enquête afgenomen worden. Ook dit zal een representatief beeld van de leerlingen van H. vormen.

De totale onderzoeksgroep zal uit ongeveer 200 mensen bestaan.

5.3. Methode van dataverzameling

Er zal door middel van een enquête onderzoek gedaan worden onder de ouders, docenten en leerlingen van CBS H.. De ouders/verzorgers krijgen een andere enquête dan de docenten en de leerlingen krijgen ook een aparte enquête. Deze enquêtes zullen opgebouwd zijn uit gesloten

schaalvragen, dit vanwege de grootte van de onderzoeksgroep en het grote aantal resultaten (van der Donk & van Lanen, 2014).

De stellingen in de verschillende enquêtes zullen zoveel mogelijk dezelfde formulering hebben, om de resultaten goed te kunnen vergelijken. De enquêtes zullen opgesteld worden aan de hand van onderstaande tabellen (van der Donk & van Lanen, 2014).

Doel van de enquête	Kernbegrip	Deelaspecten	Stellingen
Na afloop van de enquête heb ik data waaruit blijkt of de ouders/verzorgers de projecten en doelen wat betreft een gezond eetpatroon van de school ondersteunen.	Eten op school	Pauzehap	Mijn kind krijgt fruit/groente mee als pauzehap.
		Lunch	Mijn kind krijgt een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente.
		Drinken	Mijn kind krijgt limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school.
		Traktaties	Mijn kind trakteert op fruit of groente.
	Onderwijsprojecten/ Onderwijsprogramma's	Schijf van Vijf/volwaardige voeding	Ik ben mij bewust van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan mijn kind. Mijn kind eet minstens 200 gram groente per dag. Mijn kind eet minstens 2 stuks fruit op een dag.
		Europees fruitproject	Mijn kind eet thuis fruit of groente als tussendoortje.
		Gezonde School	Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn. Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water toegestaan zijn als drinken.
		Overige projecten	Ik merk thuis dat mijn kind bewust bezig is met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school.
	Ouderbetrokkenheid	Ouderbetrokkenheid bij projecten	Als ik gevraagd word om te helpen bij projecten rondom gezonde voeding, dan help ik graag mee.

Tabel 3 Opbouw enquête ouders/verzorgers

Doel van de enquête	Kernbegrip	Deelaspecten	Stellingen
Na afloop van de enquête heb ik data waaruit blijkt of de docenten zich door ouders/verzorgers gesteund voelen wat betreft de projecten en doelen rondom het gezonde eetpatroon van leerlingen.	Eten op school	Pauzehap	De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal fruit/groente mee als pauzehap.
		Lunch	De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente.
		Drinken	De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school.
		Traktaties	De leerlingen uit mijn klas trakteren allemaal op fruit of groente.
	Onderwijsprojecten/ Onderwijsprogramma's	Schijf van vijf/volwaardige voeding	Ik merk dat ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind. De leerlingen in mijn klas eten allemaal 1 stuk fruit op een dag op school.
		Europees fruitproject	De leerlingen eten op de dagen dat er geen EU-fruit is, ook fruit of groente als tussendoortje.
		Gezonde School	Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn. Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water toegestaan zijn als drinken.
		Overige projecten	Ik merk dat de leerlingen uit mijn klas bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school.
	Ouderbetrokkenheid	Ouderbetrokkenheid bij projecten	Als er hulp gevraagd wordt bij projecten rondom gezonde voeding, dan zijn

			er altijd genoeg helpende ouders/verzorgers.
--	--	--	--

Tabel 4 Opbouw enquête docenten

In deze enquêtes zullen stellingen weergegeven worden, die erop gericht zullen zijn de deelvragen en daarmee de hoofdvraag te beantwoorden. De onderzoeksgroep geeft bij elke stelling aan of ze het ze het er mee eens zijn of niet door middel van een zes-puntschaal (0-5) (toelichting hierop zie paragraaf 5.5) (van der Donk & van Lanen, 2014).

Stelling		Helemaal oneens: 0 Helemaal eens: 5					
1.	Mijn kind krijgt fruit mee als pauzehap.	0	1	2	3	4	5

Tabel 5 Voorbeeld ouders/verzorgers enquête

De enquête zal digitaal met behulp van een Google Formulier afgenomen worden. De ouders en docenten krijgen een e-mail toegezonden met daarin een korte uitleg van het onderzoek en de enquête. Ook staat in deze e-mail de link naar de enquête. De leerlingen krijgen de uitleg mondeling en vullen de enquête daarna individueel op een Ipad in. Dit zal in elke groep op dezelfde ochtend tussen 9.00u en 10.00u in het eigen klaslokaal plaatsvinden.

5.3. Beoogde proces van dataverzameling en verwerking

De deelvragen in het theoretisch kader zijn beantwoord met behulp van (wetenschappelijke) literatuur. De deelvragen die in het theoretisch kader zijn beantwoord zijn:

- Wat is een eetpatroon?
- Wat is volwaardige voeding?
- Welke projecten rondom gezonde voeding voor het basisonderwijs zijn er?
- Welke projecten zijn relevant voor het basisonderwijs op H.?
- Wat is ouderbetrokkenheid en ouderparticipatie?
- Wat doet 'H.' aan ouderbetrokkenheid en/of ouderparticipatie?

Deelvragen die onderzocht worden door middel van een enquête onder de ouders/verzorgers, docenten en leerlingen zijn:

- In hoeverre vinden ouders dat ze de doelstellingen en projecten van 'H.' rondom volwaardige voeding thuis ondersteunen?
- In hoeverre merken leerkrachten dat ze door de ouders ondersteund worden bij de doelstellingen en projecten van 'H.' rondom volwaardige voeding?
- In hoeverre merken de leerlingen dat de ouders en school op één lijn zitten wat betreft de doelstellingen en projecten rondom volwaardige voeding?

De reacties van de enquêtes zullen via het Google formulier worden weergegeven. Deze gegevens zullen verwerkt worden in histogrammen en tabellen. De gegeven antwoorden zullen in aantallen omgezet worden naar procenten, zodat er een duidelijke conclusie kan worden getrokken. De drie enquêtes zullen bovendien per vraag vergeleken worden, zodat de triangulatie ook naar voren komt in de conclusies en aanbevelingen.

5.4. Ethische kwesties verhelderd

Voor het schrijven van de onderzoeksrapportage voor dit praktijkonderzoek is toestemming verleend door de directie van H. en G. W. van Stenden Hogeschool.

Voordat de enquêtes afgenomen worden, worden deze door de directie van H. en door de begeleidende docent doorgenomen. De ouders/verzorgers en docenten zullen van tevoren gevraagd worden of ze toestemming geven om de resultaten van de enquête mee te nemen in dit onderzoek. Daarnaast zal aan de ouders/verzorgers toestemming gevraagd worden of hun kind een enquête voor dit onderzoek mag invullen. De enquêtes zullen anoniem afgenomen worden, er zullen geen namen/leeftijden/opleidingsniveaus en dergelijke gevraagd worden. De ouders/verzorgers en docenten krijgen de onderzoeksresultaten op 9 april gepresenteerd.

Data die van een respondent (ouder/verzorger/docent/leerling) ontvangen worden, blijven eigendom van de desbetreffende respondent. Er wordt vertrouwelijk met de data omgegaan en zal niet zonder toestemming doorgegeven worden aan derden (van der Donk & van Lanen, 2014).

5.5. Betrouwbaarheid en validiteit

De betrouwbaarheid van dit onderzoek wordt gewaarborgd door de enquête bij ouders/verzorgers, docenten en leerlingen af te nemen. Op die manier wordt gebruik gemaakt van brontriangulatie (van der Donk & van Lanen, 2014). De enquêtes voor ouders/verzorgers, docenten en leerlingen zijn op eenzelfde manier opgesteld en beogen hetzelfde te meten. Dit met als doel de verschillende enquêteresultaten op een juiste manier met elkaar te kunnen vergelijken. Alle respondenten krijgen vooraf aan de enquête een korte uitleg en toelichting te lezen, dit is ook voor alle drie de groepen gelijk (van der Donk & van Lanen, 2014).

Om de validiteit van het onderzoek te vergroten, is goed gekeken naar mogelijke invloeden op de uitkomsten van het onderzoek. De enquête wordt naar een deel van de ouders/verzorgers van de school verzonden via de mail, de leerlingen van 3 van de 13 groepen vullen de enquête op school in. Dit lijkt de beste manier om zoveel mogelijk ingevulde enquêtes terug te krijgen. Daarnaast is bij enquêtes het gevaar, dat de respondenten sociaal wenselijke antwoorden gaan geven. Daarom is gekozen voor een 0-5 puntschaal. Op een 0-5 puntschaal bevindt zich geen midden, waardoor er voorkomen wordt dat de respondenten dit nietszeggende midden gaan invullen (van der Donk & van Lanen, 2014).

Doordat gedurende het hele onderzoek gebruik wordt gemaakt van critical friends en overleg gehouden wordt met betrokken docenten op H. en NHL Stenden, wordt de validiteit ook vergroot. Er wordt gebruik gemaakt van dialogische validiteit, maar daarnaast ook van democratische validiteit. Door middel van de enquête wordt er overleg gepleegd met de betrokken partijen van het praktijkprobleem. Het praktijkonderzoek heeft als uiteindelijk doel om de ouders en docenten beter begrip te geven van de onderwijs- en opvoedingspraktijk. Op deze manier wordt er in de toekomst verbetering mogelijk gemaakt (van der Donk & van Lanen, 2014).

5.6. Planning

Activiteit	Wanneer	Gelukt of uitgesteld?
Feedback SLB'er verwerken	In de week van 22 januari	Gelukt.
Onderzoeksaanpak verder uitwerken	In de week van 22 januari	Gelukt.
Enquête maken via Google formulieren	In de week van 29 januari	Gelukt.
Enquête laten testen + verslag aan begeleider tonen	In de week van 29 januari	Gelukt.
Enquête afnemen	5 februari t/m de voorjaarsvakantie	Uitgesteld, pas na de voorjaarsvakantie afgenomen.

Enquête herinneringsmail sturen (afhankelijk van respons)	Uiterlijk 19 februari	26 maart herinneringsmail naar ouders en docenten. Enquête kon tot 30 maart ingevuld worden door de ouders en docenten.
Data analyseren en verwerken	5 maart t/m 12 maart	30 maart t/m 8 april gedaan.
Verslag afronden	12 maart t/m 30 maart	Uitgesteld. Alleen voor 9 april resultaten ouders verwerkt.
Presentatie maken	2 april	Uitgesteld naar 6 april.
Presenteren op de ouderavond	9 april (staat vast!)	Gelukt!
Enquête leerlingen afgenomen	Voor de voorjaarsvakantie	18 april afgenomen.
Het geheel afronden	Uiterlijk 23 april	Uitgesteld naar 5 mei, eerste versie mailen naar begeleider.

Tabel 6 Overzicht planning

5.7. Randvoorwaarden

De randvoorwaarden voor dit onderzoek zijn:

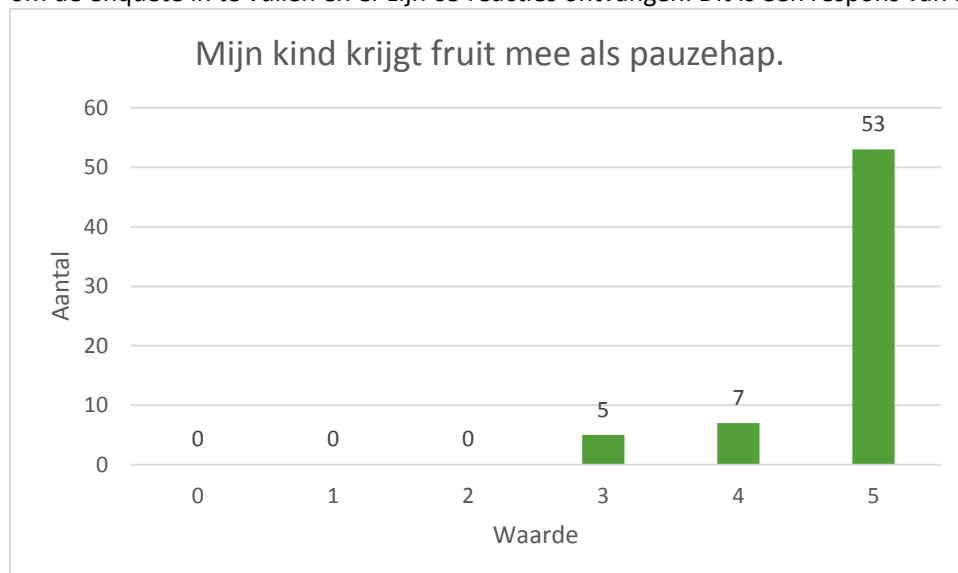
- Toestemming van de school om enquêtes af te nemen onder ouders/verzorgers, docenten en leerlingen.
- Inzage van de bestaande documenten/beleidsstukken.
- Deelname aan verschillende projecten rondom gezonde voeding.

Hoofdstuk 6: Resultaten

In dit hoofdstuk zullen de resultaten van de enquêtes voor de ouder(s)/verzorger(s), docenten en leerlingen weergegeven worden.

6.1. Resultaten enquête ouder(s)/verzorger(s)

Hieronder staan de resultaten per stelling weergegeven. Totaal zijn er 81 ouder(s)/verzorger(s) gevraagd om de enquête in te vullen en er zijn 65 reacties ontvangen. Dit is een respons van 80,2%.

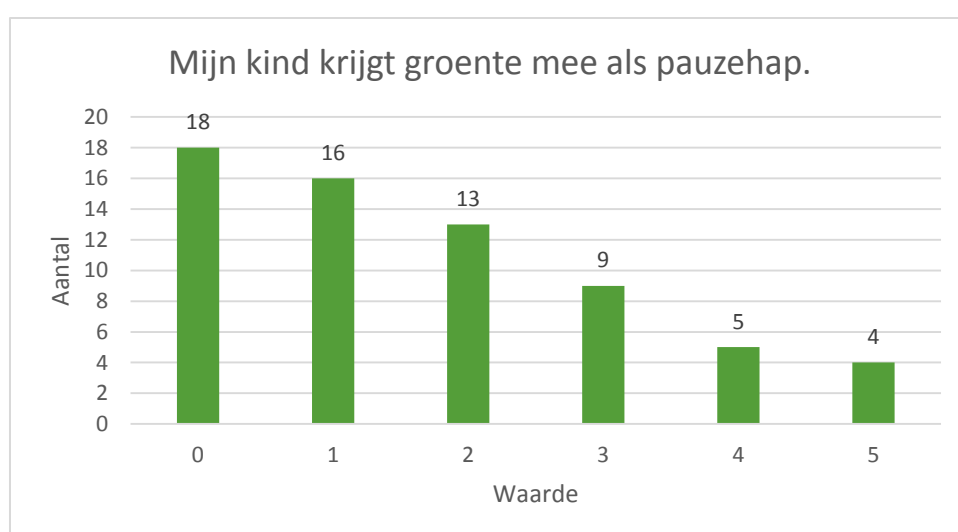


Grafiek 1: Resultaten 'Mijn kind krijgt fruit mee als pauzehap'.

Mijn kind krijgt fruit mee als pauzehap.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	0	0	5	7	53

Tabel 7: Resultaten 'Mijn kind krijgt fruit mee als pauzehap'.

81,5% van de ouders geeft de kinderen altijd fruit mee als pauzehap, 10,8% van de ouders meestal en 7,7% van de ouders geeft regelmatig fruit mee. De meerderheid (81,5%) van de ouders geeft aan dat hun kind altijd fruit mee krijgt als pauzehap.



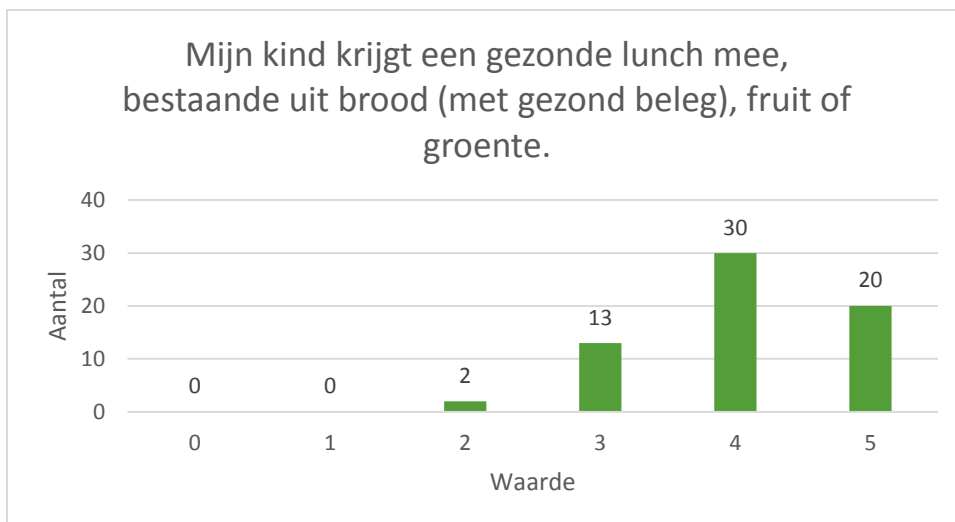
Grafiek 2: Resultaat 'Mijn kind krijgt groente mee als pauzehap'.

Mijn kind krijgt groente mee als pauzehap.						

Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	18	16	13	9	5	4

Tabel 8: Resultaat 'Mijn kind krijgt groente mee als pauzehap'.

27,7% van de ouders geeft hun kinderen nooit groente mee als pauzehap, 24,6% van de ouders bijna nooit, 20% van de ouders soms, 13,8% van de ouders regelmatig, 7,7% van de ouders meestal en 6,2% van de ouders altijd. De meerderheid (27,7%) van de ouders geeft aan dat hun kind nooit groente mee krijgt als pauzehap.

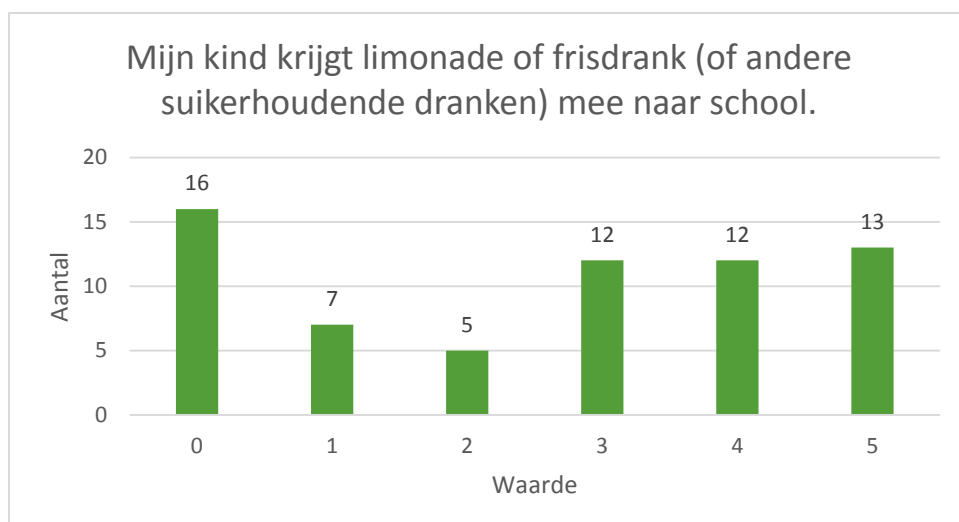


Grafiek 3: Resultaat 'Mijn kind krijgt een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente'.

Mijn kind krijgt een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	0	2	13	30	20

Tabel 9: Resultaat 'Mijn kind krijgt een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente'.

3,1% van de ouders geeft hun kinderen soms een gezonde lunch mee, 20% van de ouders regelmatig, 46,2% van de ouders meestal en 30,8% van de ouders geeft altijd een gezonde lunch mee. De meerderheid (46,2%) van de ouders geeft meestal een gezonde lunch mee aan hun kind.

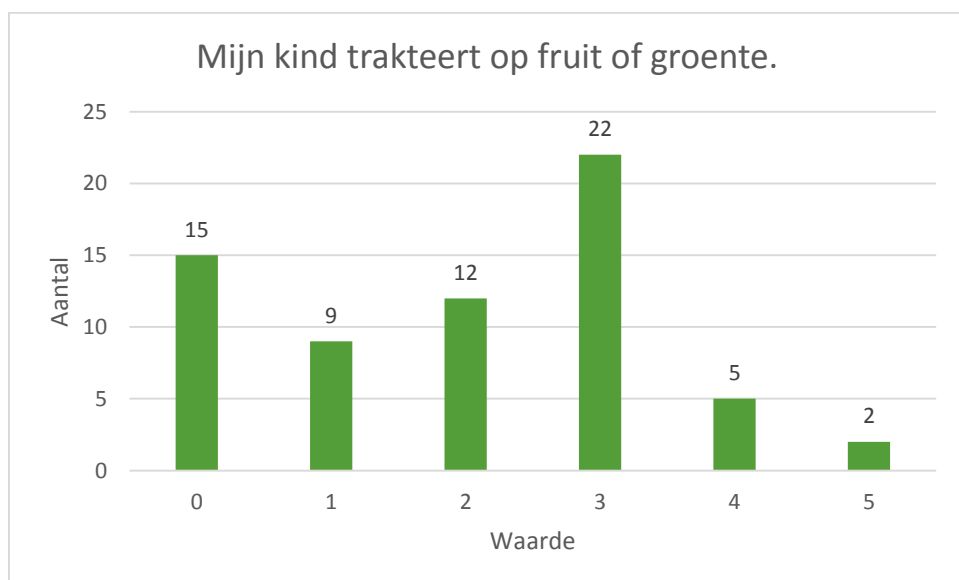


Grafiek 4: Resultaat 'Mijn kind krijgt limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school'.

Mijn kind krijgt limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	16	7	5	12	12	13

Tabel 10: Resultaat 'Mijn kind krijgt limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school'.

24,6% van de ouders geeft hun kinderen nooit frisdrank/limonade of andere suikerhoudende dranken mee naar school, 10,8% van de ouders geeft dit bijna nooit mee. 7,7% van de ouders geeft dit soms, 18,5% van de ouders regelmatig, 18,5% van de ouders meestal en 20% van de ouders geeft altijd suikerhoudende dranken mee. Een kleine meerderheid (24,6%) geeft aan nooit suikerhoudende dranken mee te geven naar school.

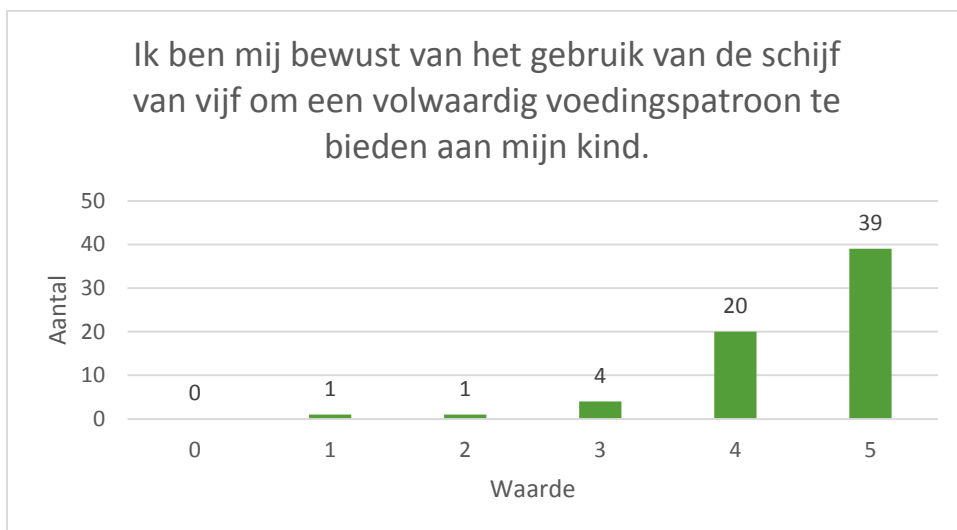


Grafiek 5: Resultaat 'Mijn kind trakteert op fruit of groente'.

Mijn kind trakteert op fruit of groente.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	15	9	12	22	5	2

Tabel 11: Resultaat 'Mijn kind trakteert op fruit of groente'.

23,1% van de ouders geeft aan dat hun kind nooit op fruit of groente trakteert, 13,8% van de ouders geeft bijna nooit aan, 18,5% van de ouders soms, 33,8% van de ouders regelmatig, 7,7% van de ouders meestal en 3,1% van de ouders altijd. De meerderheid 33,8% geeft aan regelmatig op groente of fruit te trakteren.

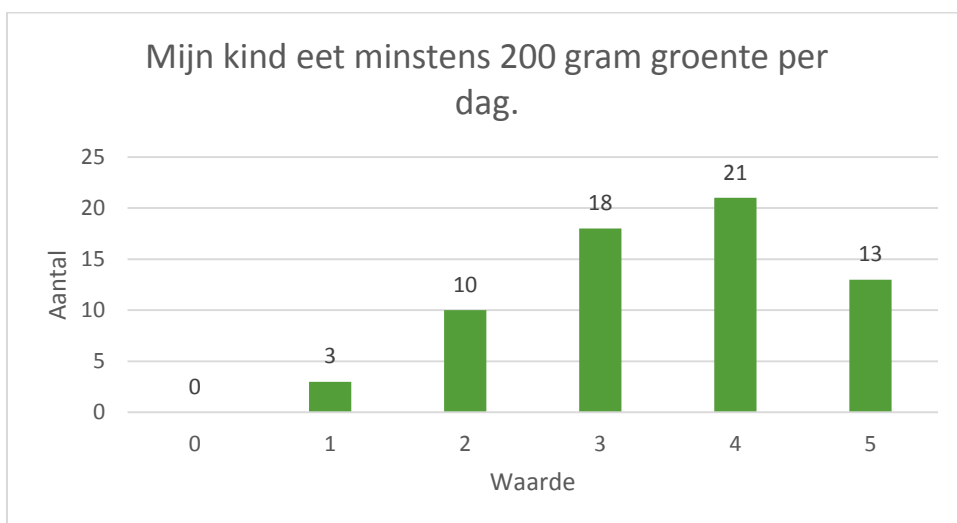


Grafiek 6: Resultaat 'Ik ben mij bewust van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan mijn kind'.

Ik ben mij bewust van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan mijn kind.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	1	1	4	20	39

Tabel 12: Resultaat 'Ik ben mij bewust van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan mijn kind'.

60% van de ouders geeft aan zich bewust te zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon aan de kinderen aan te bieden. 30,8% van de ouders geeft aan dit meestal te zijn, 6,2% van de ouders geeft aan regelmatig hier bewust van te zijn, 1,5% van de ouders soms en 1,5% van de ouders bijna nooit. De meerderheid (60%) geeft aan dat ze zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon aan hun kind aan te bieden.



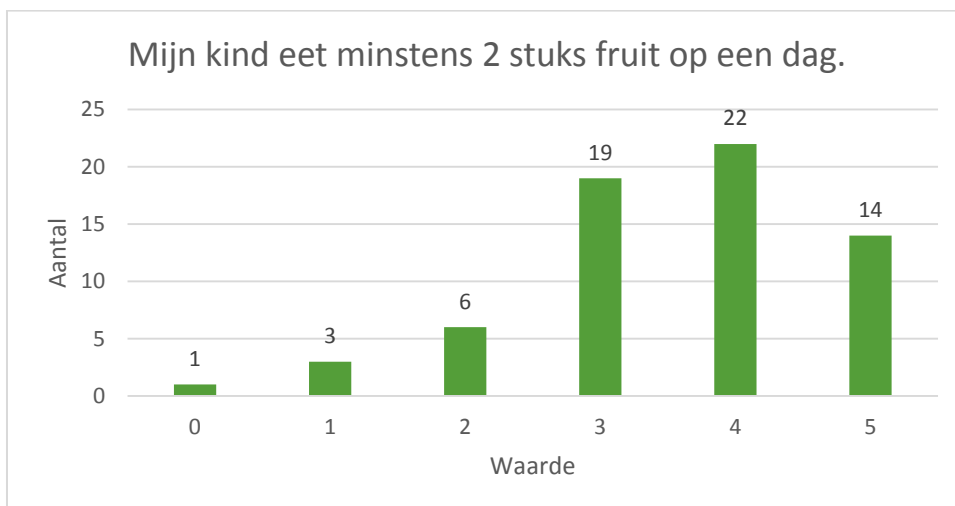
Grafiek 7: 'Mijn kind eet minstens 200 gram groente per dag'.

Mijn kind eet minstens 200 gram groente per dag.						
Waarde	0	1	2	3	4	5

Aantal	0	3	10	18	21	13
---------------	---	---	----	----	----	----

Tabel 13: 'Mijn kind eet minstens 200 gram groente per dag'.

4,6% van de ouders geeft aan dat hun kind bijna nooit 200 gram groente per dag eet. 15,4% van de ouders geeft aan dat hun kind soms 200 gram groente per dag eet. 27,7% van de ouders geeft aan dat hun kind regelmatig 200 gram groente per dag eet. 32,3% van de ouders geeft aan dat hun kind meestal 200 gram groente per dag eet. En 20% van de ouders geeft aan dat hun kind altijd 200 gram groente per dag eet. De meerderheid (32,3%) geeft aan dat hun kind meestal 200 gram groente per dag eet.

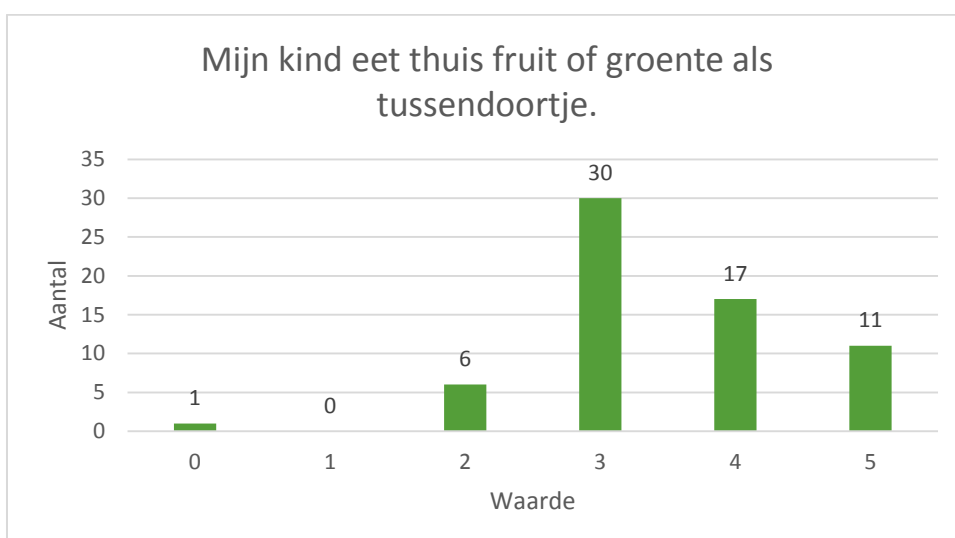


Grafiek 8: Resultaat 'Mijn kind eet minstens 2 stuks fruit op een dag'.

Mijn kind eet minstens 2 stuks fruit op een dag.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	1	3	6	19	22	14

Tabel 14: Resultaat 'Mijn kind eet minstens 2 stuks fruit op een dag'.

21,5% van de ouders geeft aan dat hun kind altijd 2 stuks fruit op een dag eet. 33,8% van de ouders geeft aan dat dit meestal gebeurt, 29,2% van de ouders geeft aan dat dit regelmatig gebeurt. 9,2% van de ouders geeft aan dat hun kind soms 2 stuks fruit op een dag eet, 4,6% van de ouders geeft aan dat dit bijna nooit gebeurt. En 1,5% van de ouders geeft aan dat dit nooit gebeurt. De meerderheid (33,8%) geeft aan dat hun kind meestal 2 stuks fruit op een dag eet.

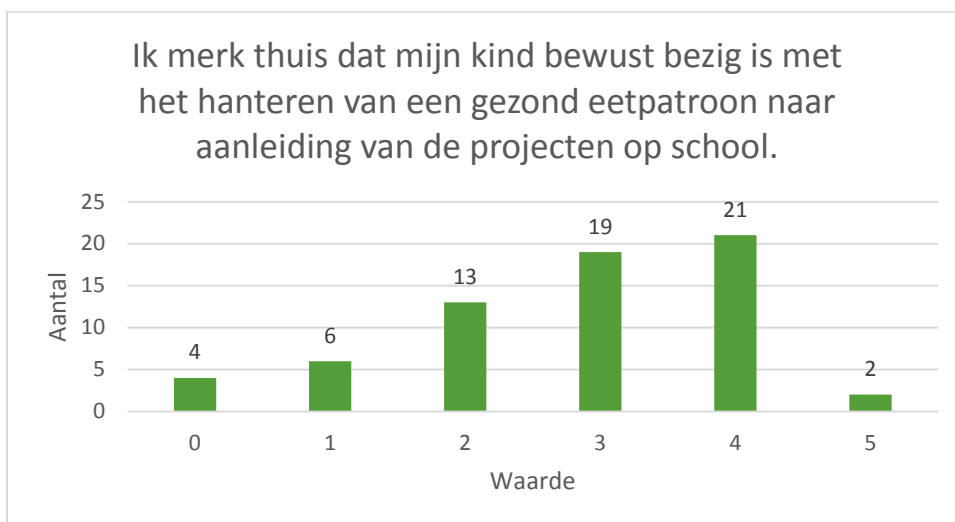


Grafiek 9: Resultaat 'Mijn kind eet thuis fruit of groente als tussendoortje'.

Mijn kind eet thuis fruit of groente als tussendoortje.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	1	0	6	30	17	11

Tabel 15: Resultaat 'Mijn kind eet thuis fruit of groente als tussendoortje'.

1,5% van de ouders geeft aan dat dit nooit gebeurt, 9,2% van de ouders geeft soms aan, 46,2% van de ouders geeft aan dat dit regelmatig gebeurt. 26,2% van de ouders geeft aan dat dit meestal gebeurt en 16,9% van de ouders geeft aan dat hun kinderen altijd groente of fruit als tussendoortje eten. De meerderheid (46,2%) geeft aan dat hun kind regelmatig fruit of groente als tussendoortje eet.

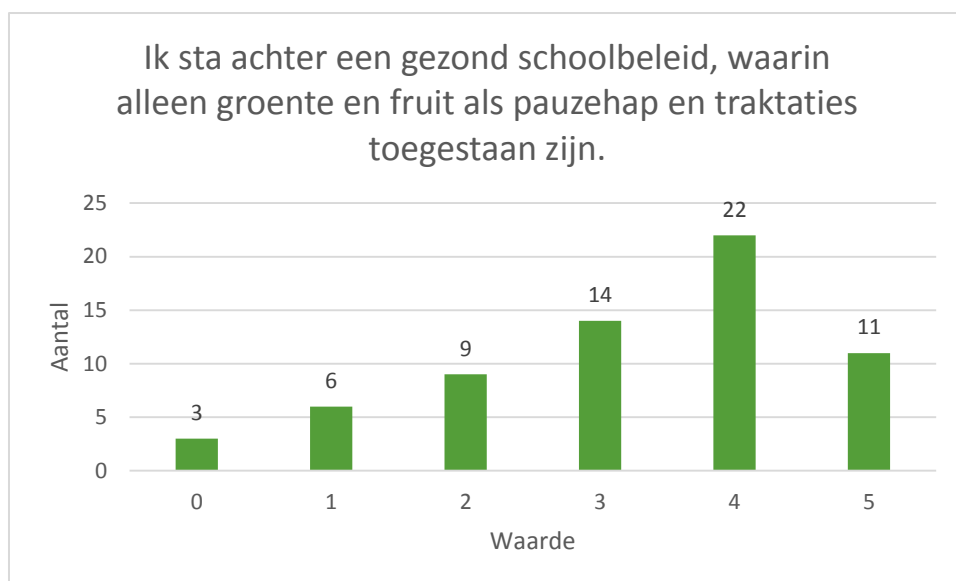


Grafiek 10: Resultaat 'Ik merk thuis dat mijn kind bewust bezig is met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school'.

Ik merk thuis dat mijn kind bewust bezig is met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	4	6	13	19	21	2

Tabel 16: Resultaat 'Ik merk thuis dat mijn kind bewust bezig is met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school'.

6,2% van de ouders geeft aan nooit iets te merken van de bewustheid van hun kind, 9,2% van de ouders geeft aan dit bijna nooit te merken, 20% van de ouders geeft aan dit soms te merken, 29,2% van de ouders geeft aan dit regelmatig te merken. 32,2% van de ouders geeft aan dat ze meestal wel wat merken van de bewustheid van hun kind en 3,1% van de ouders geeft aan dat ze altijd merken dat hun kind bewust bezig is met een gezond eetpatroon. De meerderheid (32,2%) geeft aan dat de ouders meestal wel iets merken van de bewustheid van hun kind wat betreft een gezond eetpatroon.



Grafiek 11: Resultaat 'Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn'.

Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn.						
Waarde	0 (helemaal oneens)	1(oneens)	2(gedeeltelijk oneens)	3 (gedeeltelijk eens)	4 (eens)	5 (helemaal eens)
Aantal	3	6	9	14	22	11

Tabel 17: Resultaat 'Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn'.

4,6% van de ouders was het helemaal oneens met deze stelling. 9,2% van de ouders was het oneens met deze stelling, 13,8% van de ouders was het gedeeltelijk oneens met de stelling. 21,5% van de ouders was het gedeeltelijk eens met de stelling, 33,8% van de ouders was het eens met deze stelling en 16,9% van de ouders was het helemaal eens met deze stelling. De meerderheid (33,8%) staat achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn.



Grafiek 12: Resultaat 'Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (geen suikerhoudende dranken) toegestaan zijn als drinken.'

Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (geen suikerhoudende dranken) toegestaan zijn als drinken.						
Waarde	0 (helemaal oneens)	1(oneens)	2(gedeeltelijk oneens)	3 (gedeeltelijk eens)	4 (eens)	5 (helemaal eens)
Aantal	5	9	8	15	14	14

Tabel 18: Resultaat 'Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (geen suikerhoudende dranken) toegestaan zijn als drinken.

7,7% van de ouders was het helemaal oneens met de stelling, 13,8% van de ouders was het oneens, 12,3% van de ouders was het gedeeltelijk oneens. 23,1% van de ouders was het gedeeltelijk eens, 21,5% van de ouders was het eens en 21,5% van de ouders was het helemaal eens met de stelling. De meerderheid (23,1%) staat achter een gezond schoolbeleid (gedeeltelijk of helemaal), waarin alleen melk en water (geen suikerhoudende dranken) toegestaan zijn als drinken.

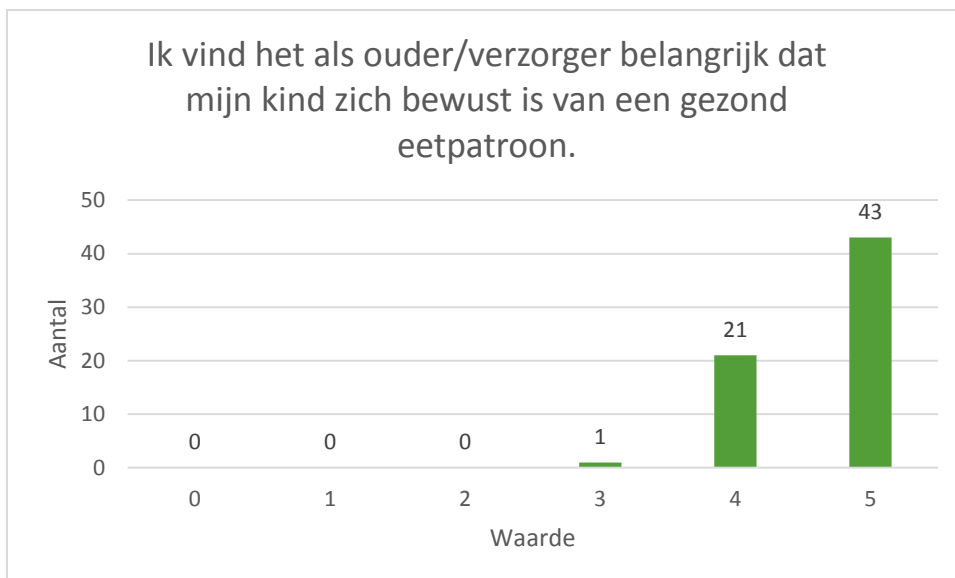


Grafiek 13: Resultaat 'Als ik gevraagd word om te helpen bij projecten rondom gezonde voeding, dan help ik graag mee.

Als ik gevraagd word om te helpen bij projecten rondom gezonde voeding, dan help ik graag mee.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	2	5	12	25	15	6

Tabel 19: Resultaat 'Als ik gevraagd word om te helpen bij projecten rondom gezonde voeding, dan help ik graag mee.

3,1% van de ouders geeft aan nooit te willen helpen, 7,7% van de ouders geeft aan bijna nooit te willen helpen, 18,5% van de ouders geeft aan soms te willen helpen. 38,5% van de ouders geeft aan regelmatig wel te willen helpen, 23,1% van de ouders geeft aan meestal te willen helpen en 9,2% van de ouders geeft aan altijd wel te willen helpen. De meerderheid (38,5%) geeft aan regelmatig te willen helpen.

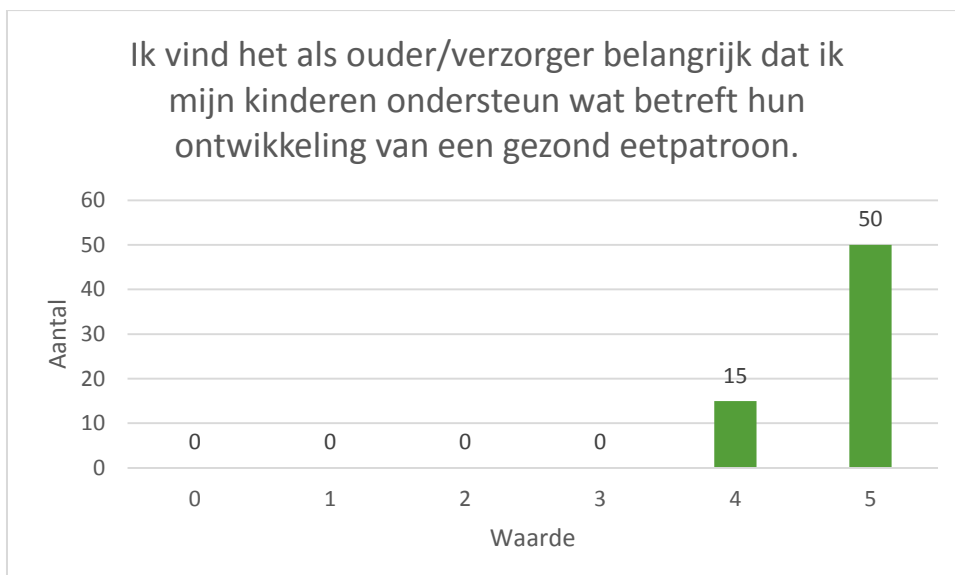


Grafiek 14: Resultaat 'Ik vind het als ouder/verzorger belangrijk dat mijn kind zich bewust is van een gezond eetpatroon.'

Ik vind het als ouder/verzorger belangrijk dat mijn kind zich bewust is van een gezond eetpatroon.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	0	0	1	21	43

Tabel 20: Resultaat 'Ik vind het als ouder/verzorger belangrijk dat mijn kind zich bewust is van een gezond eetpatroon.'

66,2% van de ouders vindt het altijd belangrijk dat hun kind zich bewust is van een gezond eetpatroon. 32,3% van de ouders geeft aan dit meestal belangrijk te vinden, 1,5% van de ouders geeft aan dat zij dit regelmatig belangrijk vinden. De meerderheid (66,2%) vindt het belangrijk dat hun kind bewust is van een gezond eetpatroon.

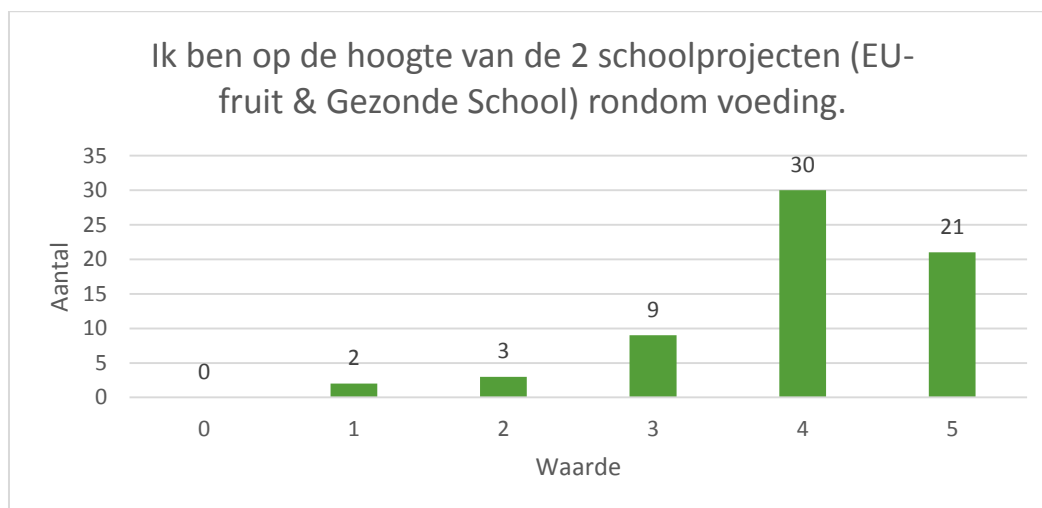


Grafiek 15: Resultaat 'Ik vind het als ouder/verzorger belangrijk dat ik mijn kinderen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon'.

Ik vind het als ouder/verzorger belangrijk dat ik mijn kinderen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	0	0	0	15	50

Tabel 21: Resultaat 'Ik vind het als ouder/verzorger belangrijk dat ik mijn kinderen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon'.

76,9% van de ouders vindt het altijd belangrijk dat ze hun kinderen ondersteunen in hun ontwikkeling wat betreft hun gezonde eetpatroon. 23,1% van de ouders vindt dit meestal belangrijk. De meerderheid (76,9%) vindt het dus altijd belangrijk dat ze hun kinderen ondersteunen bij het ontwikkelen van een gezond eetpatroon.



Grafiek 16: Resultaat 'Ik ben op de hoogte van 2 schoolprojecten (EU-fruit en Gezonde School) rondom voeding.'

Ik ben op de hoogte van de 2 schoolprojecten (EU-fruit & Gezonde School) rondom voeding.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	2	3	9	30	21

Tabel 22: Resultaat 'Ik ben op de hoogte van 2 schoolprojecten (EU-fruit en Gezonde School) rondom voeding.'

32,3% van de ouders geeft aan altijd op de hoogte te zijn van de 2 schoolprojecten rondom voeding, 46,2% van de ouders geeft aan hier meestal van op de hoogte te zijn. 13,8% van de ouders geeft aan hier regelmatig van op de hoogte te zijn, 4,6% van de ouders geeft aan hier soms van op de hoogte te zijn en 3,1% van de ouders geeft aan dat ze hier bijna nooit van op de hoogte zijn. De meerderheid (46,2%) geeft aan meestal op de hoogte te zijn van de schoolprojecten.



Grafiek 17: Resultaat open vraag 'Zou u een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school kunnen waarderen? Waarom wel/niet?'

Zou u een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school kunnen waarderen? Waarom wel/niet?

Antwoord	Ja	Nee	Misschien*
Aantal	22	32	11

Tabel 23: Resultaat open vraag 'Zou u een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school kunnen waarderen? Waarom wel/niet?'

26% van de ouders zou dit wel waarderen. 61% van de ouders vindt het nu goed gaan zoals het gaat en zou het niet waarderen. 13% van de ouders zou het misschien waarderen, mits een aantal voorwaarden (zie bijlage 6 voor exact gegeven antwoorden van de ouders en eventuele opmerkingen naar aanleiding van de enquête).

6.1.1.1. Samenvatting resultaten

Op H. geven ouders aan dat ze hun kinderen altijd fruit meegeven als pauzehap en nooit groente. Een gezonde lunch wordt door de meerderheid van de ouders ook meegegeven. Slechts een kleine meerderheid van de ouders geeft aan nooit suikerhoudende dranken mee te geven. Qua traktaties geeft men aan regelmatig op groente en/of fruit te trakteren.

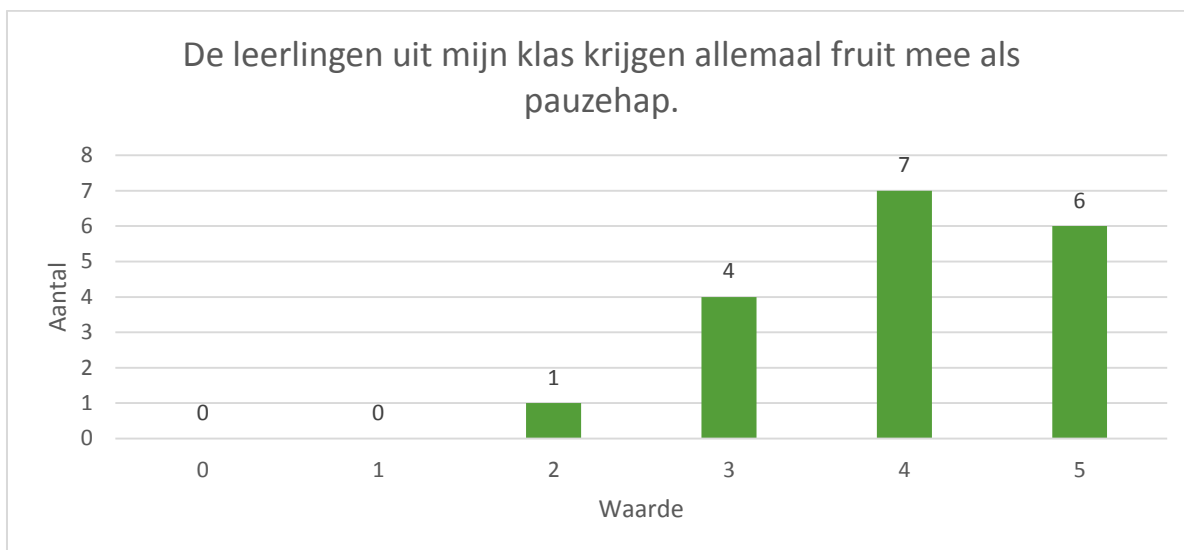
De meerderheid van de ouders geeft aan dat ze zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf, om zo een volwaardig voedingspatroon aan hun kind aan te bieden. Daarnaast wordt ook aangegeven dat de kinderen meestal 200 gram groente per dag eten, evenals de 2 stuks fruit. De kinderen eten regelmatig groente of fruit als tussendoortje. De ouders geven aan meestal iets te merken van de bewustheid van hun kind wat betreft een gezond eetpatroon.

De meerderheid van de ouders staat achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn. Ook staat de meerderheid achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (geen suikerhoudende dranken) toegestaan zijn als drinken.

Door de ouders wordt aangegeven regelmatig te willen helpen bij bijvoorbeeld projecten rondom gezondheid. Daarnaast vindt de meerderheid van de ouders het belangrijk dat hun kind bewust is van een gezond eetpatroon. De meerderheid vindt het dus altijd belangrijk dat ze hun kinderen ondersteunen bij het ontwikkelen van een gezond eetpatroon. Tenslotte wordt aangegeven dat de meeste ouders goed op de hoogte zijn wat betreft de schoolprojecten.

6.2. Resultaten enquête docenten

Hieronder staan de resultaten per stelling weergegeven. Totaal zijn er 25 docenten gevraagd om de enquête in te vullen. Er zijn 18 reacties ontvangen, dit is een respons van 72%.

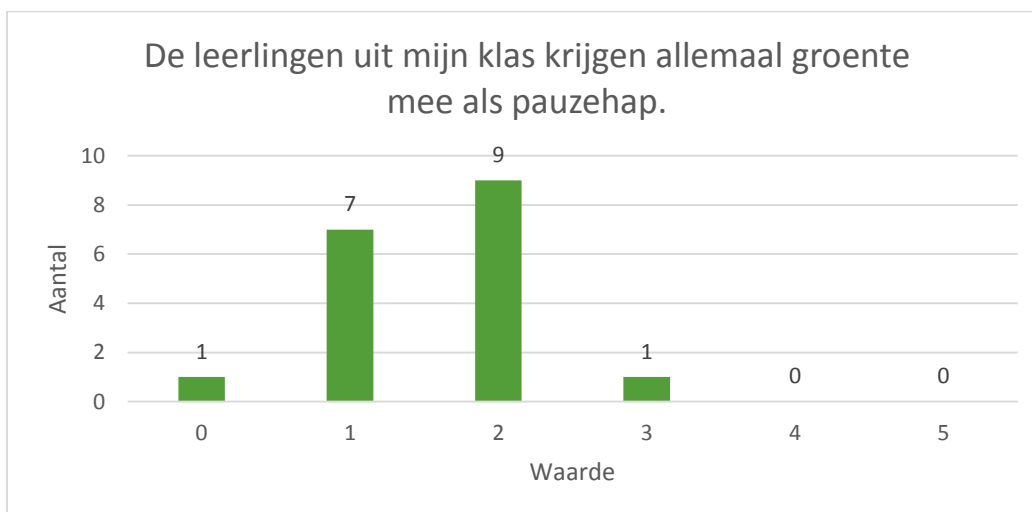


Grafiek 18: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal fruit mee als pauzehap'.

De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal fruit mee als pauzehap.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	0	1	4	7	6

Tabel 24: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal fruit mee als pauzehap'.

33,3% van de docenten geeft aan dat de leerlingen altijd fruit mee krijgen als pauzehap. 38,9% van de docenten geeft aan dat dit meestal het geval is, 22,2% van de docenten geeft aan dat dit regelmatig gebeurd. 5,6% van de docenten geeft aan dat de leerlingen soms allemaal fruit mee krijgen als pauzehap. De meerderheid (38,9%) geeft aan dat de leerlingen uit de klas meestal allemaal fruit mee krijgen als pauzehap.

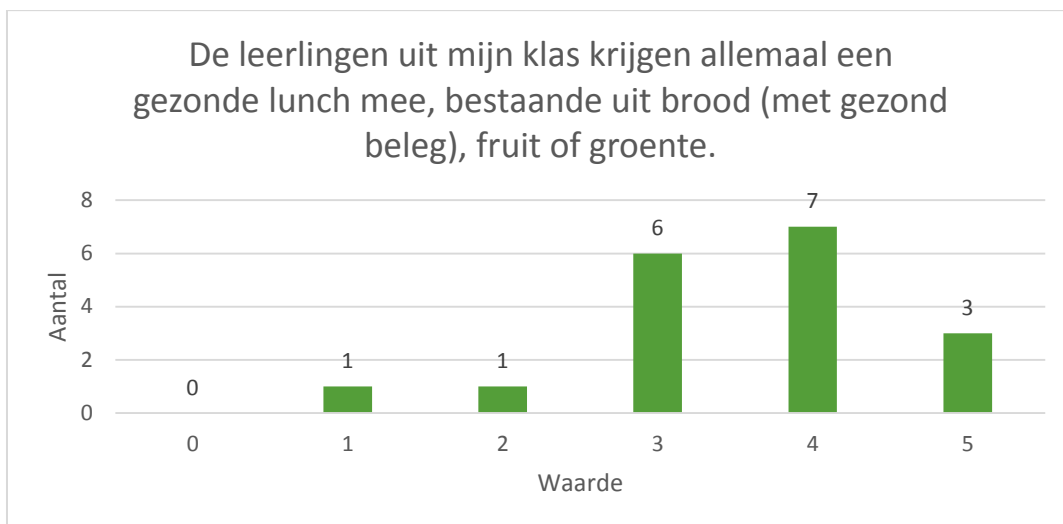


Grafiek 19: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal groente mee als pauzehap'.

De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal groente mee als pauzehap.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	1	7	9	1	0	0

Tabel 25: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal groente mee als pauzehap'.

5,6% van de docenten geeft aan dat de leerlingen uit zijn/haar klas nooit groente mee krijgen als pauzehap. 38,9% van de docenten geeft aan dat dit zelden het geval is, 50% van de docenten geeft aan dat leerlingen soms groente meekrijgen als pauzehap. 5,6% van de docenten geeft aan dat dit regelmatig gebeurt. De meerderheid (50%) van de docenten geeft aan dat de leerlingen uit hun klas allemaal zelden groente mee naar school krijgen als pauzehap.

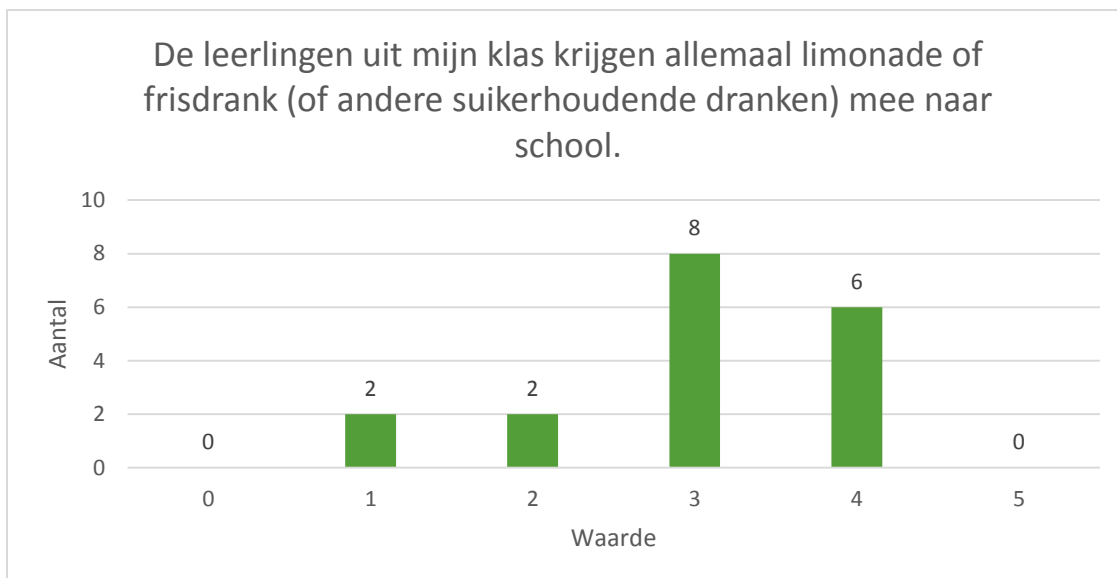


Grafiek 20: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente.

De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	1	1	6	7	3

Tabel 26: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente.

5,6% van de docenten geeft aan dat de leerlingen in zijn/haar klas bijna nooit allemaal een gezonde lunch mee naar school. 5,6% van de docenten geeft aan dat dit soms gebeurt. 33,3% van de docenten geeft aan dat de leerlingen regelmatig een gezonde lunch mee naar school krijgen. 38,9% van de docenten geeft aan dat het meestal een gezonde lunch is wat de leerlingen mee krijgen naar school. 16,7% van de docenten geeft aan dat dit altijd het geval is. De meerderheid (38,9%) van de docenten geeft aan dat de leerlingen meestal allemaal een gezonde lunch mee krijgen, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente.

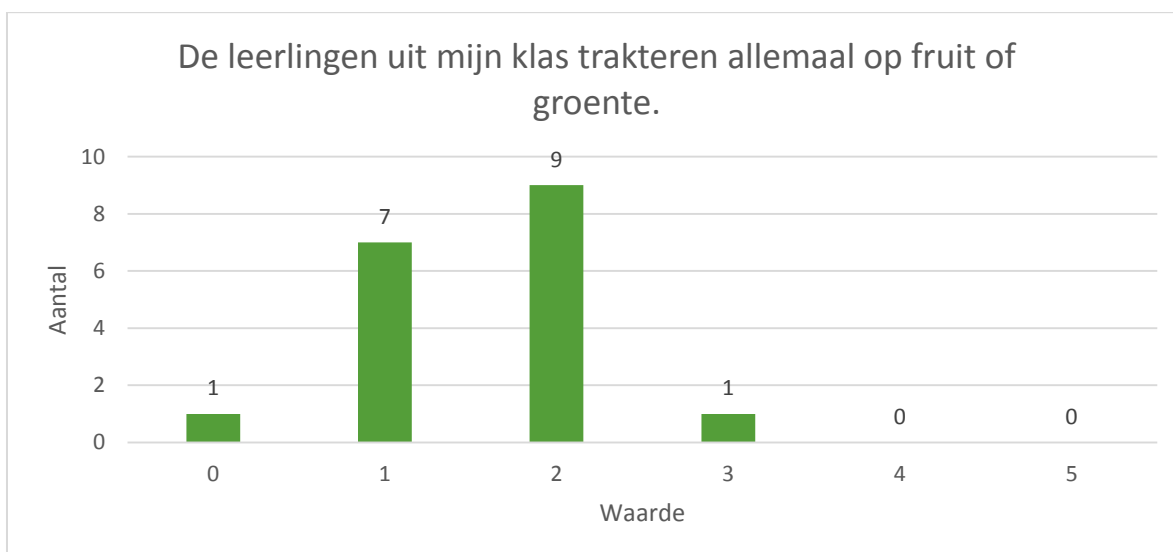


Grafiek 21: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school'.

De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	2	2	8	6	0

Tabel 27: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school'.

11,1% van de docenten geeft aan dat de leerlingen bijna nooit limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school krijgen. 11,1% van de docenten geeft aan dat de leerlingen soms limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school krijgen. 44,4% van de docenten geeft aan dat de leerlingen regelmatig limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee krijgen. 33,3% van de docenten geeft aan dat de leerlingen meestal frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school krijgen. De meerderheid (44,4%) van de docenten geeft aan dat de leerlingen uit hun klas regelmatig limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school nemen.



Grafiek 22: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas trakteren allemaal op fruit of groente'.

De leerlingen uit mijn klas trakteren allemaal op fruit of groente.

Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	1	7	9	1	0	0

Tabel 28: Resultaat 'De leerlingen uit mijn klas trakteren allemaal op fruit of groente'.

5,6% van de docenten geeft aan dat de leerlingen in de klas nooit op fruit of groente trakteren. 38,9% van de docenten geeft aan dat de leerlingen bijna nooit op fruit of groente trakteren. 50% van de docenten geeft aan dat de leerlingen soms trakteren op fruit of groente. 5,6% van de docenten geeft aan dat het regelmatig op fruit of groente trakteren. De meerderheid van de docenten geeft aan dat de leerlingen uit hun klas soms op fruit of groente trakteren.



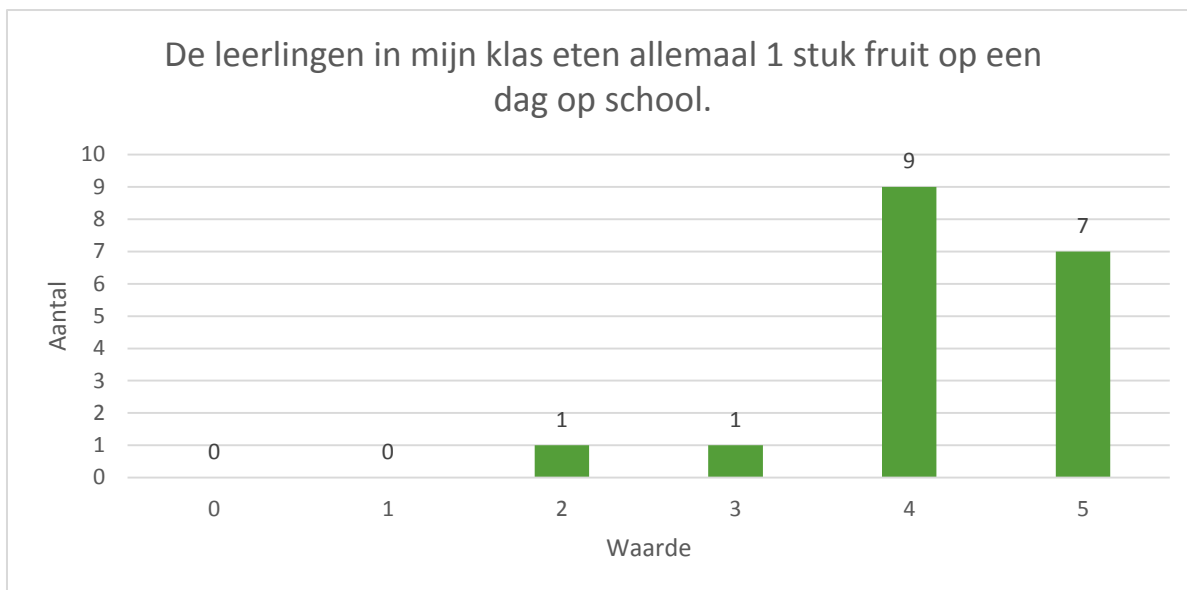
Grafiek 23: Resultaat 'Ik merk dat ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind'.

Ik merk dat ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	1	2	5	9	1	0

Tabel 29: Resultaat 'Ik merk dat ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind'.

5,6% van de docenten geeft aan helemaal niet te merken dat ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind. 11,1% van de docenten geeft aan dat ze niet merken dat de ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind. 27,8% van de docenten geeft aan dat ze soms merken dat de ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind. 50% van de docenten geeft aan dat ze regelmatig merken dat de ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind. 5,6% van de docenten geeft aan dat hij/zij meestal merkt dat de ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind.

De meerderheid (50%) van de docenten geeft aan dat ze regelmatig merken dat de ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind

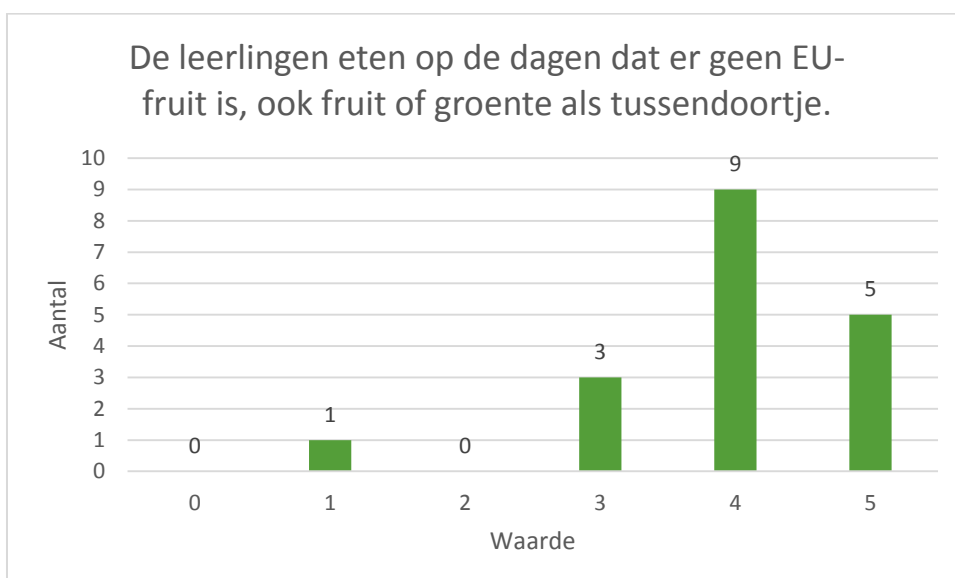


Grafiek 24: Resultaat 'De leerlingen in mijn klas eten allemaal 1 stuk fruit op een dag op school'.

De leerlingen in mijn klas eten allemaal 1 stuk fruit op een dag op school.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	0	1	1	9	7

Tabel 30: Resultaat 'De leerlingen in mijn klas eten allemaal 1 stuk fruit op een dag op school'.

38,9% van de docenten geeft aan dat de leerlingen allemaal altijd 1 stuks fruit op een dag op school eten. 50% van de docenten geeft aan dat de leerlingen allemaal meestal 1 stuks fruit op een dag op school eten. 5,6% van de docenten geeft aan dat de leerlingen regelmatig 1 stuks fruit op een dag op school eten. 5,6% van de docenten geeft aan dat de leerlingen soms allemaal 1 stuk fruit op school eten. De meerderheid (50%) van de docenten geeft aan dat de leerlingen allemaal meestal 1 stuks fruit op een dag op school eten.



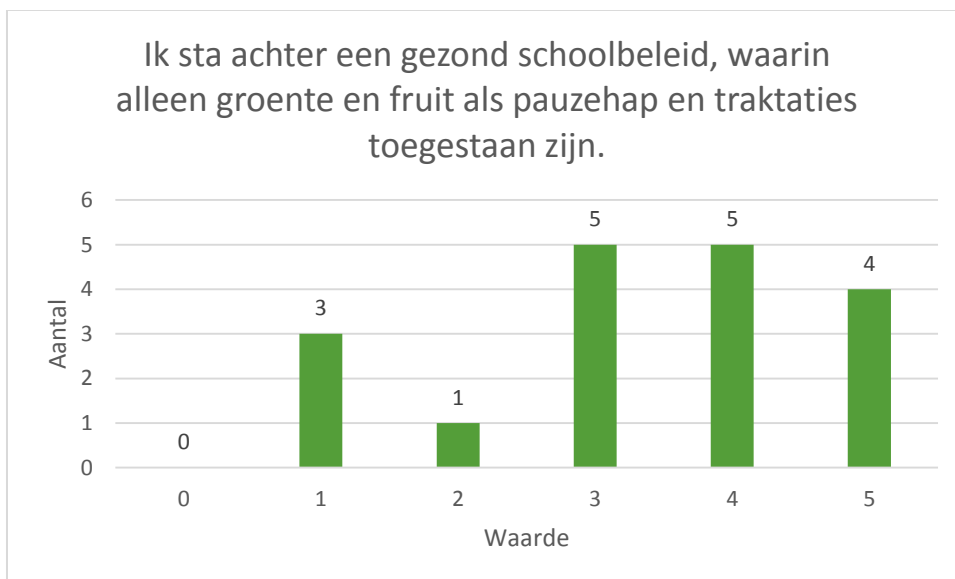
Grafiek 25: Resultaat 'De leerlingen eten op de dagen dat er geen EU-fruit is, ook fruit of groente als tussendoortje'.

De leerlingen eten op de dagen dat er geen EU-fruit is, ook fruit of groente als tussendoortje.

Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	1	0	3	9	5

Tabel 31: Resultaat 'De leerlingen eten op de dagen dat er geen EU-fruit is, ook fruit en groente als tussendoortje'.

27,8% van de docenten geeft aan dat de leerlingen altijd fruit of groente als tussendoortje eten op de dagen dat er geen EU-fruit is. 50% van de docenten geeft aan dat dit meestal gebeurt, 16,7% van de docenten geeft aan dat dit regelmatig het geval is. 5,6% van de docenten geeft aan dat de leerlingen bijna nooit fruit of groente als tussendoortje eten als er geen EU-fruit is. De meerderheid (50%) van de docenten geeft aan dat de leerlingen ook op de dagen dat er geen EU-fruit is, meestal ook groente of fruit eten als tussendoortje.

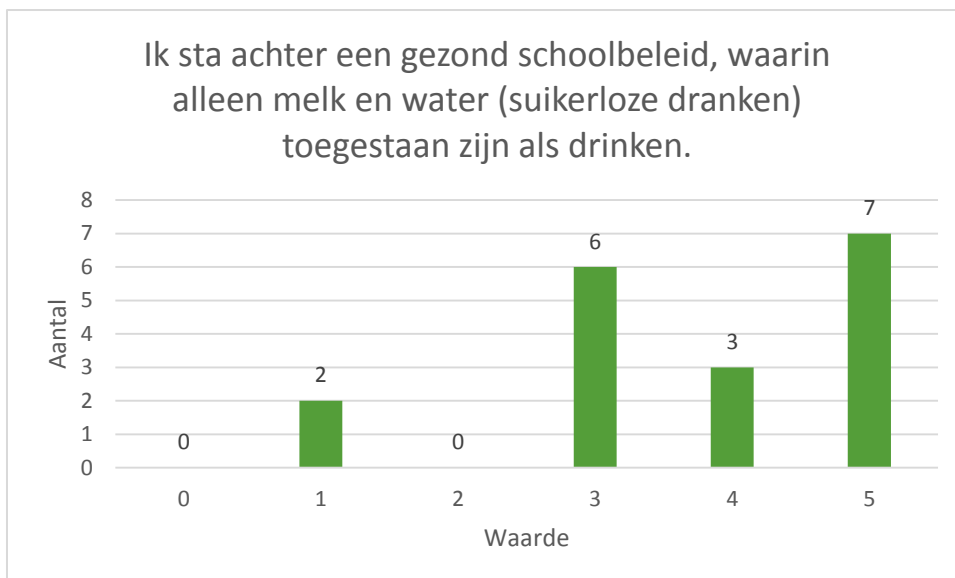


Grafiek 26: Resultaat 'Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn'.

Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn.						
Waarde	0 (helemaal oneens)	1(oneens)	2(gedeeltelijk oneens)	3 (gedeeltelijk eens)	4 (eens)	5 (helemaal eens)
Aantal	0	3	1	5	5	4

Tabel 32: Resultaat 'Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn'.

22,2% van de docenten geeft aan dat ze het helemaal eens zijn met de stelling: Ik sta achter een gezond schoolbeleid staan, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn. 27,8% van de docenten geeft aan dat ze het hiermee eens waren. 27,8% van de docenten geeft aan dat ze het hier gedeeltelijk mee eens waren. 5,6% van de docenten geeft aan dat ze het hier gedeeltelijk oneens mee zijn. 16,7% van de docenten geeft aan dat ze het oneens zijn met de stelling. De meerderheid (2 keer 27,8%) van de docenten is het (gedeeltelijk) eens met de stelling: Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn.



Grafiek 27: Resultaat 'Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (suikerloze dranken) toegestaan zijn als drinken.'

Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (suikerloze dranken) toegestaan zijn als drinken.						
Waarde	0 (helemaal oneens)	1(oneens)	2(gedeeltelijk oneens)	3 (gedeeltelijk eens)	4 (eens)	5 (helemaal eens)
Aantal	0	2	0	6	3	7

Tabel 33: Resultaat 'Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (suikerloze dranken) toegestaan zijn als drinken'.

38,9% van de docenten geeft aan het helemaal eens te zijn met de stelling: Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (suikerloze dranken) toegestaan zijn als drinken. 16,7% van de docenten geeft aan het eens te zijn met de stelling. 33,3% van de docenten geeft aan het gedeeltelijk eens te zijn met deze stelling. 11,1% van de docenten geeft het aan oneens te zijn met de stelling: Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (suikerloze dranken) toegestaan zijn als drinken. De meerderheid (38,9%) van de docenten geeft aan het helemaal eens te zijn met de stelling: ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (suikerloze dranken) toegestaan zijn als drinken.



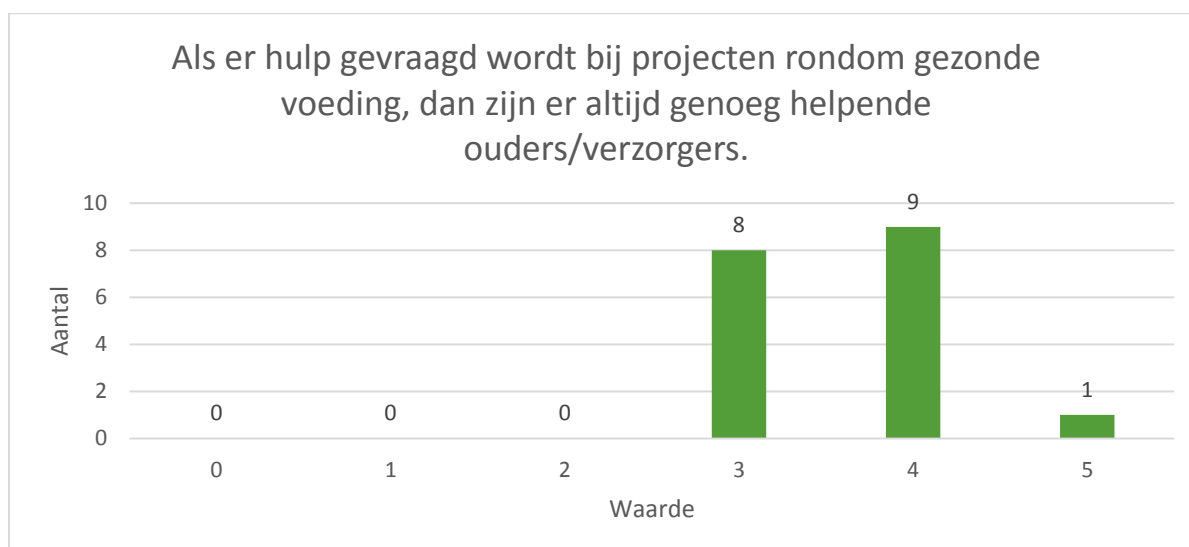
Grafiek 28: Resultaat 'Ik merk dat de leerlingen uit mijn klas bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school'.

Ik merk dat de leerlingen uit mijn klas bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	1	0	2	8	6	1

Tabel 34: Resultaat 'Ik merk dat de leerlingen uit mijn klas bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school'.

5,6% van de docenten geeft aan dat ze het altijd merken dat leerlingen uit de klas bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school. 33,3% van de docenten geeft aan dat zij dit meestal merken. 44,4% van de docenten geeft aan dat zij dit regelmatig merken. 11,1% van de docenten geeft aan dat zij soms merken dat de leerlingen bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school. En 5,6% van de docenten geeft aan dat ze dit nooit merken.

De meerderheid (44,4%) van de docenten geeft aan dat zij regelmatig merken, dat de leerlingen bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school.

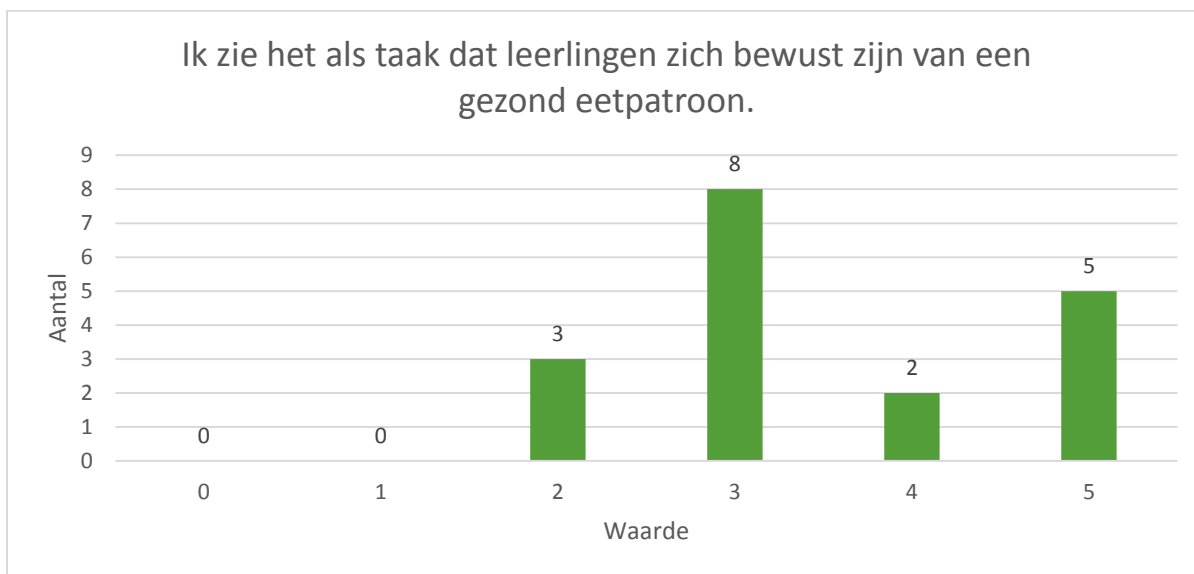


Grafiek 29: Resultaat 'Als er hulp gevraagd wordt bij projecten rondom gezonde voeding, dan zijn er altijd genoeg helpende ouders/verzorgers'.

Als er hulp gevraagd wordt bij projecten rondom gezonde voeding, dan zijn er altijd genoeg helpende ouders/verzorgers.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	0	0	8	9	1

Tabel 35: Resultaat 'Als er hulp gevraagd wordt bij projecten rondom gezonde voeding, dan zijn er altijd genoeg helpende ouders/verzorgers'.

5,6% van de docenten geeft aan dat er altijd genoeg helpende ouders/verzorgers zijn voor projecten rondom gezonde voeding. 50% van de docenten geeft aan dat er meestal genoeg helpende ouders/verzorgers zijn. 44,4% van de docenten geeft aan dat ze regelmatig genoeg helpende ouders/verzorgers hebben voor projecten rondom gezonde voeding. De meerderheid (50%) geeft aan dat er meestal genoeg helpende ouders/verzorgers zijn, wanneer er hulp gevraagd wordt bij projecten rondom gezonde voeding.



Grafiek 30 Resultaat: 'Ik zie het als taak dat leerlingen zich bewust zijn van een gezond eetpatroon'.

Ik zie het als taak dat leerlingen zich bewust zijn van een gezond eetpatroon.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	0	3	8	2	5

Tabel 36 Resultaat: 'Ik zie het als taak dat de leerlingen zich bewust zijn van een gezond eetpatroon'.

27,8% van de docenten geeft aan dat ze het helemaal eens zijn met de stelling: Ik zie het als taak dat leerlingen zich bewust zijn van een gezond eetpatroon. 11,1% van de docenten geeft aan dat ze het eens zijn met deze stelling. 44,4% van de docenten geeft aan dat ze het gedeeltelijk eens zijn met deze stelling. 16,7% van de docenten geeft aan dat ze het gedeeltelijk oneens zijn met deze stelling. De meerderheid (44,4%) van de docenten geeft aan dat ze het gedeeltelijk eens zijn met de stelling: Ik zie het als taak dat leerlingen zich bewust zijn van een gezond eetpatroon.

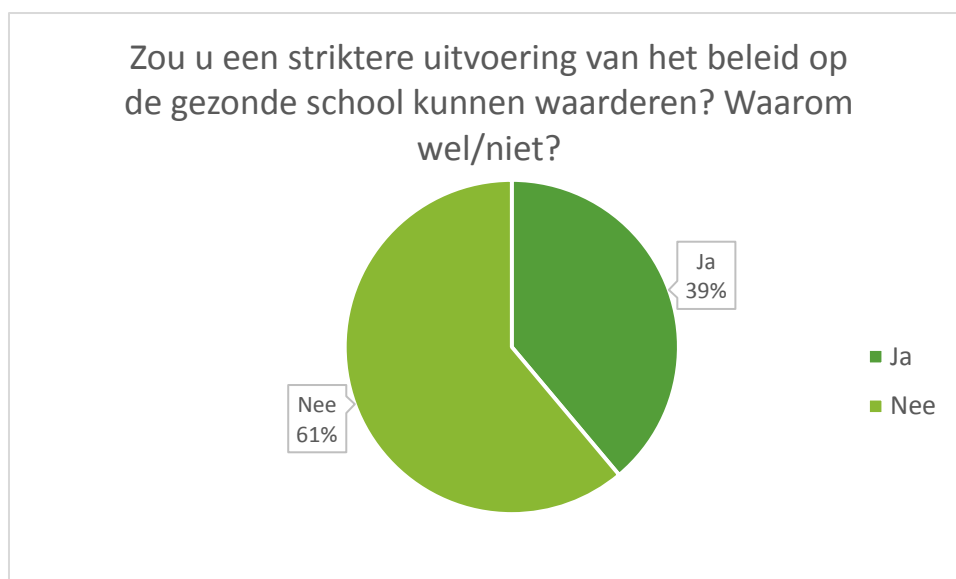


Grafiek 31: Resultaat 'Ik zie het als taak dat ik mijn leerlingen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon'.

Ik zie het als taak dat ik mijn leerlingen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	0	1	2	9	2	4

Tabel 37: Resultaat 'Ik zie het als taak dat ik mijn leerlingen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon'.

22,2% van de docenten geeft aan dat ze het helemaal eens zijn met de stelling: Ik zie het als taak dat ik mijn leerlingen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon. 11,1% van de docenten geeft aan dat ze het eens zijn met deze stelling. 50% van de docenten geeft aan dat ze het gedeeltelijk eens zijn met deze stelling. 11,1% van de docenten geeft aan dat ze het gedeeltelijk oneens zijn met deze stelling. 5,6% van de docenten geeft aan dat ze het oneens zijn met de stelling. De meerderheid (50%) van de docenten geeft aan dat ze het gedeeltelijk eens zijn met de stelling: Ik zie het als taak dat ik mijn leerlingen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon.



Grafiek 32: Resultaat ‘Zou u een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school kunnen waarden? Waarom wel/niet?’

Zou u een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school kunnen waarden? Waarom wel/niet?		
Waarde	Ja	Nee
Aantal	7	11

Tabel 38: Resultaat ‘Zou u een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school kunnen waarden? Waarom wel/niet?’

61% van de docenten zou een striktere uitvoering niet kunnen waarden, 39% van de docenten zou dit wel kunnen waarden. De meerderheid (61%) staat niet achter een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school (voor exacte antwoorden van deze vraag en overige opmerkingen over de enquête, zie bijlage 7).

6.2.1. Samenvatting resultaten

De meerderheid van de docenten heeft aangegeven dat de leerlingen uit de klas meestal allemaal fruit mee krijgen als pauzehap. Daarentegen gaf de meerderheid ook aan dat de leerlingen zelden groente mee naar school krijgen. Ook werd er aangegeven door de docenten dat de leerlingen meestal allemaal een gezonde lunch mee krijgen, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente. Wat betreft het drinken, gaf de meerderheid van de docenten aan dat de leerlingen uit hun klas regelmatig limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school nemen. Daarnaast blijkt dat de leerlingen soms op fruit of groente trakteren, aldus de docenten. De meeste docenten gaven aan dat ze regelmatig merken dat de ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind. Ook werd er aangegeven dat de leerlingen allemaal meestal 1 stuks fruit op een dag op school eten. Dit gebeurt bovendien ook meestal op de dagen dat er geen EU-fruit is.

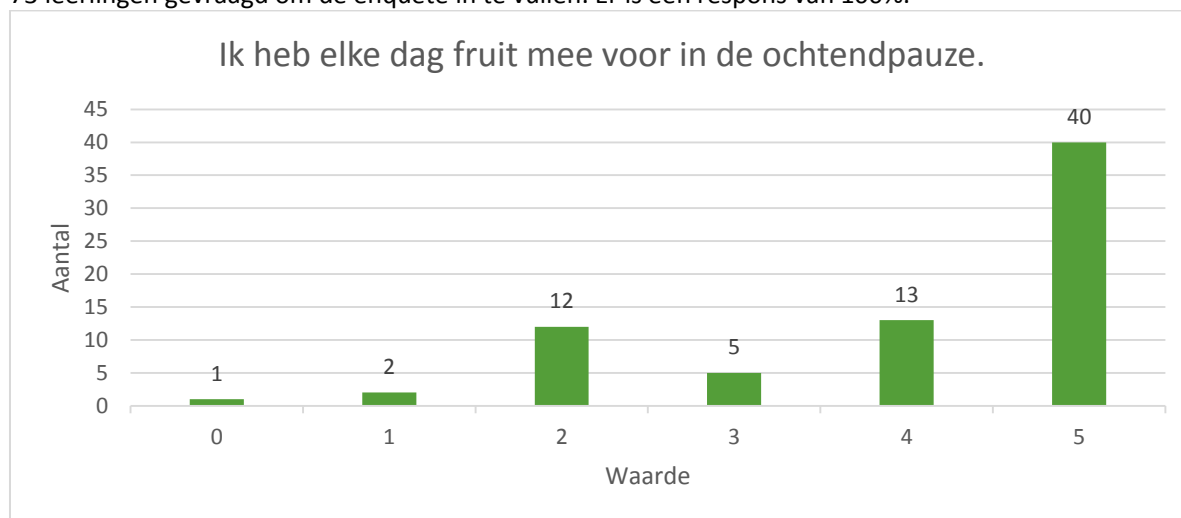
De meerderheid van de docenten gaf aan dat zij regelmatig merken, dat de leerlingen bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school. Ook gaven de meeste docenten aan dat er meestal genoeg helpende ouders/verzorgers zijn, wanneer er hulp gevraagd wordt bij projecten rondom gezonde voeding.

De meerderheid is het (gedeeltelijk) eens met de stelling: Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn. Daarnaast gaven de meeste docenten aan het helemaal eens te zijn met de stelling: ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (suikerloze dranken) toegestaan zijn als drinken. De meerderheid van de

docenten gaf aan dat ze het gedeeltelijk eens zijn met de stelling: Ik zie het als taak dat leerlingen zich bewust zijn van een gezond eetpatroon. De meeste docenten gaven aan dat ze het gedeeltelijk eens zijn met de stelling: Ik zie het als taak dat ik mijn leerlingen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon. Tenslotte staat de meerderheid niet achter een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school.

6.3. Resultaten enquête leerlingen

Hieronder staan de resultaten van de enquête voor de leerlingen per stelling weergegeven. Totaal zijn er 73 leerlingen gevraagd om de enquête in te vullen. Er is een respons van 100%.

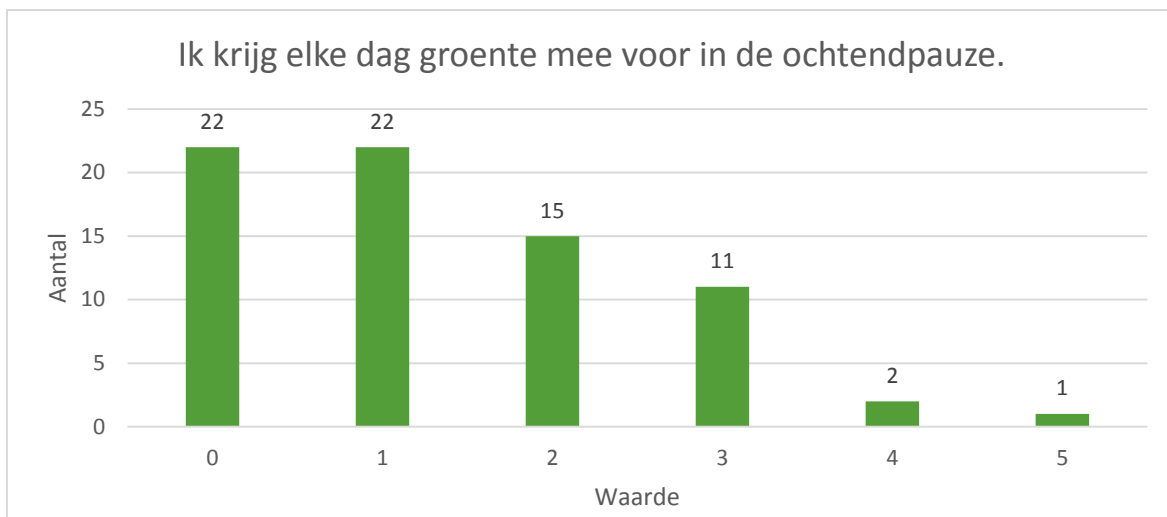


Grafiek 33: Resultaat 'Ik heb elke dag fruit mee voor in de ochtendpauze'.

Ik heb elke dag fruit mee voor in de ochtendpauze.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	1	2	12	5	13	40

Tabel 39: Resultaat 'Ik heb elke dag fruit mee voor in de ochtendpauze'.

54,8% van de leerlingen geeft aan altijd elke dag fruit mee te hebben voor in de ochtendpauze. 17,8% van de leerlingen geeft aan meestal elke dag fruit mee te hebben voor in de ochtendpauze. 6,8% van de leerlingen geeft aan regelmatig elke dag fruit te hebben voor in de ochtendpauze. 16,4% van de leerlingen geeft aan soms fruit mee te krijgen voor in de ochtendpauze. 2,7% van de leerlingen geeft aan bijna nooit fruit mee te hebben in de ochtendpauze, en 1,4% van de leerlingen geeft aan nooit fruit mee te krijgen voor in de ochtendpauze. De meeste leerlingen (54,8%) geven aan altijd elke dag fruit mee te hebben voor in de ochtendpauze.

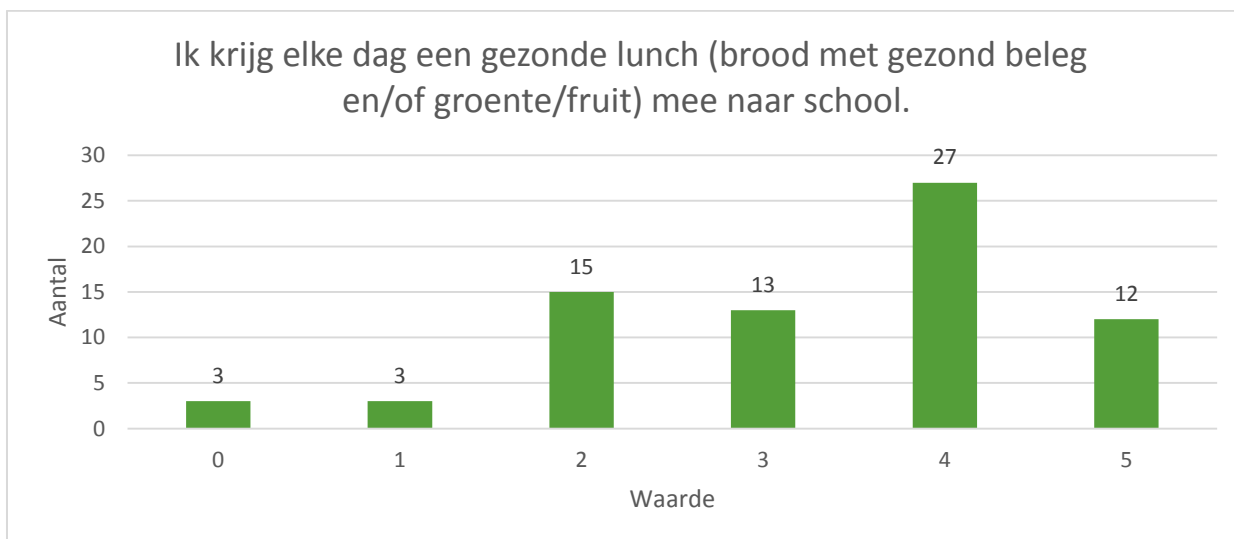


Grafiek 34: Resultaat 'Ik krijg elke dag groente mee voor in de ochtendpauze'.

Ik krijg elke dag groente mee voor in de ochtendpauze.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	22	22	15	11	2	1

Tabel 40: Resultaat 'Ik krijg elke dag groente mee voor in de ochtendpauze'.

1,4% van de leerlingen geeft aan altijd elke dag groente mee te hebben voor in de ochtendpauze. 2,7% van de leerlingen geeft aan meestal elke dag groente mee te hebben voor in de ochtendpauze. 15,1% van de leerlingen geeft aan regelmatig elke dag groente te hebben voor in de ochtendpauze. 20,5% van de leerlingen geeft aan soms groente mee te krijgen voor in de ochtendpauze. 30,1% van de leerlingen geeft aan bijna nooit groente mee te hebben in de ochtendpauze, en 30,1% van de leerlingen geeft aan nooit groente mee te krijgen voor in de ochtendpauze. De meeste leerlingen (2 keer 30,1%) gaven aan (bijna) nooit groente mee te hebben in de ochtendpauze.

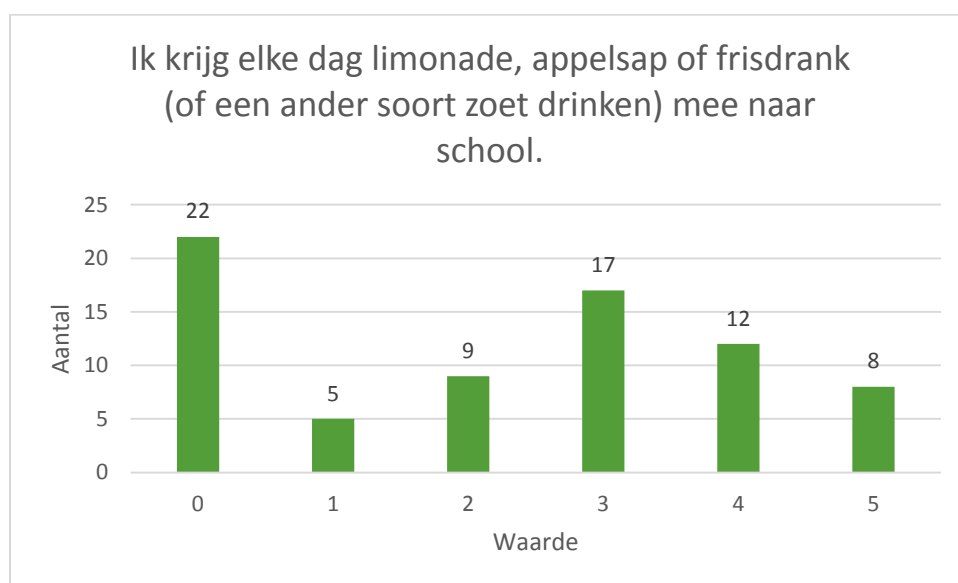


Grafiek 35: Resultaat 'Ik krijg elke dag een gezonde lunch (brood met gezond beleg en/of groente/fruit) mee naar school'.

Ik krijg elke dag een gezonde lunch (brood met gezond beleg en/of groente/fruit) mee naar school.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	3	3	15	13	27	12

Tabel 41: Resultaat 'Ik krijg elke dag een gezonde lunch (brood met gezond beleg en/of groente/fruit) mee naar school'.

16,4% van de leerlingen geeft aan dat ze altijd een gezonde lunch mee naar school krijgen. 37% van de leerlingen geeft aan meestal een gezonde lunch mee te krijgen, 17,8% van de leerlingen geeft aan regelmatig een gezonde lunch mee te krijgen. 20,5% van de leerlingen geeft aan soms een gezonde lunch mee naar school te krijgen. 4,1% van de leerlingen geeft aan bijna nooit en 4,1% van de leerlingen geeft aan nooit een gezonde lunch mee te krijgen. De meerderheid (37%) van de leerlingen gaven aan meestal een gezonde lunch mee te krijgen naar school.

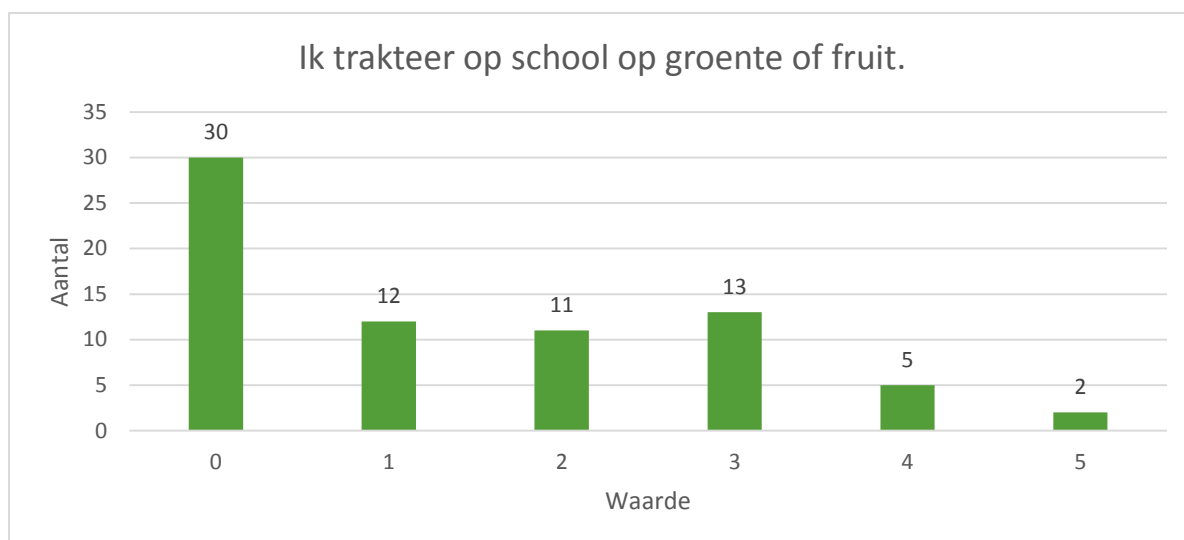


Grafiek 36: Resultaat 'Ik krijg elke dag limonade, appelsap of frisdrank (of een ander soort zoet drinken) mee naar school'.

Ik krijg elke dag limonade, appelsap of frisdrank (of een ander soort zoet drinken) mee naar school.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	22	5	9	17	12	8

Tabel 42: Resultaat 'Ik krijg elke dag limonade, appelsap of frisdrank (of een ander soort zoet drinken) mee naar school'.

11% van de leerlingen geeft aan altijd limonade, appelsap of frisdrank (of ander zoet drinken) mee naar school te krijgen. 16,4% van de leerlingen geeft aan meestal zoet drinken mee te krijgen, 23,3% van de leerlingen geeft aan regelmatig zoet drinken mee te krijgen. 12,3% van de leerlingen geeft aan soms limonade, appelsap of frisdrank (of ander zoet drinken) mee te krijgen. 6,8% van de leerlingen geeft aan bijna nooit en 30,1% van de leerlingen geeft aan nooit limonade, appelsap of frisdrank mee naar school te krijgen. De meerderheid (30,1%) van de leerlingen krijgen nooit limonade, appelsap of frisdrank mee naar school.

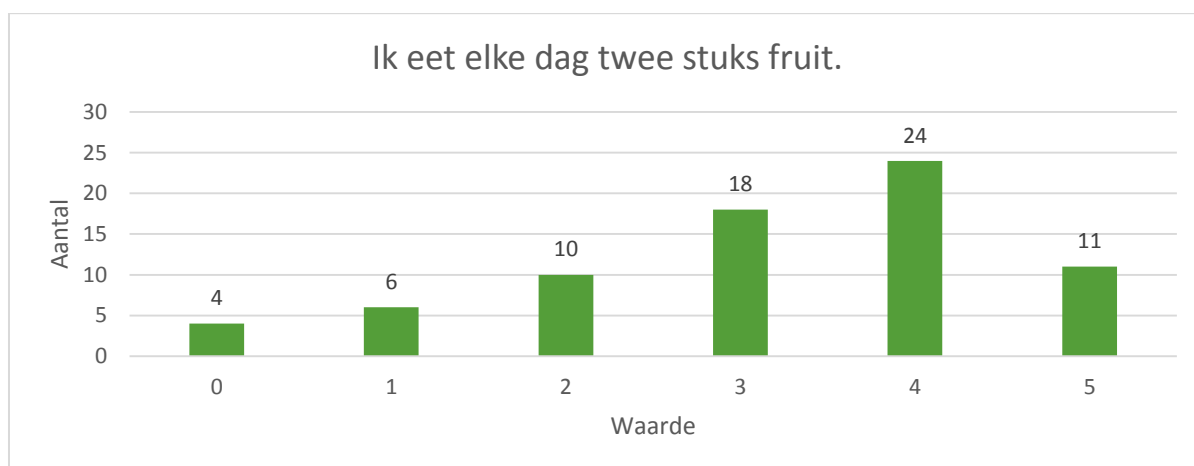


Grafiek 37: Resultaat 'Ik trakteer op school op groente of fruit'.

Ik trakteer op school op groente of fruit.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	30	12	11	13	5	2

Tabel 43: Resultaat 'Ik trakteer op school op groente of fruit'.

41,1% van de leerlingen geeft aan nooit op groente of fruit te trakteren. 16,4% van de leerlingen geeft aan bijna nooit op groente of fruit te trakteren. 15,1% van de leerlingen geeft aan dit soms te doen, 17,8% van de leerlingen geeft aan regelmatig op groente of fruit te trakteren. 6,8% van de leerlingen geeft aan meestal op groente en fruit te trakteren. 2,7% van de leerlingen geeft aan altijd op groente of fruit te trakteren. De meeste leerlingen (41,1%) gaven aan nooit op groente of fruit te trakteren.



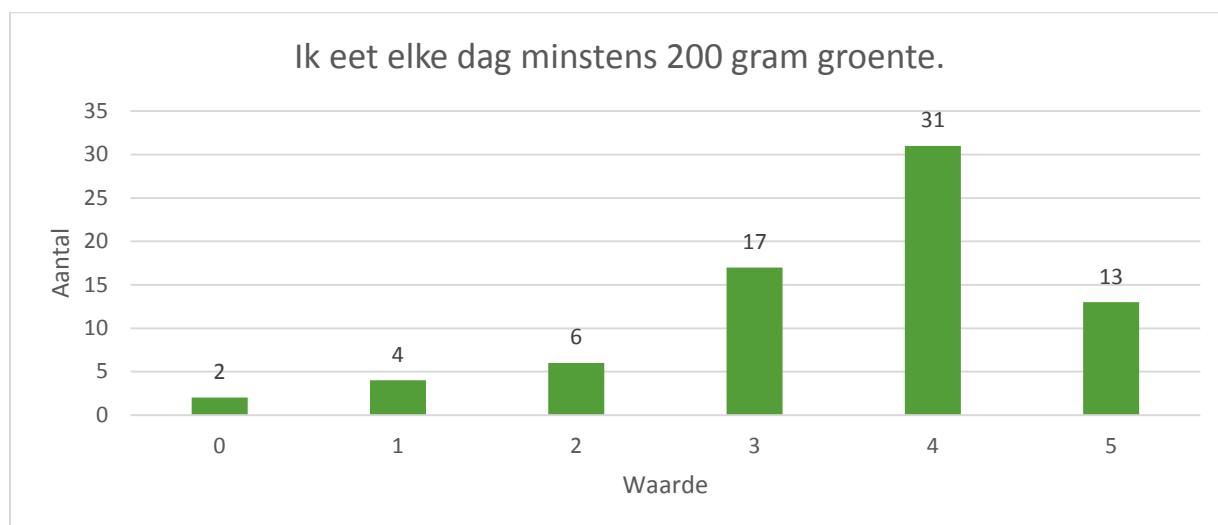
Grafiek 38: Resultaat 'Ik eet elke dag twee stuks fruit'.

Ik eet elke dag twee stuks fruit.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	4	6	10	18	24	11

Tabel 44: Resultaat 'Ik eet elke dag twee stuks fruit'.

5,5% van de leerlingen geeft aan nooit twee stuks fruit op een dag te eten. 8,2% van de leerlingen geeft aan bijna nooit twee stuks fruit op een dag te eten. 13,7% van de leerlingen geeft aan dit soms te doen. 24,7% van de leerlingen geeft aan regelmatig twee stuks fruit op een dag te eten. 32,9% van de leerlingen geeft

aan meestal twee stuks fruit op een dag te eten. 15,1% van de leerlingen geeft aan altijd twee stuks fruit op een dag te eten. De meeste leerlingen (32,9%) gaven aan meestal twee stuks fruit op een dag te eten.

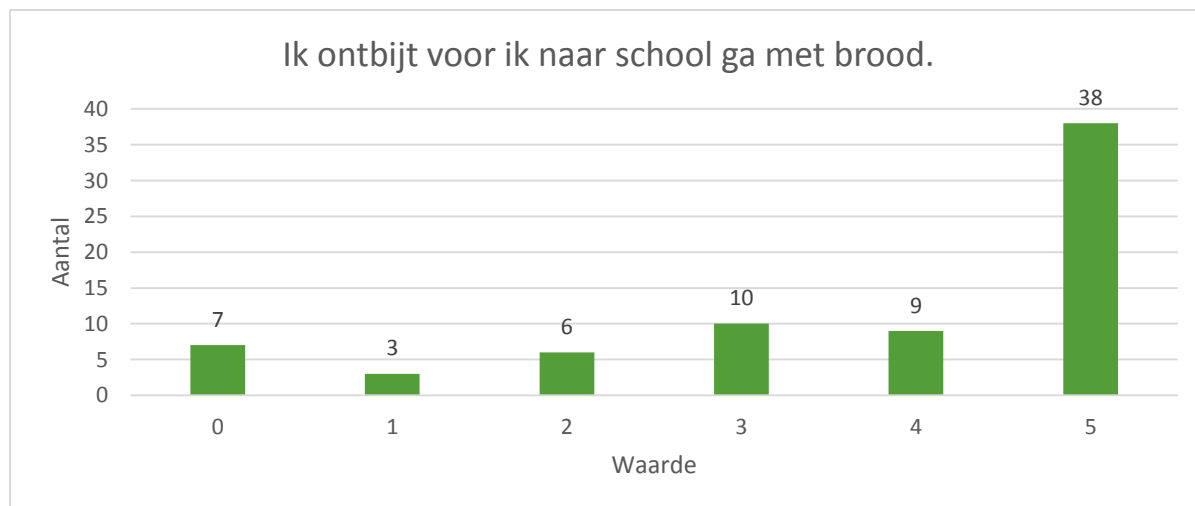


Grafiek 39: Resultaten 'Ik eet elke dag minstens 200 gram groente'.

Ik eet elke dag minstens 200 gram groente.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	2	4	6	17	31	13

Tabel 45: Resultaten 'Ik eet elke dag minstens 200 gram groente'.

17,8% van de leerlingen geeft aan altijd minstens 200 gram groente te eten. 42,5% van de leerlingen geeft aan meestal 200 gram groente te eten. 23,3% van de leerlingen geeft aan regelmatig 200 gram groente te eten. 8,2% van de leerlingen geeft aan soms 200 gram groente te eten. 5,5% van de leerlingen geeft aan bijna nooit 200 gram groente te eten. 2,7% van de leerlingen geeft aan nooit 200 gram groente te eten. De meeste leerlingen (42,5%) gaven aan meestal 200 gram groente te eten.

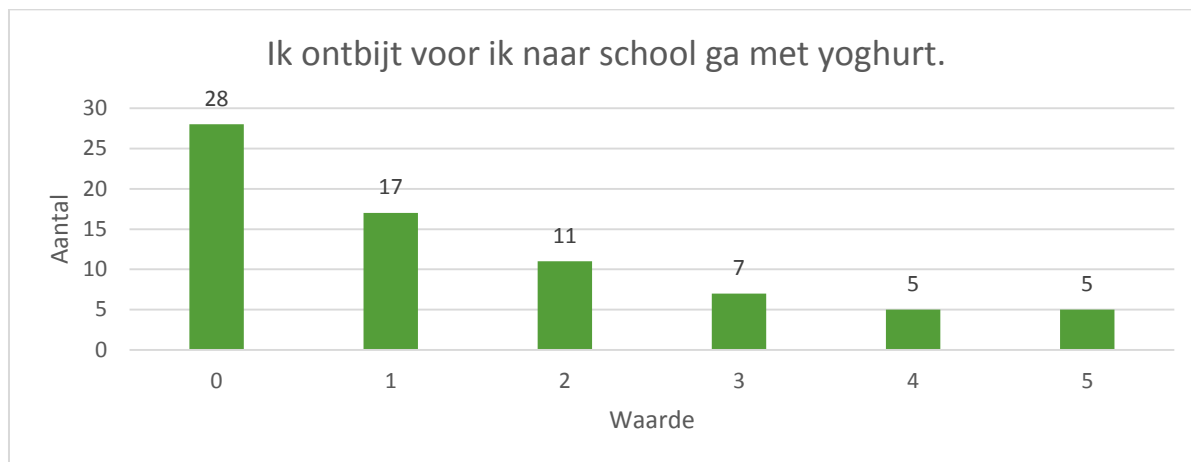


Grafiek 40: Resultaat 'Ik ontbijt voor ik naar school ga met brood'.

Ik ontbijt voor ik naar school ga met brood.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	7	3	6	10	9	38

Tabel 46: Resultaat 'Ik ontbijt voor ik naar school ga met brood'.

9,6% van de leerlingen geeft aan nooit voor het naar school gaan met brood te ontbijten. 4,1% van de leerlingen geeft aan bijna nooit met brood te ontbijten. 8,2% van de leerlingen geeft aan soms met brood te ontbijten. 13,7% van de leerlingen geeft aan regelmatig met brood te ontbijten. 12,3% van de leerlingen geeft aan meestal met brood te ontbijten. 52,1% van de leerlingen geeft aan altijd met brood te ontbijten voor ze naar school gaan. De meerderheid (52,1%) van de leerlingen ontbijt met brood voor ze naar school gaan.

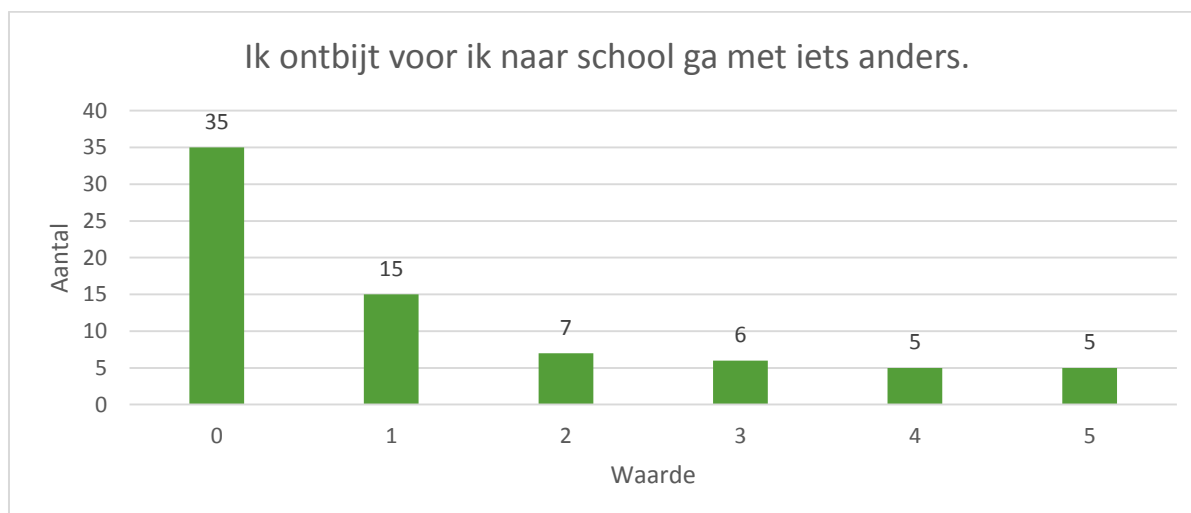


Grafiek 41: Resultaat 'Ik ontbijt voor ik naar school ga met yoghurt'.

Ik ontbijt voor ik naar school ga met yoghurt.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	28	17	11	7	5	5

Tabel 47: Resultaat 'Ik ontbijt voor ik naar school ga met yoghurt'.

38,4% van de leerlingen geeft aan nooit voor het naar school gaan met yoghurt te ontbijten. 23,3% van de leerlingen geeft aan bijna nooit met yoghurt te ontbijten. 15,1% van de leerlingen geeft aan soms met yoghurt te ontbijten. 9,6% van de leerlingen geeft aan regelmatig met yoghurt te ontbijten. 6,8% van de leerlingen geeft aan meestal met yoghurt te ontbijten en 6,8% van de leerlingen geeft aan altijd met yoghurt te ontbijten voor ze naar school gaan. De meeste leerlingen (38,4%) ontbijten nooit voor het naar school gaan met yoghurt.

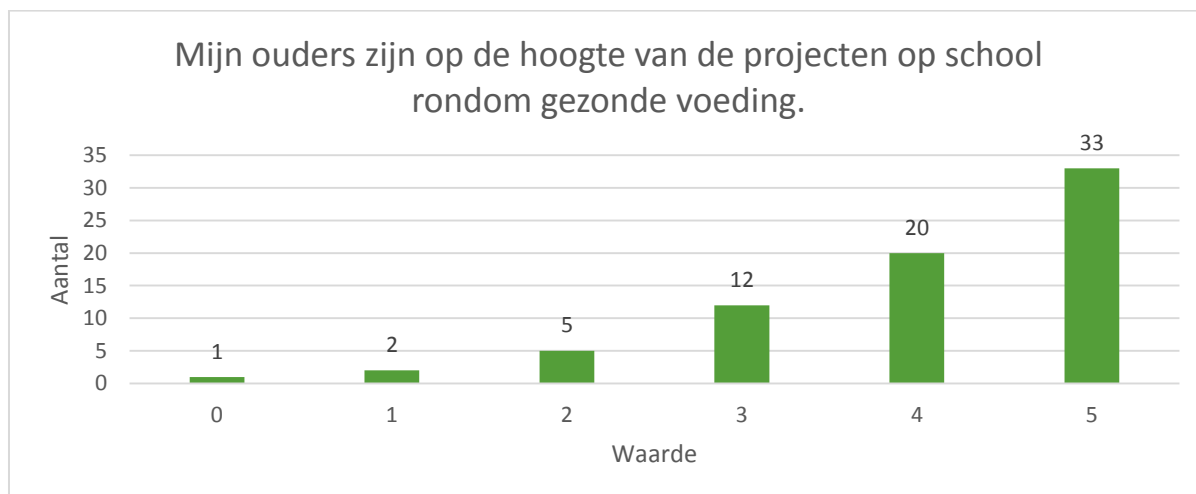


Grafiek 42: Resultaat 'Ik ontbijt voor ik naar school ga met iets anders'.

Ik ontbijt voor ik naar school ga met iets anders.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	35	15	7	6	5	5

Tabel 48: Resultaat 'Ik ontbijt voor ik naar school ga met iets anders'.

47,9% van de leerlingen geeft aan nooit voor het naar school gaan met iets anders te ontbijten. 20,5% van de leerlingen geeft aan bijna nooit met iets anders te ontbijten. 9,6% van de leerlingen geeft aan soms met iets anders te ontbijten. 8,2% van de leerlingen geeft aan regelmatig met iets anders te ontbijten. 6,8% van de leerlingen geeft aan meestal met iets anders te ontbijten. 6,8% van de leerlingen geeft aan altijd met iets anders te ontbijten voor ze naar school gaan. De meerderheid (47,9%) van de leerlingen ontbijten nooit voor het naar school gaan met iets anders.

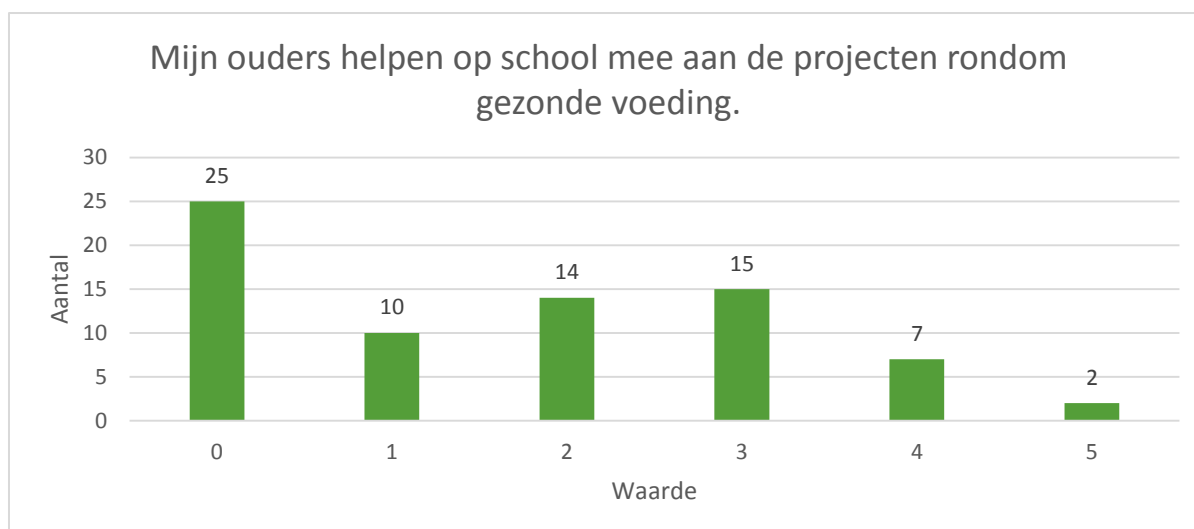


Grafiek 43: Resultaten 'Mijn ouders zijn op de hoogte van de projecten op school rondom gezonde voeding'.

Mijn ouders zijn op de hoogte van de projecten op school rondom gezonde voeding.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	1	2	5	12	20	33

Tabel 49: Resultaten 'Mijn ouders zijn op de hoogte van de projecten op school rondom gezonde voeding'.

1,4% van de leerlingen geeft aan dat zijn/haar ouders nooit op de hoogte zijn van de projecten op school rondom voeding. 2,7% van de leerlingen geeft aan dat hun ouders bijna nooit op de hoogte zijn. 6,8% van de leerlingen geeft aan dat de ouders soms op de hoogte zijn. 16,4% van de leerlingen geeft aan dat de ouders regelmatig op de hoogte zijn. 27,4% van de leerlingen geeft aan dat de ouders meestal op de hoogte zijn. 45,2% van de leerlingen geeft aan dat de ouders altijd op de hoogte zijn van de projecten op school rondom gezonde voeding. De meeste leerlingen (45,2%) gaven aan dat de ouders altijd op de hoogte zijn van de projecten op school rondom gezonde voeding.

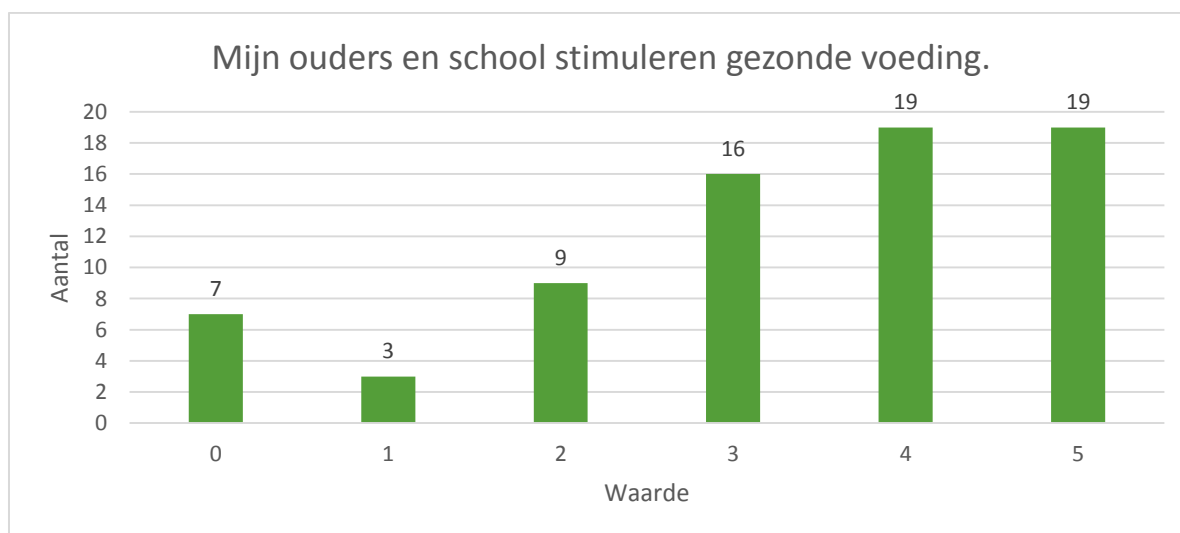


Grafiek 44: Resultaat 'Mijn ouders helpen op school mee aan de projecten rondom gezonde voeding'.

Mijn ouders helpen op school mee aan de projecten rondom gezonde voeding.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	25	10	14	15	7	2

Tabel 50: Resultaat 'Mijn ouders helpen op school mee aan de projecten rondom gezonde voeding'.

34,2% van de leerlingen geeft aan dat hun ouders nooit helpen op school bij projecten rondom gezonde voeding. 13,7% van de leerlingen geeft aan dat hun ouders dit bijna nooit doen. 19,2% van de leerlingen geeft aan dat hun ouders dit soms doen. 20,5% van de leerlingen geeft aan dat hun ouders regelmatig helpen. 9,6% van de leerlingen geeft aan dat hun ouders meestal helpen bij projecten rondom gezonde voeding. 2,7% van de leerlingen geeft aan dat hun ouders altijd helpen bij projecten rondom gezonde voeding. De meeste leerlingen (34,2%) gaven aan dat hun ouders nooit helpen op school bij projecten rondom gezonde voeding.



Grafiek 45: Resultaat 'Mijn ouders en school stimuleren gezonde voeding'.

Mijn ouders en school stimuleren gezonde voeding.						
Waarde	0	1	2	3	4	5
Aantal	7	3	9	16	19	19

Tabel 51: Resultaat 'Mijn ouders en school stimuleren gezonde voeding'.

9,6% van de leerlingen geeft aan dat hun ouders en school gezonde voeding nooit stimuleren. 4,1% van de leerlingen geeft aan dat hun ouders en school bijna nooit gezonde voeding stimuleren. 12,3% van de leerlingen geeft aan soms door hun ouders en school gestimuleerd te worden wat betreft gezonde voeding. 21,9% van de leerlingen geeft aan regelmatig gestimuleerd te worden door hun ouders en school. 26% van de leerlingen geeft aan meestal gestimuleerd te worden door hun ouders en school. 26% van de leerlingen geeft aan altijd door hun ouders en door school gestimuleerd te worden voor gezonde voeding. De meeste leerlingen (2 keer 26%) gaven aan dat ze meestal/altijd door hun ouders en door school gestimuleerd worden voor gezonde voeding (voor overige opmerkingen op de enquête, zie bijlage 8).

6.3.1. Samenvatting resultaten

De meeste leerlingen gaven aan altijd elke dag fruit mee te hebben voor in de ochtendpauze. Daarentegen gaven de meeste leerlingen ook aan (bijna) nooit groente mee te hebben in de ochtendpauze. Wel gaf de meerderheid van de leerlingen aan meestal een gezonde lunch mee te krijgen naar school. De meerderheid van de leerlingen krijgen nooit limonade, appelsap of frisdrank mee naar school. De meeste leerlingen gaven aan nooit op groente of fruit te trakteren. De meeste leerlingen gaven aan meestal twee stuks fruit op een dag te eten. De meeste leerlingen gaven aan meestal 200 gram groente te eten. De meerderheid van de leerlingen ontbijten altijd met brood voor ze naar school gaan. Daarnaast gaven de meeste leerlingen ook aan dat ze nooit voor het naar school gaan met yoghurt ontbijten. De meerderheid van de leerlingen ontbijten nooit voor het naar school gaan met iets anders. De meeste leerlingen gaven aan dat de ouders altijd op de hoogte zijn van de projecten op school rondom gezonde voeding. De meeste leerlingen gaven aan dat hun ouders nooit helpen op school bij projecten rondom gezonde voeding. De meeste leerlingen gaven aan dat ze meestal/altijd door hun ouders en door school gestimuleerd worden voor gezonde voeding.

Hoofdstuk 7: Conclusies, aanbevelingen en discussie

7.1. Conclusie enquête ouders

De deelvraag die door deze enquête beantwoord is, luidt: *In hoeverre vinden ouders dat ze de doelstellingen en projecten van 'H.' rondom volwaardige voeding thuis ondersteunen?*

De ouder(s)/verzorger(s) van H. zijn al erg goed bezig met de ontwikkeling van een gezond eetpatroon bij hun kinderen. Er wordt over het algemeen thuis gezond gegeten en er worden gezonde dingen meegegeven naar school. Hier zou nog een extra stap gemaakt kunnen worden door bijvoorbeeld fruit en groente voor de pauzehap af te wisselen, zodat de kinderen ook af en toe wat extra groente binnenkrijgen. Ook zou er gelet kunnen worden op de suikerhoudende dranken die de kinderen mee krijgen. De ouders zijn zeer welwillend, ze zouden regelmatig willen helpen bij projecten rondom gezondheid. Bovendien staat de meerderheid achter een gezond schoolbeleid wat betreft groente en fruit voor de pauzehap en traktaties (hier zijn wel enkele tegengeluiden over te horen) én wat betreft suikerhoudende dranken. Een gezond schoolbeleid ontwikkelen is wellicht de volgende stap hiervoor. Over het algemeen willen de ouders een kind dat zich (bewust) een gezond eetpatroon aanleert. Daarin geven ze wel aan dat de ouders/verzorgers de hoofdrol spelen en dat school dat alleen maar (zoals het nu ook gaat) hoeft te ondersteunen.

De ouder(s)/verzorger(s) geven aan dat de opvoeding en het onderwijs elkaar zeker ondersteunen. Maar de ouder(s)/verzorger(s) draaien het liever om; ze vinden dat 'H.' de ouders goed ondersteunen bij hun doelen rondom volwaardige voeding thuis.

7.2. Conclusie enquête docenten

De deelvraag die door deze enquête beantwoord is, luidt: *In hoeverre merken de leerkrachten dat ze door de ouders ondersteund worden bij de doelstellingen en projecten van 'H.' rondom volwaardige voeding?*

De docenten van H. laten uit de enquête blijken dat de leerlingen en ouder(s)/verzorger(s) erg goed bezig zijn. De docenten merken dat de ouders zich bewust zijn van de schijf van vijf voor een volwaardig voedingspatroon voor hun kind. Daarnaast merken ze ook dat de leerlingen bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school. De leerlingen nemen gezonde dingen mee als pauzehap en lunch en eten genoeg fruit. Wel wordt er aangegeven dat er niet vaak op gezonde dingen getrakteerd wordt. Ook krijgt (bijna) geen enkele leerling groente mee als pauzehap. Wat betreft het drinken, gaf de meerderheid van de docenten aan dat de leerlingen uit hun klas regelmatig limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school nemen. Dit zou eventueel anders kunnen. Bij projecten is de ouderbetrokkenheid volgens de docenten goed, er zijn voldoende helpende handen te vinden.

De docenten staan achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn. Hier zijn echter wel een aantal kanttekeningen bijgeplaatst. Zo zijn bijvoorbeeld een aantal docenten het niet eens met dat traktaties gezond moeten zijn. Daarnaast wordt er aangegeven dat de docenten achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (suikerloze dranken) toegestaan zijn als drinken. De docenten zien het als taak dat leerlingen zich bewust zijn van een gezond eetpatroon en dat zij hen ondersteunen in de ontwikkeling daarvan. Tenslotte staat de meerderheid niet achter een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school: *"We hoeven niet op de stoel van de ouders te gaan zitten"*.

De docenten merken dus zeker dat ze door de ouders ondersteund worden bij de doelstellingen en projecten van 'H.' rondom volwaardige voeding.

7.3. Conclusie enquête leerlingen

De deelvraag die door deze enquête beantwoord is, luidt: *In hoeverre merken de leerlingen dat de ouders en school op één lijn zitten wat betreft de doelstellingen en projecten rondom volwaardige voeding?*

De leerlingen zijn erg positief over hun ontwikkeling van een gezond voedingspatroon. Ze geven aan elke dag meestal 2 stuks fruit te eten, waarvan 1 als pauzehap op school. Ze ontbijten en lunchen gezond en drinken vaak water geven ze aan. Daarentegen gaven de meeste leerlingen ook aan (bijna) nooit groente mee te hebben in de ochtendpauze, toch werd er ook aangegeven dat ze meestal 200 gram groente per dag eten. Ook werd er aangegeven dat er nooit op groente of fruit getrakteerd wordt.

De meeste leerlingen gaven aan dat de ouders altijd op de hoogte zijn van de projecten op school rondom gezonde voeding, maar dat hun ouders hier nooit bij helpen. Tenslotte voelen de leerlingen zich meestal/altijd door hun ouders en door school gestimuleerd om voor gezonde voeding te kiezen. Leerlingen merken dus dat ouders en school op één lijn zitten wat betreft de doelstellingen en projecten rondom volwaardige voeding.

7.4. Algemene conclusie

In hoeverre ondersteunen de ouders/verzorgers en het onderwijs elkaar bij het hanteren van een volwaardig voedingspatroon van de leerlingen op basisschool 'H.' te J.?

De ouder(s)/verzorger(s) geven aan dat de opvoeding en het onderwijs elkaar zeker ondersteunen. Maar de ouder(s)/verzorger(s) draaien het liever om; ze vinden dat 'H.' de ouders goed ondersteunen bij hun doelen rondom volwaardige voeding thuis. De docenten merken ook dat ze door de ouders ondersteund worden bij de doelstellingen en projecten van 'H.' rondom volwaardige voeding. Leerlingen merken tenslotte ook dat ouders en school op één lijn zitten wat betreft de doelstellingen en projecten rondom volwaardige voeding.

Opvallende verschillen/overeenkomsten vanuit de drie enquêtes zijn onder andere:

- Dat de leerlingen aangeven nooit suikerhoudende dranken mee te krijgen naar school, terwijl de ouder(s)/verzorger(s) en docenten aangeven dat dit nog wel regelmatig gebeurt.
- De leerlingen, ouder(s)/verzorger(s) en docenten geven alle drie aan dat er (bijna) nooit op gezonde dingen getrakteerd wordt. De meningen over of dit wel/niet verplicht moet worden zijn hier duidelijk over verdeeld.

7.5. Aanbevelingen

H. is al erg goed bezig wat betreft het aanleren van een volwaardig voedingspatroon bij de kinderen. De samenwerking tussen ouders en onderwijs verloopt hierin ook goed. Wellicht dat er in de toekomst meer aandacht gegeven kan worden aan een beleid rondom gezonde dranken, hierin valt nog het een en ander te verbeteren. Vanuit de enquête blijkt dat de docenten, maar ook de ouder(s)/verzorger(s), hier ook voor opstaan.

Een volgend discussiepunt is het traktatiebeleid. Wil men hier een beleid voor opstellen, dan dient dit nog wel verder onderzocht te worden. De meningen zijn nog te verdeeld om daar nu een conclusie en advies voor te geven.

Een beleid rondom gezonde voeding kan wellicht opgesteld worden, maar eigenlijk is elke partij op dit moment zeer tevreden. Extra regelgeving rondom gezonde voeding lijkt niet noodzakelijk om de kinderen een volwaardig voedingspatroon aan te leren, dat wordt nu ook al goed ontwikkeld.

Ouder(s)/verzorger(s) geven aan dat ondersteuning vanuit school met bijvoorbeeld extra projecten rondom voeding zeer welkom blijven. Ouder(s)/verzorger(s) en docenten geven beiden aan dat het de eindverantwoordelijkheid van de ouders is om de leerlingen een volwaardig voedingspatroon te laten ontwikkelen.

7.6. Discussie

Het onderzoek heeft duidelijkheid gegeven over de situatie op H.. De hoofd- en deelvragen zijn beantwoord met de resultaten van het onderzoek. Deze antwoorden waren wellicht te voorspellen, door de gegevens van de wijk te betrekken bij het onderzoek. Het is nu aan H. om eventuele vervolgstappen te zetten, op basis van deze resultaten. Wellicht gaan ze een vervolgonderzoek starten. Daarvoor zijn wel enkele verbeterpunten te benoemen.

Om het onderzoek te verbeteren, is het aan te bevelen de enquête aan te passen. Bij het invullen van de enquête liepen de ouders en leerlingen tegen enkele punten aan. Bijvoorbeeld bij de stelling over EU-project en gezonde school. Dit werd in één stelling benoemd, terwijl ouders misschien het EU-project wel kennen, maar de gezonde school niet. Ook bij de vraag over suikerhoudende dranken ontbrak nuance. Hierbij werd aangegeven dat de kinderen twee momenten hebben waarop ze drinken. Sommige ouders geven de kinderen voor in de ochtendpauze limonade mee en voor tussen de middag melk. De enquête zou dus genuanceerd moeten worden, waardoor het resultaat en de conclusie waardevoller wordt. De enquêtes waren wel de juiste onderzoeksinstrumenten voor de dataverzameling. De stellingen hierin hadden echter wat genuanceerder geformuleerd kunnen worden.

Daarnaast zou het theoretisch kader wellicht uitgebreid kunnen worden met meer theorie over ouderbetrokkenheid in combinatie met gezonde voeding op scholen. Gaandeweg het onderzoek bleek er steeds meer theorie achter te liggen, dan van tevoren ingeschat was.

Dit onderzoek is uitgevoerd als steekproef bij de ouders en leerlingen van de bovenbouw. Om een waardevoller beeld te vormen en hierop eventueel een beleid te kunnen baseren, is het aan te bevelen om de hele school mee te nemen in het onderzoek. Het vervolgonderzoek zou dan een ontwerponderzoek worden, waarbij aan de hand van meningen van ouders/docenten en leerlingen een beleid ontworpen kan worden rondom gezonde voeding.

Er is voor de situatie op H. nu duidelijkheid gekomen rondom het onderwerp. Dit zegt nog niets over de maatschappelijke situatie van dit vraagstuk. Als docenten en/of ouders worstelen met de verantwoordelijkheid voor de ontwikkeling van een gezond voedingspatroon van de kinderen, dan moeten ze dat voor hun eigen situatie grondig uitzoeken. Na dit onderzoek is wel vast te stellen, dat dit onderzoek op iedere andere school totaal anders zal uitpakken. Het gaat namelijk om de meningen van ouders, docenten en leerlingen.

Bibliografie

- Abouchaar, A., & Desforjes, C. (2003). *The Impact of Parental Involvement, Parental Support and Family Education on Pupil Achievements and Adjustment: A Literature Review*. United Kingdom: Queen's Printer.
- Berding, J., & Pols, W. (2014). *Schoolpedagogiek - Opvoeding en onderwijs in de basisschool*. Groningen/Houten: Noordhoff Uitgevers.
- Bijsluiters Woordenboek. (2017, december 19). *Voedingspatroon*. Opgehaald van Bijsluiters Woordenboek: <http://www.bijsluiterswoordenboek.nl/action/search/q/voedingspatroon>
- CBS H. (2017-2018). *Jaargids 2017- 2018*. Joure.
- CBS H. (2018, januari 5). *Schoolgids*. Opgehaald van CBS H.: <https://haskerfjild-meilan.nl/friksbeheer/wp-content/uploads/2012/12/Schoolgids-2017-2018-Haskerfjild.pdf>
- EU-Schoolfruit. (2018, januari 5). *Wat is EU-Schoolfruit*. Opgehaald van Europees school fruit en groente programma: <https://www.smaaklessen.nl/nl/schoolfruit/Leerkrachten-PO/Wat-is-EU-Schoolfruit.htm>
- Fantuzzo, J., McWayne, C., & Marlo, A. P. (2004). Multiple Dimensions of Family Involvement and Their Relations to Behavioral and Learning Competencies for Urban, Low-Income Children. *School Psychology Review*, 467-480.
- Gezonde School. (2017, mei 16). *Gezonde School 2017-2020*. Opgehaald van Gezonde School: <https://www.gezondeschool.nl/sites/default/files/Samenvatting%20programmaplan%20Gezonde%20School%202017-2020.pdf>
- Graauw, C. d. (2018, maart 15). *Vragenlijst als onderzoeksmethode voor- en nadelen*. Opgehaald van Claudia de Graauw: <https://claudiadegraauw.nl/vragenlijst-als-onderzoeksmethode-voor-en-nadelen/>
- Het Vitamine Informatie Bureau. (2017, december 17). *Hoeveel heb ik nodig?* Opgehaald van Vitamine informatie bureau: <https://www.vitamine-info.nl/hoeveel-heb-ik-nodig/babys-en-kinderen/>
- Het Voedingscentrum. (2018, januari 5). *Gezond eten met de schijf van vijf*. Opgehaald van Het Voedingscentrum: <https://www.voedingscentrum.nl/nl/gezond-eten-met-de-schijf-van-vijf/wat-staat-er-in-de-vakken-van-de-schijf-van-vijf.aspx>
- Het Voedingscentrum. (2018, januari 5). *Voedingsbeleid op de basisschool*. Opgehaald van Het voedingscentrum: <http://www.voedingscentrum.nl/professionals/gezond-op-school/basisonderwijs/voedingsbeleid-op-de-basisschool.aspx>
- Onderwijsraad. (2010). *Ouders als partners: Een versterking van de relatie met en tussen ouders op school*. Den Haag: Uitgave van de Onderwijsraad.
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid. (2016, oktober 20). *Een record aantal scholen wil aan de slag met Gezonde School*. Opgehaald van Rijksinstituut voor Volksgezondheid: http://www.rivm.nl/Documenten_en_publicaties/Algemeen_Actueel/Nieuwsberichten/2015/Een_record_aantal_scholen_wil_aan_de_slag_met_Gezonde_School
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid. (2016). *Meer aandacht voor gezonde voeding op scholen in het voortgezet onderwijs*. Bilthoven: Rijksuniversiteit voor Volksgezondheid.

- SLO nationaal expertisecentrum leerplanontwikkeling. (2016). *Karakteristieken en Kerndoelen - Onderbouw Voortgezet Onderwijs*. Opgehaald van SLO nationaal expertisecentrum leerplanontwikkeling: <http://downloads.slo.nl/Documenten/karakteristieken-en-kerndoelen-onderbouw-vo.pdf>
- Smit, F., Driessen, G., Sluiter, R., & Brus, M. (2007). *Ouders, scholen en diversiteit; Ouderbetrokkenheid en -participatie op scholen met veel en weinig achterstandsleerlingen*. Nijmegen: Instituut voor Toegepaste Sociale Wetenschappen.
- Tank, M. K. (2009). *Kerndoelen - Oriëntatie op jezelf en de wereld*. Opgehaald van SLO Tussendoelen & Leerlijnen (TULE): <http://tule.slo.nl/OrientatieOpJezelfEnWereld/F-KDOrientatieJezelfEnWereld.html>
- van der Donk, C., & van Lanen, B. (2014). *Praktijkonderzoek in de School*. Bussum: Uitgeverij Coutinho.
- van der Heide, I., Chevalier, J., & Bos, V. (2014). *Ouderbetrokkenheid in leefstijlinterventies in het onderwijs*. Opgehaald van Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu: http://www.driehoektraining.nl/wp-content/uploads/o20284_Rapport-Ouderbetrokkenheid-in-leefstijlinterventies-in-het-onderwijs.pdf
- van der Schaaf, N., & van den Berg, T. (2009, januari). *Ouderbetrokkenheid in de brede school*. Opgehaald van www.bredeschool.nl: http://www.bredeschool.nl/fileadmin/PDF/2009-02-17__Hanzehogeschool_-_Ouderbetrokkenheidindebredeschool.pdf
- Visscher, T., Zantinge, E., & van Bakel, A. (2018, februari 5). *Overgewicht kinderen*. Opgehaald van Volksgezondheid en zorg: <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/overgewicht/cijfers-context/huidige-situatie#node-overgewicht-kinderen>

Bijlagen

1. Vitamine en mineralenbehoefte overzichtstabellen

Vitamine en mineralenbehoefte 4-8 jaar per dag:

Vitamine	Hoeveelheid	Bijzonderheid
A	350/400 mcg RE/dag	1 ^e getal voor 4-8 jarigen, 2 ^e getal voor 6-8 jarigen
B1	0,5 mg/dag	
B2	0,7 mg/dag	
B3	7 mg/dag	
B5	3 mg/dag	
B6	0,7 mg/dag	
B8	25 mcg/dag	
B11	150 mcg/dag	
B12	1,3 mcg/dag	
C	30/40 mg/dag	1 ^e getal voor 4-8 jarigen, 2 ^e getal voor 6-8 jarigen
D	10 mcg/dag	Kinderen met lichte huidskleur, die dagelijks tenminste 15 minuten buiten zijn met in elk geval de handen en het gezicht onbedekt. Wanneer dit niet het geval is, is suppletie van 10 mcg per dag aanbevolen.
E	5/6 αTE/dag	1 ^e getal voor 4-8 jarigen, 2 ^e getal voor 6-8 jarigen
K	55 mcg/dag	

Mineraal	Hoeveelheid 4-5 jaar	Hoeveelheid 6-8 jaar	Bijzonderheden
Calcium	700 mg/dag	700 mg/dag	
Magnesium	120 mg/dag	200 mg/dag	
Kalium	1800 mg/dag	1800 mg/dag	
Fosfor	470 mg/dag	470 mg/dag	
Ijzer	8 mg/dag	8 mg/dag	
Zink	6 mg/dag	6 mg/dag	
Koper	0,4 mg/dag	0,4 mg/dag	
Jodium	90 mcg/dag	90 mcg/dag	
Seleen	25 mcg/dag	25 mcg/dag	
Chroom	15 mcg/dag	15 mcg/dag	
Mangaan	1,0 mg/dag	1,0 mg/dag	
Fluor	0,9/1,0 mg/dag *	1,4/1,5 mg/dag **	* Meisjes/jongens 4-6 jaar ** Meisjes jongens van 7-10 jaar
Molybdeen	15 mcg/dag	20 mcg/dag	

Vitamine en mineralenbehoefte 9-13 jaar per dag:

Vitamine	Jongens 9-13 jaar	Meisjes 9-13 jaar	Bijzonderheden
A	600 mcg RE/dag	600 mcg RE/dag	
B1	0,8 mg/dag	0,8 mg/dag	
B2	1,0 mg/dag	1,0 mg/dag	
B3	11 mg NE/dag	11 mg NE/dag	
B5	4 mg/dag	4 mg/dag	
B6	1,1 mg/dag	1,1 mg/dag	
B8	25/35 mcg/dag	25/35 mcg/dag	Laagste hoeveelheid voor 9-10 jarigen, hoogste hoeveelheid voor 11-13 jarigen
B11	225 mcg/dag	225 mcg/dag	
B12	2,0 mcg/dag	2,0 mcg/dag	
C	50 mg/dag	50 mg/dag	

D	10 mcg/dag	10 mcg/dag	Geldt voor kinderen met lichte huidskleur, die dagelijks 15 min buiten zijn met in elk geval handen en gezicht onbedekt. Als dit niet het geval is, is suppletie van 10 mcg per dag aanbevolen.
E	8 αTE/dag	7 αTE/dag	
K	60 mcg/dag	60 mcg/dag	

Mineraal	Jongens 9-13 jaar	Meisjes 9-13 jaar	Bijzonderheden
Calcium	1200 mg/dag	1100 mg/dag	
Magnesium	280 mg/dag	280 mg/dag	
Kalium	3300 mg/dag	2900 mg/dag	
Fosfor	700 mg/dag	700 mg/dag	
Ijzer	11 mg/dag	11 mg/dag	
Zink	11 mg/dag	8 mg/dag	
Koper	0,7 mg/dag	0,7 mg/dag	
Jodium	150 mcg/dag	150 mcg/dag	
Seleen	40 mcg/dag	40 mcg/dag	
Chroom	25/35 mcg/dag	21 mcg/dag	Laagste getal geldt voor 9-10 jaar, hoogste geldt voor 11-13 jaar
Mangaan	1,5/2,0 mg/dag	1,5/2,0 mg/dag	Laagste getal geldt voor 9-10 jaar, hoogste geldt voor 11-13 jaar
Fluor	1,4 mg/dag	1,5 mg/dag	
Molybdeen	30/45 mcg/dag	30/45 mcg/dag	Laagste getal geldt voor 9-10 jaar, hoogste geldt voor 11-13 jaar

2. Mail ouders enquête (vooraf)

Onderstaande mail zal ook (na enige aanpassingen) aan de docenten gestuurd worden. De leerlingen krijgen voordat ze de enquête invullen een korte toelichting, waarin dezelfde instructies gegeven worden.

Beste ouders/verzorgers,

Voor mijn opleiding tot lerares basisonderwijs heb ik gekozen om mijn afstudeeronderzoek te doen op CBS H.. In samenwerking met H. is gekozen voor het onderwerp 'het aanleren van een volwaardig voedingspatroon'. Het doel hierbij is om inzicht te krijgen in hoeverre het onderwijs en de ouders elkaar ondersteunen bij het hanteren van een volwaardig voedingspatroon door leerlingen. Om hier inzicht in te krijgen is een enquête ontwikkeld. Zou u deze enquête, na het lezen van deze mail, aandachtig willen invullen?

De enquête is in te vullen via de volgende link: <https://goo.gl/forms/kXkYy6QZoQqKFJiW2>
(Werkt de link niet automatisch, kopieer dan de link en plak deze in de browser).

De enquête zal volledig anoniem afgenomen worden en duurt enkele minuten.

De reacties op deze enquête zullen in het onderzoek gebruikt worden om een overzicht te maken voor CBS H.. Hierin zal worden weergegeven of de ouders/verzorgers de doelen en projecten rondom gezonde voeding ondersteunen.

Instructies voor het invullen van de enquête:

De enquête bestaat uit stellingen, waarop u kunt reageren door één van de opties aan te klikken. De antwoordmogelijkheden bestaan uit de cijfers 0 tot 5. Hierbij geldt dat 0 staat voor: nooit /helemaal oneens. 5 staat voor: altijd/helemaal eens.

Bijvoorbeeld:

Bij stelling 1 staat 0 voor nooit en 5 voor altijd. Bij stelling 2 staat 0 voor helemaal oneens en 5 voor helemaal eens.

Stelling							
1.	Mijn kind krijgt fruit mee als pauzehap.	0	1	2	3	4	5
2.	Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn.	0	1	2	3	4	5

Aan het einde van de enquête krijgt u de mogelijkheid om opmerkingen te maken over het onderwerp Gezonde Voeding. Dit is ook volledig anoniem en zal in (voor zover mogelijk) het onderzoek meegenomen worden.

Het verzoek is om de enquête slechts eenmaal in te vullen. Na het verzenden van uw reactie zijn er geen bewerkingen meer mogelijk. De enquête zal beschikbaar zijn tot 30 maart 2018. Vragen die zijn gemarkeerd met een sterretje (*) zijn verplicht.

Als u vragen hebt over de enquête, stuurt u een e-mail naar: x

Tenslotte wil ik u vragen of u door wilt geven of u toestemming geeft voor het afnemen van een enquête met dezelfde strekking bij uw kind(eren). **Mocht u hier bezwaar tegen hebben, zou u dit dan door willen geven via eerdergenoemd mailadres?** Bij geen bericht ga ik ervan uit dat er geen bezwaren zijn en uw kind de enquête gewoon mag invullen. De enquête zal ook volledig anoniem afgenomen worden bij de kinderen.

Ik hoop op uw medewerking en stel uw input zeer op prijs!

Met vriendelijke groet,
Fenna Portena

3. Enquêtevragen ouders/verzorgers

Stelling		Helemaal oneens: 0 Helemaal eens: 5					
1.	Mijn kind krijgt fruit mee als pauzehap.	0	1	2	3	4	5
2.	Mijn kind krijgt groente mee als pauzehap.						
3.	Mijn kind krijgt een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente.	0	1	2	3	4	5
4.	Mijn kind krijgt limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school.	0	1	2	3	4	5
5.	Mijn kind trakteert op fruit of groente.	0	1	2	3	4	5
6.	Ik ben mij bewust van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan mijn kind.	0	1	2	3	4	5
7.	Mijn kind eet minstens 200 gram groente per dag.	0	1	2	3	4	5
8.	Mijn kind eet minstens 2 stuks fruit op een dag.	0	1	2	3	4	5
9.	Mijn kind eet thuis fruit of groente als tussendoortje.	0	1	2	3	4	5
	Ik merk thuis dat mijn kind bewust bezig is met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school.	0	1	2	3	4	5

10.	Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn.	0	1	2	3	4	5
11.	Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water toegestaan zijn als drinken.	0	1	2	3	4	5
12.	Als ik gevraagd word om te helpen bij projecten rondom gezonde voeding, dan help ik graag mee.	0	1	2	3	4	5
13.	Ik vind het als ouder/verzorger belangrijk dat mijn kind zich bewust is van een gezond eetpatroon.	0	1	2	3	4	5
14.	Ik vind het als ouder/verzorger belangrijk dat ik mijn kinderen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon.	0	1	2	3	4	5
15.	Ik ben op de hoogte van de 2 schoolprojecten (EU-fruit & Gezonde School) rondom voeding.	0	1	2	3	4	5

4. Enquêtevragen docenten

Link naar de digitale enquête: <https://goo.gl/forms/rswgnUUSmcs0CkvZ2>

Stelling		Helemaal oneens: 0 Helemaal eens: 5					
1.	De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal fruit mee als pauzehap.	0	1	2	3	4	5
2.	De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal groente mee als pauzehap.	0	1	2	3	4	5
3.	De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal een gezonde lunch mee, bestaande uit brood (met gezond beleg), fruit of groente.	0	1	2	3	4	5
4.	De leerlingen uit mijn klas krijgen allemaal limonade of frisdrank (of andere suikerhoudende dranken) mee naar school.	0	1	2	3	4	5
5.	De leerlingen uit mijn klas trakteren allemaal op fruit of groente.	0	1	2	3	4	5
6.	Ik merk dat ouders zich bewust zijn van het gebruik van de schijf van vijf om een volwaardig voedingspatroon te bieden aan hun kind.	0	1	2	3	4	5
7.	De leerlingen in mijn klas eten allemaal 1 stuk fruit op een dag op school.	0	1	2	3	4	5
8.	De leerlingen eten op de dagen dat er geen EU-fruit is, ook fruit of groente als tussendoortje.	0	1	2	3	4	5
9.	Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen groente en fruit als pauzehap en traktaties toegestaan zijn.	0	1	2	3	4	5
10.	Ik sta achter een gezond schoolbeleid, waarin alleen melk en water (of andere drinken zonder suiker) toegestaan zijn als drinken.	0	1	2	3	4	5
11.	Ik merk dat de leerlingen uit mijn klas bewust bezig zijn met het hanteren van een gezond eetpatroon naar aanleiding van de projecten op school.	0	1	2	3	4	5
12.	Als er hulp gevraagd wordt bij projecten rondom gezonde voeding, dan zijn er altijd genoeg helpende ouders/verzorgers.	0	1	2	3	4	5
13.	Ik zie het als taak dat leerlingen zich bewust zijn van een gezond eetpatroon.	0	1	2	3	4	5
14.	Ik zie het als taak dat ik mijn leerlingen ondersteun wat betreft hun ontwikkeling van een gezond eetpatroon.	0	1	2	3	4	5

5. Enquêtevragen leerlingen

Link naar de digitale enquête: <https://goo.gl/forms/2UolpArlnusNFFDm2>

Stelling		Helemaal oneens: 0 Helemaal eens: 5					
1.	Ik krijg elke dag fruit mee voor in de ochtendpauze.	0	1	2	3	4	5
2.	Ik krijg elke dag groente mee voor in de ochtendpauze.	0	1	2	3	4	5
3.	Ik krijg elke dag een gezonde lunch (brood met gezond beleg en/of groente/fruit) mee naar school.	0	1	2	3	4	5
4.	Ik krijg elke dag limonade, appelsap of frisdrank (of ander zoet-dranken) mee naar school.	0	1	2	3	4	5
5.	Ik trakteer op school op groente of fruit.	0	1	2	3	4	5
6.	Ik eet elke dag twee stuks fruit.	0	1	2	3	4	5
7.	Ik eet elke dag minstens 200 gram groente.	0	1	2	3	4	5
8.	Ik ontbijt voor ik naar school ga met brood.	0	1	2	3	4	5
9.	Ik ontbijt voor ik naar school ga met yoghurt.	0	1	2	3	4	5
10.	Ik ontbijt voor ik naar school ga met iets anders.	0	1	2	3	4	5
11.	Mijn ouders zijn op de hoogte van de projecten op school rondom gezonde voeding.	0	1	2	3	4	5
12.	Mijn ouders helpen op school mee aan de projecten rondom gezonde voeding.	0	1	2	3	4	5
13.	Mijn ouders en school stimuleren gezonde voeding.	0	1	2	3	4	5

6. Resultaten open vragen enquête ouders/verzorgers

Zou u een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school kunnen waarderen? Waarom wel/niet?
Ik denk dat alleen stimuleren kan. Verplichten kan niet denk ik aangezien dit de verantwoording is van de ouder. Inlichting en stimuleren is o.a. een "verantwoording" van de school.
Niet traktaties mogen best snoep zijn gezond eten doe je vooral thuis. Pauze hap vind ik moet wel gezond.
Nee, niet perse, vind dat kinderen af en toe best wat zoets mogen. Ook een traktatie op zoetigheid is veel leuker omdat het dan ook echt een traktatie is.
Nee. Het moet niet te strikt worden. Ouders zijn zelf verantwoordelijk.
niet
Nee ik vind dat de ouders het zelf mogen bepalen! Wel belangrijk om door te gaan met les over gezonde voeding!!
Nee, dit is aan ons en niet aan school.
Het is goed dat de school er op let, maar het blijft de verantwoordelijkheid van de ouders.
Het is wel goed x0
nee, niet nodig, kunnen wij zelf
Nee. Dit is iets voor thuis. Mijn kinderen krijgen iedere dag fruit of groente mee naar school en krijgen thuis een gezond eetpatroon mee. Ik heb liever dat ze op school aandacht besteden aan lezen/schrijven/rekenen. Ik vind het ook jammer dat een traktatie persé gezond moet zijn. Kinderen moeten ook bij een gezond eetpatroon leren dat je bij feestjes best iets anders/zoets mag eten. Dit is niet meteen ongezond.
School doet het nu prima

De school kan stimuleren, maar niet voorschrijven. Het is uiteindelijk ieders eigen verantwoordelijkheid.
Niet! Ik vind dat ouders hier een grote rol in hebben en dat school het ter sprake brengt prima, maar regels rondom eten en voeding wat wel en niet mag op school vind ik veel te ver gaan!
Nee, dit is aan ons en niet aan school.
Nee. Er moet ook ruimte zijn om bij traktaties op iets anders dan fruit te trakteren
Nee, is voldoende zo!
Nee, dat werkt averechts
Ik vind dat school een gezonde hap(traktatie) niet kan verplichten, natuurlijk vind ik het goed dat een school gezonde voeding stimuleert.
Zo is het prima
Nee, ik vindt het de verantwoording van de ouders en ik vindt dat het kind zelf moet kunnen kiezen waar hij op tracteerd.
Niet. Ik vind het belangrijk dat kinderen gezond leren eten, maar een koekje bij de thee vind ik geen probleem. En wat extra lekkers bij een feestje ook niet. Dat neem ik zelf ook. Verantwoord omgaan met eten betekent niet alle vet en suiker uitbannen, maar leren er bewust mee om te gaan. Ik zorg thuis wel dat het niet te gek wordt, ook niet als je op school een keer een zoete traktatie hebben gekregen.
niet, is goed zo
Niet, het is en blijft ieders keuze. Wel kan de school blijven stimuleren natuurlijk. Alleen gezonde traktaties vind ik overigens een uitstekend idee.
Nog strikter lijkt mij niet noodzakelijk.
Nee, vooral taak van de ouders/ gezin
nee, alstublieft geen groente- en fruitpolitie
Gaat nu behoorlijk goed.
Zo als het nu gaat, is het goed
Niet strenger. Wij als ouders zijn verantwoordelijk en vinden 1x limonade per dag prima. Hoe wil je dan controleren of melkproducten geen suiker bevatten. Krijgen we dan de suikerpolitie? En als je dan als leraar ontdekt dat er melkproducten gezoet zijn, hoe test je dan of het zoet van de suiker is of dat het met zoetstof gezoet is? Als diëtist vind ik dit te ver gaan!
Nee die taak ligt uiteindelijk bij de ouders.
nee, het is goed zo
Zou u een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school kunnen waarderen? Waarom wel/niet?
Ja dat kan ik wel waarderen
prima, is het meest duidelijk !
Wel; kinderen nemen deze kennis mee in hun verdere ontwikkeling en komen op vroege leeftijd in aanraking met gezond eten. Gezond en bewust eten wordt dan voor kinderen als normaal verondersteld. Iets waarmee ze hun voordeel kunnen doen
Ja. Ze krijgen al genoeg tussendoortjes
Ja, met name op het gebied van drinken
Ja, dat helpt een gezond eetpatroon voor de langere termijn.
Jawel, zeker op het gebied van traktaties horen onze kinderen bij de minderheid als het gaat om gezonde traktaties
Ja traktaties zijn vaak niet gezond zoals gevraagd
Wel, is eerst wel even lastig. Maar het zal snel wennen.
Wel dat is belangrijk
Ja, omdat het ontzettend belangrijk is dat kinderen gezond eten en dat ook aangeleerd krijgen.

Mijn kinderen zijn gek op fruit en eten dit ook op school heerlijk. Wel krijg ik soms de vraag of zij ook een keer een koekje of snoep mee mogen naar school, want andere kinderen mogen dat ook. Ik ben hier heel strikt in en vertel ze ook dat ik ook alleen fruit mee neem naar mijn werk. Toch zullen er denk ik genoeg ouders zwichten als hun kind vraagt om koek of snoep mee naar school. Dus wat dat betreft zou ik het wel goed vinden als daar wat meer op gelet wordt en vaker benoemt wordt.

Wel, als je gezonde traktaties verplicht en alleen water of melk toestaat dan accepteren de kinderen het ook. Nu willen ze wel graag 1 beker limonade mee omdat anderen dat ook hebben. Dat zelfde geldt voor de traktaties. Nu willen ze liever niet op fruit trakteren want dat is niet zo stoer maar als iedereen het (verplicht) zou doen dan was het geen enkel probleem.

Ja. Met fruit eten alleen fruit/groente eten. Doordat andere kinderen koekjes o.i.d. meenemen, willen onze kinderen dat ook. Maar voor ons geldt fruit is fruit.

omdat het belangrijk is

Wel omdat ik het belangrijk vind dat mijn kind eet en weet wat gezond is.

Wel.

Wel, maar niet op een dwingende manier

Ja, maak het op school alvast een goede gewoonte

Wel

Zeker, het meegeven mbt gezonde voeding is belangrijk en helpt zeker ook als men hier op school aan mee helpt. Kinderen kijken toch ook naar wat andere kinderen mee nemen. Echter zo nu en dan geen snoepje oid moet ook kunnen als er feest is.

wel

Jawel, maar als traktatie hebben wij geen moeite met het trakteren van B.v een minikoekje/ toetje/ chocolaatje of iets dergelijks. De meeste kinderen hebben al een stuk fruit mee en dan hoeven ze wat ons betreft niet een stuk fruit als traktatie te krijgen. Verder helemaal mee eens dat gezonde voeding zeer belangrijk is en dat dit gestimuleerd wordt vanuit school!!

Ja, er zijn nog téveel ongezonde traktaties. Helemaal verbieden hoeft niet, je mag kinderen ook belonen soms.

Wel qua pauzehap, niet qua traktatie. Als ik jarig ben trakteeer ik de mensen ook niet op een mandarijn, maar krijgen ze een stukje taart!

er mag van mij wel eens een uitzondering worden gemaakt

dat mag, maar ik vind dat een kind nog wel een keer wat lekkers mag waar suiker in zit.

Ik sta achter het beleid, maar individuele keuzevrijheid is (ook) belangrijk. En daarnaast vind ik dat bij een feestelijke gelegenheid best eens limonade mag worden geschonken.

wel, maar denk erom dat je er niet in doorslaat, een boterham met pasta moet ook kunnen

Wel prettig als fruit en groente als pauzehap (weer?) echt als regel gaat gelden, waardoor kinderen die geen koekjes mee krijgen, zich niet achtergesteld voelen. Het is dan immers normaal om fruit en groente bij je te hebben.

Wat betreft traktaties blijkt het lastig te zijn om de gezonde alternatieven er in te krijgen. Als je dat zou loslaten en de pauzehap consequenter gaat aanhouden, is dat voor de ouders en kinderen wellicht gemakkelijker vol te houden. (Diëtiste Hester Visser hier in J. geeft het advies om 80% voor gezond te kiezen, dan kun je nog 20% minder verantwoord kiezen en is dat beter vol te houden dan dat je nooit meer iets ongezoners zou mogen kiezen).

Ik zou dit kunnen waarden tot in zekere mate. maar ik denk dat er met deze twee projecten voldoende aandacht is voor gezonde voeding. We hoeven niet "door te schieten". Dit kan betuttelend en bemoeierig overkomen. Ik denk dat het gros van de ouders zeer goed op de hoogte is van het feit dat gezonde voeding bij een goede opvoeding hoort en zij zijn hiervoor in eerste instantie verantwoordelijk. De school zou bij kunnen dragen aan dit aspect binnen de opvoeding van kinderen, maar niet door een TE strikt beleid te hanteren. In onze beleving dient een kind overwegend gezond te eten en te drinken, maar wat snoepen en soms suikerhoudende dranken horen zeker bij het kind zijn, ook op school. De variëteit die voorbij komt bij de tractaties in de drie klassen waar onze kinderen nu in zitten laat zien dat er, in onze ogen, een fraaie middenweg wordt bewandeld door de ouders, waarbij snoep en gezonde traktaties elkaar mooi afwisselen. Het is goed zo. Daarbij is voeding maar één aspect van een gezonde lifestyle. Ook bv. bewegen, niet

rokende volwassenen in de omgeving en een psychisch stabiele omgeving dragen bij aan de algehele gesteldheid van een kind.

Ik vind dat je bij feestelijke aangelegenheden best mag afwijken van de regel

Ligt eraan...hoe strikt...

Eventuele opmerkingen/aanvullingen/reacties op de enquête kunnen hieronder kort beschreven worden.

Ik vind voorlichting op school prima

Gezond eten ligt vooral thuis.

Als er niet in door.

Laat kindjes vooral ook weten dat gezond eten ook duurder is.

Ik zou het prettig vinden als kinderen over meerdere momenten van de dag water mag drinken, niet alleen in de pauzes

Tracteren is een feestje en daar mag best een snoepje oid bij.

De vragen zijn niet gedetailleerd genoeg.

- Ik ken het project eu fruit, maar niet gezonde school ken ik niet goed.

- Schoolbeleid pauzehap eens dat er fruit of groente wordt gegeten, maar niet bij trakteren.

- Liever een kind dat een beetje limonadesiroop door zijn/haar water krijgt en voldoende vocht binnenkrijgt, dan een dopper met water die onaangeroerd weer mee naar huis komt.

Het ligt dus genuanceerder dan ik aan kan geven in deze enquête. Bovendien mag een school wel ondersteunen in gezonde voeding, maar is het de ouder die uiteindelijk beslist wat het kind meekrijgt naar school.

Nog een punt dat niet in de enquête voorkomt: pakjes drinken en voorverpakte dingen zouden niet mee mogen komen naar school. Drinken kan in een beker/dopper enz., eten kan in een hersluitbaar bakje.

Diverse fruit- en groentesoorten proberen vind ik een goed plan!

De schijf van 5 vind ik te algemeen, ieder mens is uniek en daar wordt geen rekening mee gehouden met de schijf.

Zoals ik in bovengenoemde reactie al aangeef... ik vind het prima dat school het aanreikt aan de kinderen, "vreemde ogen dwingen" is helemaal prima om verschillende dingen te proberen, maar Mn richting traktatie vind ik het veel

Te ver gaan om alleen maar gezond te mogen!

Kinderen vinden het geweldig om bv samen cupcakes te maken en er dan op te trakteren. Dus mijn conclusie aandacht prima, opleggen NIET!

De gezonde traktatie heb ik wat moeite mee. Als een leerkracht jarig is wordt er ook vaak ongezond getrakteerd, dus waarom mogen de kinderen dat dan niet. Zo vaak is er niet iemand jarig. Als de hoeveelheid maar niet teveel is. Ook krijgen kinderen wel eens een snoepje als beloning, vind ik niet echt passend. Een sticker kan ook en anders een lekkere aardbei. Dat is voor de meeste kinderen favoriet fruit.

Het EU fruit project is leuk maar ze eten meer als het zelf thuis uitzoeken. Ook vind ik er weinig afwisseling en nieuwe dingen in zitten die ze anders niet krijgen.

Tracteren is een feestje en daar mag best een snoepje oid bij.

Ik zou best willen helpen met projecten op school, echter mijn agenda laat dit niet toe.

Er is een vraag over Frisdrank ik mis de keuze voor melk. De kinderen hebben 2 drink momenten. Ik geef ze van beide 1 beker mee naar school.

Vraagstelling kan beter. Iedereen wil natuurlijk dat zijn/haar kind gezond eet en het daar in ondersteunen.

Dat er ook toezicht is .dat de kinderen alles op eten en drinken en niet maar minuten tijd hebben ervoor wat soms wel gebeurt ...das heel ongezond voor het kind ...rustig eten is beter voor het lijf en dus ook gezonder...

7. Resultaten open vragen docenten

Zou u een striktere uitvoering van het beleid op de gezonde school kunnen waarderen? Waarom wel/niet?

Wel, er wordt nu toch nog veel koek en zoet op brood gegeten en de meeste traktaties zijn ongezond

Wanneer je dit los laat wordt de verleiding weer groot.

Ja, ik zou wel meer duidelijkheid willen over wat we nu wel/niet accepteren/willen. Bijv. mbt traktaties.

Ja kinderen bewust maken wat voeding met je lichaam en brein doet

Ja, wat betreft de fruitsap zit het wel goed. Ik zou graag zien dater meer water meegegeven wordt i.p.v limonade of andere zoete frisdranken.

In de onderbouw zijn wij streng wat de inhoud van de trommeltjes betreft. Zoals we nu bezig zijn is voldoende. Wel lastig is dat oudere broers, zussen wél lekkere dingen mee naar school mogen en kleuters niet. Op één lijn zitten van gr 1 tm 8 zou wenselijk zijn

Pauze hap sowieso groenteboer fruit.

Niet, ik ben zeker voor gezonde voeding, maar er zijn grenzen. Ouders bepalen nog altijd vind ik. Wij als leerkrachten kunnen het wel stimuleren, maar niet verplichten.

Ik vind het niet nodig dat een school zoals het Haskerfjild op de stoel van ouders gaat zitten. Ouders kunnen prima zelf kiezen wat ze mee geven

Het blijft een keus van de ouders vind ik. Als lkr zien kinderen mij wel als voorbeeld dus zal ik zo veel mogelijk het goeie voorbeeld geven.

Nee. Ik vind het in eerste instantie niet een taak van school om gezond eten bij te brengen. Dit is een taak van ouders vind ik. Dat school daar een steentje aan bij draagt is goed, maar niet meer dan dat.

Dat hoeft niet, de eindverantwoording ligt bij de ouders.

Nee, er moet ook ruimte zijn voor minder gezonde producten. Wanneer dit niet de overhand krijgt is dit niet erg. Wel zou ik voorstander zijn voor vervolg van het Fruitproject op enige manier..

Niet, ouders zijn vrij en een zoete traktatie moet wel kunnen zo nu en dan. Leerkrachten kunnen wel een goed voorbeeld zijn.

Ik vind het wel belangrijk dat we de kinderen leren wat gezond is en ongezond op school. Een stukje bewustwording is prima. Ik vind dat de ouders de eindverantwoordelijkheid hebben over de voeding van hun eigen kind.

Nee. Niet doorslaan! Er mag ook nog wel eens iets lekkers voorbij komen.

Nee, kinderen mogen ook leren dat als het feest is je best eens iets mag eten wat iets minder gezond is.

In mijn ogen zijn wij als school niet verantwoordelijk voor het gezonde eetpatroon van de kinderen. Het hoeft wat mij betreft daarom niet strenger.

Andere ideeën of opmerkingen

Verplichte fruitdagen invoeren en de rest bij ouders laten. Dit geldt ook meegenomen dranken.

Wel is het goed om af en toe een project te organiseren hierover voor de bewustvorming vd kinderen

Traktaties mee naar huis als ze ongezond zijn.

Ouders ideeën geven hoe het WEL kan. Een boekje met gezonde traktaties bv. Voorbeelden van een gezonde lunch. Een gezond leefpatroon zit nog niet in ieders ritme en dat kunnen we de ouders ook niet kwalijk nemen. Het heeft tijd nodig. Een volledige omslag zou ook weerstand opleveren en dat willen we ook niet.

Tijdens verjaardagen de kinderen laten trakteren op iets lekkers hoort bij een feestje. (ik hou niet van leverworst en kaas bij de koffie....;))

Kun je het voedingspatroon van kinderen veranderen als de ouders de boodschappen doen? Je kunt ze wel onderwijzen maar de uitvoering ligt bij de ouders. Je spreekt daarom ouders zelf aan als je merkt dat een kind wel erg vaak iets anders mee krijgt dan groente/fruit. Dit is bij de kleuters makkelijker dan in de midden- en bovenbouw.