



OP NAAR EEN GEZONDE JEUGD! DE PEUTER BEWEEGBOX EN HET PEUTER BEWEEGMAATJE

Een onderzoek naar de waardering en het gebruik van de Peuter Bewegbox en het Peuter Bewegmaatje

Aanleiding

Trendbreuk

Zuid Limburg kampt al jaren met een gezondheidsachterstand. Daarom werken alle 16 Zuid-Limburgse gemeentes samen aan een gezamenlijk plan om dit aan te pakken, onder de naam: Trendbreuk. Om de achterstand te doorbreken, is het belangrijk om op elke levensfase in te zetten. Starten bij de jongste jeugd biedt daarin kansen: Jong geleerd is oud gedaan!

Belang van bewegen

Het aantal peuters (2-4 jaar) met obesitas of overgewicht stijgt in Nederland. In 2018 had 7% van de Zuid Limburgse 2-4 jarigen overgewicht, en 1-2% obesitas.

Naast gezonde voeding, is bewegen een belangrijke factor om obesitas en overgewicht tegen te gaan.

Ouders en pedagogisch medewerkers in de peuteropvang hebben een grote invloed op het bewegen van peuters. Onderzoek laat zien dat peuters niet voldoende bewegen in de kinderopvang.

JOGG Maastricht en JOGG Heuvelland hebben daarom twee tools ontwikkeld om het bewegen van peuters zowel thuis als op de peuteropvang te stimuleren: de Peuter Beweegbox en het Peuter Beweegmaatje. De Peuter Beweegbox is uitgedeeld op 39 peuteropvang locaties in de Heuvelland gemeentes en Maastricht. Het Peuter Beweegmaatje is via deze locaties verspreid naar de ouders van de peuters.

Vraagstelling

Wat is precies onderzocht?

Dit onderzoek beantwoordt de volgende vragen:

- In hoeverre waarderen en gebruiken pedagogisch medewerkers de Peuter Beweegbox zoals bedoeld?
- In hoeverre waarderen en gebruiken ouders het Peuter Beweegmaatje zoals bedoeld?

Doel onderzoek

Het doel van dit onderzoek is om deze tools te evalueren zodat ze doorontwikkeld kunnen worden. Vervolgens kan de verspreiding van de tools ook verder opgeschaald worden in Zuid Limburg! Hiervoor is het belangrijk om te onderzoeken in hoeverre de tools nu gewaardeerd en gebruikt worden.

Peuter Beweegbox

De Peuter Beweegbox is een box met verschillende materialen om 24 beweeg oefeningen uit te voeren.

De Peuter Beweegbox is ontwikkeld om pedagogisch medewerkers te ondersteunen meer beweging te stimuleren gedurende de opvang bij peuters.



Peuter Beweegmaatje

Het Peuter Beweegmaatje is een leuke kleurrijke poster met 14 beweegoefeningen erop voor peuters om samen te doen met de ouders.

Het Peuter Beweegmaatje is ontwikkeld om ouders te ondersteunen meer beweging te stimuleren bij peuters.



Methode

Vragenlijsten

Via twee aparte vragenlijsten voor pedagogisch medewerkers en ouders bij 39 peuteropvang locaties in 6 Zuid-Limburgse gemeenten, is het gebruik van de tools onderzocht.

Werving

De vragenlijsten zijn gestuurd naar alle peuteropvang locaties die de Peuter Beweegbox ontvangen hebben. De pedagogische medewerkers van deze locaties zijn gevraagd om zowel het Peuter Beweegmaatje als de vragenlijst voor de ouders te verspreiden onder de ouders van kinderen in de leeftijd 2-4 jaar. De peuteropvang met de meeste respons (zowel van de pedagogische medewerkers als van de ouders) heeft een leuke prijs ontvangen.

Respons

In totaal hebben 72 pedagogische medewerkers van 25 verschillende locaties de vragenlijsten over de Peuter Beweegbox en 144 ouders de vragenlijst over het Peuter Beweegmaatje ingevuld.

Resultaten Peuter Beweegbox

Waardering

7,8	is het gemiddelde rapportcijfer van de pedagogische medewerkers voor de Peuter Beweegbox
89%	van de pedagogisch medewerkers zou de tool aanbevelen aan andere peuteropvang locaties
46%	van de pedagogisch medewerkers gaf aan dat ze een aantal verbeter suggesties voor de Peuter Beweegbox hadden
65%	van de pedagogisch medewerkers gaf aan geen behoefte te hebben aan meer tips om bewegen bij de peuters te stimuleren
21%	van de ouders gaf aan dat ze de Peuter Beweegbox kennen

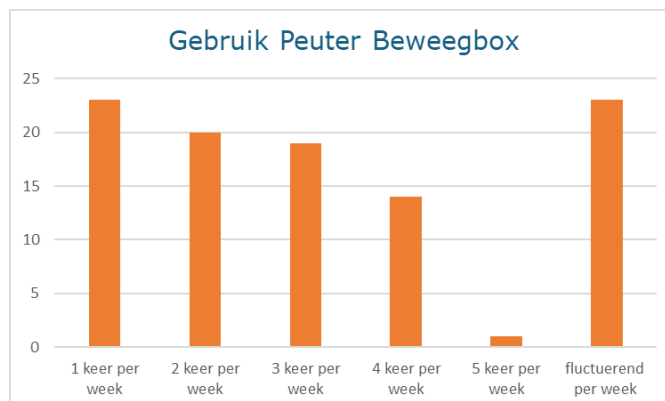
Het gebruik

In totaal gaf 34% van de pedagogisch medewerkers aan dat ze aanpassingen hebben gedaan aan de box.

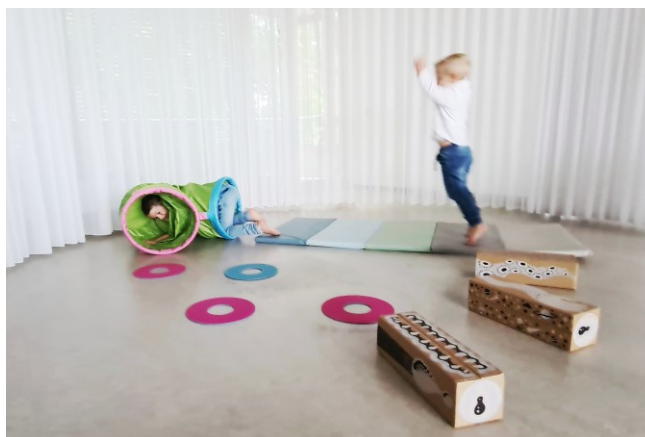
Per opvanglocatie verschilde het hoe vaak de box per week gebruikt werd (figuur1). Bijna de helft van de opvanglocaties gebruiken de Beweegbox 1 tot 2 maal per week.

Op de dagen dat de box gebruikt werd, was dat meestal (86%) maar één keer.

93% van pedagogisch medewerkers geeft aan dat ze meedoen met de oefeningen.



Figuur 1: aantal keren per week dat Peuter Beweegbox wordt ingezet door de opvanglocaties (%)



Resultaten Peuter Bewegmaatje

Waardering

7,7	is het gemiddelde rapportcijfer van de ouders voor de Peuter Bewegmaatje
89%	van de ouders zou de tool aanbevelen aan andere ouders
46%	van de ouders gaf aan meer inspiratie te willen om het bewegen bij hun peuter meer te stimuleren
80%	van de pedagogisch medewerkers gaf aan dat ze het Peuter Bewegmaatje kennen

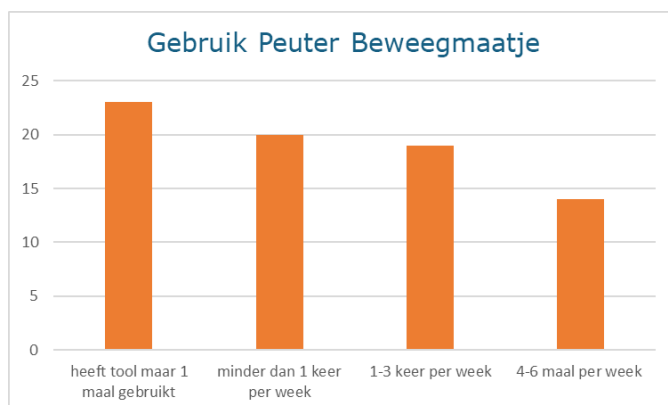
De ouders waren positief over het gebruik van het Peuter Bewegmaatje: de oefeningen zijn duidelijk omschreven, zijn leuk om samen met je kind te doen, geschikt voor peuters en het Peuter Bewegmaatje ziet er aantrekkelijk uit.

Het gebruik

Hoe vaak het peuter bewegmaatje werd gebruikt door de ouders varieert (figuur 2). De helft van de ouders gebruikt de tool meerdere keren.

46% van de ouders gaf aan dat hun peuter de oefeningen niet alleen doet. 22% van de ouders waren neutraal hierover.

In totaal gaf 78% van de ouders aan dat ze de tool niet gebruiken als een poster. Zelfs 89% gaf aan dat ze de tool niet gebruiken als een meetlint. Een aantal ouders geeft aan dat hun peuter hier al te groot voor is.



Figuur 2: aantal keren per week dat het Peuter Bewegmaatje gebruikt wordt door ouders (%)

Conclusie

Belangrijkste uitkomsten

De Peuter Bewegbox en het Peuter Bewegmaatje werden ruim voldoende gewaardeerd. Er zijn een aantal verbeteringen dat doorgevoerd kan worden om de tools te verbeteren. De tools worden merendeels niet elke dag gebruikt door de pedagogische medewerkers en ouders. Wel worden de tools gebruikt door de peuters samen met de pedagogische medewerkers en ouders.

Er zijn enkele beperkingen om rekening mee te houden wanneer de resultaten geïnterpreteerd worden. Door kwantitatief onderzoek was het niet mogelijk om uitgebreid iets te zeggen over de resultaten. Daarnaast is de kans op sociaal wenselijke antwoorden groot. Een andere beperking is dat de box niet random was verspreid. Hierdoor hebben mogelijk alleen opvanglocaties die al interesse hebben in het verbeteren van bewegen de box ontvangen. Dit alles kan een vertekend beeld schetsen van de resultaten.

De resultaten van deze studie bieden een goede basis om de tools te optimaliseren. De Peuter Bewegbox en het Peuter Bewegmaatje kunnen in heel Zuid-Limburg ingezet worden, waardoor meer peuters er plezier van hebben! Vervolgonderzoek is wenselijk om het effect op overgewicht te toetsen.



Aanbevelingen

Op basis van de resultaten kunnen de twee tools verder doorontwikkeld worden met de volgende aanbevelingen:

Verbeteringen Peuter Beweegbox

- De oefeningen vergemakkelijken of een moeilijkheidsgraad toevoegen
- Materialen van betere kwaliteit
- Meer materialen voor grotere groepen
- Het rad aanpassen
- Buitenmaterialen toevoegen
- Een grotere doos waar alle materialen inzitten

Verbeteringen Peuter Beweegmaatje

- De oefeningen vergemakkelijken of een moeilijkheidsgraad toevoegen
- Het meetlint aanpassen zodat het geschikt is voor peuterlengte
- Eenzijdig printen zodat het gebruikt kan worden als een poster

Colofon

Dit onderzoek is uitgevoerd door Kris Oostenbach, Masterstudente Health, Education and Promotion van de Universiteit Maastricht gedurende de periode april-juli 2021, onder begeleiding van Nickee Rutten en Fleur Verkade (GGD Zuid Limburg) en Jessica Gubbels (Universiteit Maastricht).

Meer info?

Deze factsheet is een samenvatting van de master thesis: Parents' and pedagogical staff members' perspective on two interventions to improve toddlers' physical activity in the ECEC- and home-setting'.

Kijk op:
www.ggdzl.nl of www.academischewerkplaatslimburg.nl
of schrijf naar academischewerkplaats@ggdzl.nl

Voor vragen kunt u contact opnemen met de afdeling Kennis en Innovatie van de GGD Zuid Limburg (088 - 8805000)

Heerlen, januari 2022