



Menukaart Thema Bewegen en Sport

Vanuit de GGD ZHZ werken we volgens de Gezonde School-aanpak zowel in het primair onderwijs, het speciaal onderwijs als op het voortgezet (speciaal) onderwijs en het MBO.

De Gezonde School-aanpak is een praktische werkwijze. De aanpak ondersteunt scholen om structureel bij te dragen aan een gezonde leefstijl van leerlingen en medewerkers van de school. De aanpak gaat uit van wat de school al doet, bouwt hier op voort en sluit aan bij de wensen en behoeften van de school. Werken aan een gezonde leefstijl via onderwijs loont! Jongeren die lekker in hun vel zitten, presteren beter. Via de Gezonde School-aanpak draag je op een duurzame en effectieve manier bij aan de gezondheid en gezondheids- vaardigheden van leerlingen en studenten. Scholen die werken met de aanpak kiezen één of meerdere gezondheidsthema's om mee aan de slag te gaan.

De Gezonde School-aanpak is een integrale aanpak, gebaseerd op vier pijlers:

1. **Educatie;** het klassikaal aanbieden van informatie en voorlichting over gezondheid aan leerlingen, het team, ouders en andere betrokkenen.
2. **Schoolomgeving;** het zodanig inrichten van de fysieke en sociale omgeving dat het de gezondheid en gezonde leefstijl van kinderen en medewerkers bevordert.
3. **Signalering;** van risicofactoren bij individuele leerlingen en de individuele leerlingenzorg die daarop volgt.
4. **Beleid;** het opnemen van gezondheid in het schoolbeleid door afspraken, regels, protocollen en de handhaving hiervan.





Pijler Educatie: (klassikaal) informatie en voorlichting aanbieden

Boksend Opvoeden

Bijdragen aan een meer veerkrachtige identiteit van jongeren in de onderbouw van V(S)O.

Doelgroep

Leerlingen van het voortgezet (speciaal) onderwijs.

Uitvoerder

Docenten na het volgen van een cursus.

Tijd

Eenmalig meer dan 25 uur.

Kosten

Tussen €500 en €1000.

Beoordeling

Goed beschreven.

Meer informatie?

Klik dan op deze [link](#) of scan de QR-code.



Futsal Chabbab

Deelnemende jongeren uit aandachtswijken halen hun schooldiploma (95%) en hun startkwalificatie (85%), zodat hun kansen vergroot worden en zij zichzelf kunnen ontplooiën (halen onvoldoendes zo snel mogelijk op bij huiswerkbegeleiding, leren gedisciplineerd te zijn, beseffen dat zij doelen kunnen halen op eigen kracht)

Doelgroep

Leerlingen van het voortgezet onderwijs.

Uitvoerder

Het is echt een samenwerking tussen school en de interventie Futsal Chabbab. School maakt deel uit van een integrale jongerenaanpak, waar ook jongerenwerk, straat- of jeugdcoaches, wijkagent, toezicht en gemeente bij betrokken zijn. Futsal Chabbab sluit aan in wijk overleggen en waar nodig en mogelijk ook bij zorgteam overleggen op school.

Tijd

Minder dan 10 uur

Kosten

Er zijn geen kosten aan verbonden, alleen samenwerking (in die zin: uren).

Beoordeling

Goed onderbouwd.

Meer informatie?

Klik dan op deze [link](#) of scan de QR-code





Pijler Schoolomgeving: gezonde fysieke en sociale omgeving

Maak van school een sportieve omgeving

Schoolplein:

Voeg een voetbalkooi, basketbalveld of fitnessstoestellen toe.

Schoolgebouw:

Voeg stoelfietsen, sta bureaus in de klas toe of faciliteer pauzesport en zorg voor voldoende fietsenrekken.

Meer informatie?

Klik dan op deze [link](#) of scan de QR-code.



Informeert en betrek ouders, leerkrachten en leerlingen

Leerlingen en ouders kunnen meedenken over de inrichting van het schoolplein en helpen bij het beheren van sport- en spelmateriaal. Het helpt wanneer medewerkers hierin het voorbeeld geven.



Werk samen met partners

Zorg voor een naschools sportaanbod in samenwerking met de buurtsportcoach of lokale sportverenigingen.



Pijler Signaleren: Vroegtijdig herkennen van problemen bij individuele leerlingen en hen doorverwijzen naar zorg

Jeugdverpleegkundige JGZ

In klas 2 en het pre-examenjaar bespreken de jeugdverpleegkundigen de groei, de algemene ontwikkeling en hoe leerlingen zich voelen. Bij signalen van zorg of urgente situaties stemmen zij dit af met ouders en/of het ZAT.

Zorg dat signalen worden opgepakt

Maak gebruik van een leerlingenvolgsysteem om motorische achterstanden op te merken. En maak afspraken wat te doen met signalen.





Pijler Schoolbeleid en borging: regels en vaste afspraken binnen de school

01

Stel een beweeg en sport beleid op

Welke visie heeft school op bewegen en sport. In een goed beweeg- en sportbeleid staat wat het belang is van goed leren bewegen en van kennismaken met sport om een actieve leefstijl te bevorderen.

Zorg ervoor dat afspraken en beleid regelmatig onder de aandacht worden gebracht bij ouders. Communiceer deze afspraken bij de start van het schooljaar, bij de inschrijving van nieuwe leerlingen via passende communicatiekanalen.

02

Borg taken en verantwoordelijkheden

Beleg de coördinatie van de Gezonde School bij één of twee medewerkers, maar zorg daarnaast voor een werkgroep waarin verschillende disciplines vertegenwoordigd zijn. Zo blijft de verantwoordelijkheid duidelijk belegd en wordt de uitvoering en borging breder gedragen binnen de school.



03

Evalueer

De school evalueert jaarlijks het beleid rond bewegen en sport.



Overige activiteiten: andere manieren waarop de school aandacht besteedt aan het thema

Sportdag en sponsorlopen

Organiseer (waar mogelijk) samen met de leerlingen sportdagen en/of sponsorlopen voor alle leerlingen.



Kenniscentrum sport & bewegen

Voor inspiratie, handreikingen, instrumenten etc. Klik op de [link](#) of scan onderstaande QR-code.



Sportclinics

Werk samen met het sportaanbod in de buurt en organiseer sportclinics (bijvoorbeeld verenigingen en buurtsportcoach).

