

# Bacheloropdracht Bestuurskunde

*“Onderzoek naar de effecten van de voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk op het bewegingsgedrag van individuele leerlingen”*



*Leon Stielstra  
S0212075  
Student Bestuurskunde*

*Begeleiders: prof.dr. S.A.H. Denters  
dr. P.J. Klok*

## Samenvatting

Deze bacheloropdracht is uitgevoerd om de effecten van de voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk op het bewegingsgedrag van individuele leerlingen te onderzoeken en kijkt naar de doelbereiking en effectiviteit van de voetbalcursus. Wegens een toenemend aantal kinderen met een ongezond eet- en leefpatroon en de interesse in maatschappelijke betrokkenheid zijn door de stichting FC Twente Scoren in de Wijk activiteiten opgezet om leerlingen bewust te maken van een gezond eet- en leefpatroon. De centrale onderzoeksvraag luidt: "Wat zijn de effecten van de voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk op het bewegingsgedrag van individuele leerlingen?"

Om de onderzoeksvraag te beantwoorden is een klassieke pretest-posttest research design zonder controlegroep opgezet en uitgevoerd. Hierbij hebben de deelnemende leerlingen vooraf drie en achteraf twee vragenlijsten ingevuld over kennis van gezond eten en bewegen, voedingsgedrag en bewegingsgedrag. De interventie is deelname aan de voetbalcursus. Er is sprake van een kwantitatief en kwalitatief onderzoek, waarbij de ingevulde vragenlijsten met behulp van statistische computersoftware geanalyseerd zal worden en een antwoord zullen geven op de gestelde centrale onderzoeksvraag. Bovendien is gesproken met een uitvoerder van de voetbalcursus zelf.

Om bewegingsgedrag te verklaren wordt gebruikt gemaakt van het ASE model. Het ASE model is een theoretisch model om gedrag te verklaren en geeft zicht op factoren die gedrag bepalen en kan verklaren waarom mensen zich op een bepaalde manier gedragen. Het gedrag van mensen is volgens het ASE model te voorspellen uit de intentie. De intentie wordt beïnvloed door drie gedragsdeterminanten: attitude (A), de sociale invloed (S) en eigen effectiviteit (E). Deze drie gedragsdeterminanten worden als verklarende factor gebruikt voor het eventuele verschil in bewegingsgedrag.

Eerst zijn de doelstellingen van FC Twente Scoren in de Wijk besproken en op welke manier de Stichting deze doelen graag wil bereiken. Vervolgens is gekeken naar verschillen in de manier (variëaties) waarop de voetbalcursus is gegeven op de geselecteerde locaties. Vervolgens is onderzocht of er een verandering in bewegingsgedrag is opgetreden bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voor de voetbalcursus en is de doelbereiking beoordeeld. Tenslotte is gekeken naar mogelijke verklarende factoren die deze eventuele verandering in bewegingsgedrag teweeg hebben gebracht, op het niveau van individuele leerlingen. Daarbij wordt gekeken naar het geslacht, de kennis van gezond bewegingsgedrag, de houding ten opzichte van voldoende beweging, het schoolklimaat en eventuele verschillen in de behandeling tussen scholen.

Er is geen verandering in bewegingsgedrag opgetreden bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voorafgaand aan de voetbalcursus. Het bevorderen van meer te bewegen is op basis van deze onderzoeksresultaten niet behaald. Vervolgens is naar de effectiviteit gekeken, de mate van doelbereiking te danken aan het betreffende beleid. Uit de resultaten bleek dat geen enkele van de geselecteerde factoren het verschil in bewegingsgedrag kunnen verklaren.

## **Voorwoord**

Dit eindrapport van de bacheloropdracht is geschreven naar aanleiding van de activiteiten uitgevoerd door de stichting FC Twente Scoren in de Wijk en in het bijzonder het afronden van de bacheloropleiding Bestuurskunde aan de Universiteit Twente. Tijdens het zoeken naar een geschikte bacheloropdracht kwam ik dit onderwerp tegen en het sprak mij aan de bacheloropdracht hier aan te wijden, onder meer omdat ik graag naar de sport voetbal mag kijken en zelf mag doen. Waar ik mij nog niet eerder in heb verdiept, is dat naast het voetbalveld ook tal van andere activiteiten plaatsvinden, op een maatschappelijke manier georganiseerd, waarbij de samenleving nauw betrokken is. Deze samenwerkingsverbanden tussen club en omgeving zijn tot nu toe nog niet vaak voorgekomen; echter, deze samenwerking is bijzonder succesvol te noemen.

Bij het uitvoeren en begeleiden van de bacheloropdracht FC Twente Scoren in de Wijk zijn verschillende personen behulpzaam geweest. Ten eerste zou ik graag de heren Klok en Denters willen bedanken voor de positieve samenwerking, de vrijgemaakte tijd en de verkregen feedback. Dit was van grote waarde voor een goed gevolg van het verdere uitvoeren van deze bacheloropdracht. Tevens zou ik graag de heer Ten Thijsen willen bedanken voor de medewerking aan het onderzoek. Zonder deze waardevolle informatie was het niet mogelijk geweest om antwoord te geven op de gestelde centrale onderzoeksvraag.

Enschede, 13 augustus 2012,

Leon Stielstra

## **Inhoudsopgave**

Inleiding	blz. 5
Onderzoeksvraag	blz. 7
Theoretisch kader	blz. 9
Onderzoeksopzet	blz. 18
Onderzoeksvraag 1	blz. 22
Onderzoeksvraag 2	blz. 25
Onderzoeksvraag 3	blz. 26
Onderzoeksvraag 4	blz. 30
Conclusie en aanbevelingen	blz. 34
Discussie	blz. 36
Literatuurlijst	blz. 37
Bijlagen	blz. 38

## Inleiding

Deze bacheloropdracht is geschreven naar aanleiding van de activiteiten uitgevoerd door Stichting FC Twente Scoren in de Wijk en in het bijzonder het probleem van het groeiend aantal kinderen met een ongezond eet- en leefpatroon. De Stichting FC Twente Scoren in de Wijk is in 2005 opgericht door FC Twente zelf en beoogt verschillende doelstellingen te bereiken. De stichting is opgericht vanuit de gedachte om ook belangrijk te zijn buiten het veld, namelijk om op een maatschappelijke manier betrokken te zijn bij de omgeving. Daarbij richt de stichting zich voornamelijk op speciaal geselecteerde wijken in de regio Hengelo en Enschede.

Het beleid dat de voetbalclub volgt, is gebaseerd op de volgende drie pijlers: Voetbal, Ambiance en Solidariteit (Scoren in de Wijk, 2005). Voetbal is hier de voornaamste bezigheid, het is zonder meer belangrijk dat in een goede ambiance te kunnen spelen en ten derde staat solidariteit voor aandacht voor elkaar en voor de omgeving. Om ook voor de maatschappij betekenis te kunnen verlenen is de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk opgericht, waarbij verschillende projecten zijn opgestart, ondermeer in de vorm van voetbalcursussen. Naar aanleiding van een groeiend aantal jongeren met een ongezond eet- en leefpatroon is FC Twente begonnen met het geven van voetbalcursussen. Uit eerder gedane onderzoeken van onder meer Hirasing (2001) is gebleken dat de BMI van leerlingen in 1997 in vergelijking met 1980 sterk was toegenomen, in het bijzonder op de basisschoolleeftijd en bij jongvolwassenen. De Nota Overgewicht 2008 vermeldt tevens dat overgewicht één van de leefstijlfactoren is die samenhangt met sociaaleconomische factoren. Het blijkt dat in het deel van de bevolking met overgewicht achterstandsgroepen relatief sterk vertegenwoordigd zijn, onder meer bij kinderen (Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, 2008).

Tevens is een toenemende invloed van televisie en videospellen waar te nemen op het bewegingsgedrag van jongeren. Volgens Proctor et al (2003) kan geconcludeerd worden dat kinderen die tijdens hun kindertijd veel televisie keken, een grotere toename in lichaamsvet hadden dan leerlingen die dat minder deden. Gezonde leefstijl onderwijs en training zou ontwikkeld en toegepast moeten worden om overgewicht tegen te gaan en de televisiegewoonten van leerlingen te veranderen (Proctor et al, 2003).

In de Wijken Berflo Es, Hengelose Es, Wilderinkshoek (Gemeente Hengelo) en Tweekelerveld (Gemeente Enschede) zijn en worden voetbalcursussen georganiseerd door de stichting waarbij aandacht is voor voetballessen, sociale discipline en een gezonde voeding. Om het bovenstaande probleem tegen te gaan, probeert de stichting de leerlingen bewust te maken van een gezonde leefstijl door kennisoverdracht plaats te laten vinden. Door deze kennisoverdracht wordt getracht het gedrag van de deelnemers te veranderen, waardoor zij uiteindelijk meer zullen bewegen en gezonder zullen eten. Om te kijken of en hoe de voetbalcursus aanslaat, is het van belang om een evaluatieonderzoek te houden en tevens te kijken naar mogelijkheden om aanpassingen te maken aan het gevoerde beleid om nog beter resultaat te behalen. In deze bacheloropdracht zal worden gekeken naar de effecten van de voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk op het bewegingsgedrag van de individuele leerlingen. Er is sprake van een ex-post evaluatie, waarbij na afloop van de uitvoering van de voetbalcursus de verkregen resultaten zullen worden geanalyseerd.

Vanuit de gedachte om maatschappelijk betrokken te zijn en het toegenomen percentage aantal jongeren met een ongezond leef- en eetpatroon is besloten om voetbalcursussen te geven in verschillende wijken in Enschede en Hengelo. Op zowel sociaal als wetenschappelijk gebied is dit onderzoek relevant, omdat dit een niet onbelangrijk maatschappelijk probleem is waar iets tegen gedaan moet worden en het biedt inzichten in hoe de cursus ingericht moet worden om de deelnemende leerlingen op de juiste wijze hier bewust van te laten worden, zodat zij gezonder zullen eten en meer gaan bewegen. Tevens wil de stichting graag weten wat er verbeterd kan worden en of zij op de goede weg zitten. Wetenschappelijk gezien levert het een beeld op individueel niveau, waar eerdere studies vooral op het geaggregeerde niveau gericht waren. Tevens is in 2011 voor het eerst officieel gewerkt met gestandaardiseerde vragenlijsten, die deelnemende leerlingen zowel vooraf als achteraf moesten invullen, over zowel voedingsgedrag als bewegingsgedrag. Deze vragenlijsten dienen voor de bacheloropdracht als voornaamste gegevensbestand om een antwoord te kunnen geven op de gestelde onderzoeksvraag en deze bacheloropdracht bekijkt tevens of deze methode naar behoren werkt.

## Onderzoeksvraag

Afgeleid uit de bacheloropdracht en de inleiding is een hoofdvraag opgesteld die betrekking heeft op het effect van de voetbalcursus, die in 2011 is uitgevoerd in Enschede en Hengelo, op het gebied van bewegingsgedrag van de individuele leerlingen uit de verschillende wijken in Hengelo en Enschede. De centrale onderzoeksvraag luidt:

***“Wat zijn de effecten van de voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk op het bewegingsgedrag van de individuele leerlingen”?***

Om de onderzoeksvraag te kunnen beantwoorden is het van belang om te weten wat het bewegingsgedrag was van leerlingen bij aanvang van de cursus en hun bewegingsgedrag na afloop van de cursus. De ingevulde vragenlijsten zowel vooraf als achteraf meten het bewegingsgedrag. Door deze vragenlijsten met elkaar te vergelijken en te analyseren kan opgemaakt worden in hoeverre het bewegingsgedrag veranderd is, al dan niet dankzij de voetbalcursus.

Het onderzoek zal zowel een beschrijvend als een verklarend karakter bezitten, omdat beschrijvende en verklarende onderzoeksvragen zijn opgesteld. Deze bacheloropdracht is te kwalificeren als een evaluatieonderzoek en dat is de kern van dit onderzoek. Er is sprake van een ex-post evaluatie. Ex-post evaluaties stellen achteraf de netto-effecten van beleid vast door middel van beleidsdoorlichting en een effectenonderzoek. De evaluatie vindt dus plaats na de uitvoering. Beleidsdoorlichting is een evaluatie van beleid op het niveau van algemene of operationele doelstellingen. Effectenonderzoek is een systematische analyse naar de doeltreffendheid en de doelmatigheid van het beleid (Schwarte, 2010). Effectenonderzoek heeft meestal een sterk kwantitatief karakter en dit onderzoek richt zich voornamelijk op kwantitatieve data, namelijk de vragenlijsten die door de leerlingen zijn ingevuld. Er zal worden gekeken naar de doelbereiking: het bereiken van de doelen van het reeds uitgevoerde beleid van de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk. Daarover zal deelvraag 3 gaan, of de gestelde doelstellingen behaald zijn. Vervolgens zal gekeken worden naar de beleidseffectiviteit: het bereiken van de opgestelde doelen dankzij de al dan niet ingezette instrumenten, de voetbalcursus zelf. Met andere woorden: de mate van doelbereiking voor zover deze aan het betreffende beleid is te danken (Bressers & Hoogerwerff, 1991). De effectiviteit zal beoordeeld worden aan de hand van deelvraag 4, factoren die het eventuele verschil in bewegingsgedrag kunnen verklaren.

Daaruit rijst de vraag welke factoren het verschil in bewegingsgedrag kunnen verklaren. Daarbij wordt onder meer gekeken naar de kenmerken van het kind, kenmerken van de klas, school en wijk, kenmerken van diegenen die de voetbalcursus hebben verzorgd en eventueel verschillen in de varianten van de cursus die op verschillende plaatsen zijn verzorgd. Er zal worden gekeken naar verschillen in behandeling tussen scholen. Deze verschillen hebben te maken met het beleid en hiermee kan de beleidseffectiviteit beoordeeld worden.

Er wordt een onderscheid gemaakt tussen persoonskenmerken en omgevingskenmerken. Het ASE model heeft betrekking op deze omgevings- en persoonskenmerken en wordt een koppeling gemaakt tussen onderzoeksvraag en theoretisch kader. Hierbij zijn volgende persoonskenmerken geselecteerd: de houding ten opzichte van gezond bewegingsgedrag,

geslacht, kennis van gezond bewegingsgedrag en schoolklimaat wordt toegepast als omgevingsfactor. Er is voor geslacht als verklarende factor gekozen omdat dit mogelijk van invloed kan zijn op het veranderende bewegingsgedrag. De veronderstelling is dat jongens van nature meer interesse voor voetbal en indirect voor FC Twente zullen hebben dan meisjes dat hebben, omdat voetbal voornamelijk de interesse van jongens aanspreekt. Daarmee zou het kunnen zijn dat zijn een groter verschil in bewegingsgedrag kunnen vertonen. Om te kijken of dit daadwerkelijk zo is, wordt deze verklarende factor meegenomen en onderzocht.

Tevens is het van belang om de achterliggende beweegredenen en ideeën van de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk te onderzoeken. Er moet worden gekeken naar de doelstellingen van de stichting en met welke middelen zij deze doelstellingen hoopt te bereiken, om de leerlingen een verandering in hun bewegingsgedrag te laten bewerkstelligen en om tevens de doelbereiking en de effectiviteit te onderzoeken. Door de doelstellingen te vergelijken met de manier waarop de cursus is gegeven kan uitspraken gedaan worden over doelbereiking en effectiviteit. Naar aanleiding van de centrale onderzoeksvraag zijn de volgende deelvragen opgesteld:

*Deelvraag 1: Wat zijn de doelstellingen van de stichting FC Twente Scoren in de Wijk en op welke manier probeert men deze te bereiken?*

*Deelvraag 2: Zijn er verschillen (variëaties) in de manier waarop de voetbalcursus is gegeven op de geselecteerde locaties?*

*Deelvraag 3: Is er een verandering in bewegingsgedrag opgetreden bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voor de voetbalcursus?*

*Deelvraag 4: Verklaren persoonskenmerken (geslacht, kennis, houding) en omgevingskenmerken (schoolklimaat, de manier waarop de cursus is gegeven) de eventuele verandering in bewegingsgedrag?*

Door de hoofdvraag op te splitsen in kleinere deelvragen wordt getracht een zo volledig en adequaat mogelijk antwoord te geven op de verklarende hoofdvraag. Per deelvraag zal een antwoord geformuleerd worden om uiteindelijk in de conclusie algemeen antwoord te geven op de gestelde onderzoeksvraag.



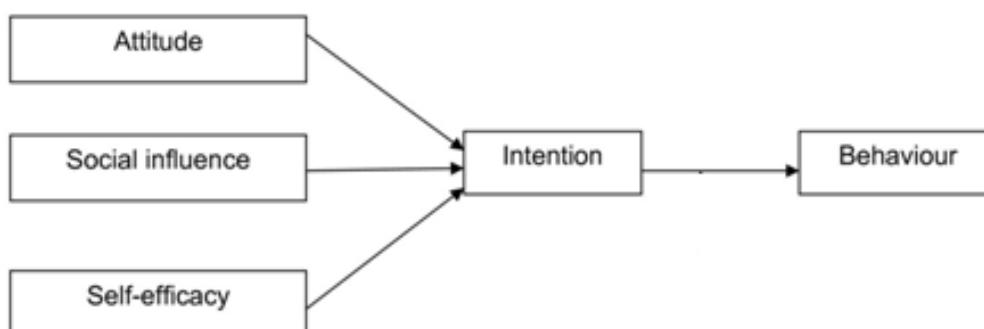
## Theoretisch kader

Om het probleem van een ongezond eetpatroon en leefstijl tegen te gaan, probeert de stichting de leerlingen bewust te maken van een gezonde leefstijl door kennisoverdracht plaats te laten vinden. Door deze kennisoverdracht wordt getracht het bewegingsgedrag van de deelnemers te veranderen, waardoor zij uiteindelijk meer zullen bewegen en gezonder zullen eten. De intentie van de voetbalcursus FC Twente is om leerlingen het een en ander over gezond bewegingsgedrag over te brengen. Om te onderzoeken of en hoe cursus bijdraagt aan de beoogde gedragsveranderingen gebruiken we het ASE model.

Het ASE model is een model om gedragsdeterminanten te identificeren en om gedrag te kunnen verklaren. Het ASE model biedt inzichten waar de knelpunten voor verandering precies zitten bij een bepaalde doelgroep, in dit geval zijn dit de deelnemende leerlingen. Soms is een doelgroep niet overtuigd van de voordelen van het gedrag. Dan moet een interventie de voordelen van het gewenste gedrag benadrukken. Soms weet een doelgroep niet hoe ze om moeten gaan met problemen die kunnen optreden als ze het nieuwe gedrag willen vertonen. Dan zal de interventie in moeten gaan op hoe je het probleem kunt oplossen en de zogenaamde gedragsdeterminanten moeten aandacht krijgen in een interventie.

Het ASE model is een model om gedrag te verklaren en geeft zicht op factoren die gedrag bepalen en redenen waarom mensen zich op een bepaalde manier gedragen. Het ASE model is gebaseerd op eerdere studies ontwikkeld bij elkaar gebrachte theorie van gepland gedrag (Theory of planned behavior) die een verdere uitwerking is van het model van beredeneerd gedrag van Ajzen en Fishbein (1980) en de sociaalleren theorie van Bandura (1986). Het ASE model is ontwikkeld door De Vries et al (1988).

Het gedrag van mensen is volgens het ASE model te voorspellen uit de intentie. De intentie wordt beïnvloed door drie gedragsdeterminanten: attitude (A), de sociale invloed (S) en de eigen effectiviteit (E). Zie de onderstaande figuur:



Uit bovenstaand ASE model blijkt dat attitude, sociale invloedsverwachtingen en eigen-effectiviteitsverwachtingen de motivatie, ook wel intentie genoemd, beïnvloeden. Uit de intentie kan vervolgens het uiteindelijke gedrag eventueel worden verklaard.

## *Verklarende factoren*

Uit de centrale onderzoeksvraag en de deelvragen afgeleid zijn de volgende factoren geselecteerd die het eventuele verschil in bewegingsgedrag al dan niet verklaren. Hierbij gaat het om de houding, het schoolklimaat, de kennis en het geslacht. Er wordt een koppeling gemaakt tussen onderzoeksvraag en het ASE model. Deze verklarende factoren zijn van belang voor deelvraag 4 en dit zijn de onafhankelijke variabelen.

### *Attitude*

Attitude verwijst naar de persoonlijke houding die men heeft over gedrag, de evaluatie van het gedrag en de consequenties van dit gedrag. Dit is de eerste gedragsdeterminant en dit wordt ook wel een persoonskenmerk genoemd, bovendien dient dit als verklarende factor voor het eventueel veranderende bewegingsgedrag. Hierbij wordt een koppeling gemaakt tussen theoretisch kader en de ingevulde vragenlijsten, omdat de houding iets zegt over hoe de leerlingen aankijken tegen voldoende bewegen.

Verondersteld wordt dat er een positieve lineaire relatie bestaat tussen het belang voldoende te bewegen en de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hoe groter het belang voldoende te bewegen, hoe groter de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hierbij zijn de volgende hypothesen opgesteld:

$H_0$ : Er is geen positieve samenhang/relatie tussen het belang voldoende te bewegen en de verandering in bewegingsgedrag.

$H_a$ : Er is wel een positieve samenhang/relatie tussen het belang voldoende te bewegen en de verandering in bewegingsgedrag.

Vraag 5 en 6 van de vragenlijst gaan over de houding ten opzichte van gezonde voeding respectievelijk voldoende beweging. Omdat bewegingsgedrag onderzocht wordt, is hier vraag 5 van de vragenlijst van toepassing. Deze vragenlijsten zijn tevens in de bijlage opgenomen, zie hiervoor bijlage 1, vraag 5. Deze vraag luidt als volgt: "*Hoe belangrijk vind je het dat je voldoende beweegt?*" Daarbij zijn de volgende antwoordmogelijkheden: *niet belangrijk, een beetje belangrijk, belangrijk of erg belangrijk* (bijlage 1). Met behulp van SPSS zijn aan deze antwoordmogelijkheden waarden toegekend, van 0 tot 3 waarbij 0 *niet belangrijk* is, 1 is *een beetje belangrijk*, 2 is *belangrijk* en 3 is *erg belangrijk*. Hoe hoger de waarde, hoe meer belang de leerlingen hechten aan voldoende beweging. Op deze manier kan onderzocht worden in hoeverre kinderen het belangrijk vinden dat zij voldoende bewegen.

### *Sociale Invloed*

Met sociale invloed wordt bedoeld welke personen invloed van buitenaf kunnen uitoefenen op de intentie van een persoon, in dit geval de invloed van het belang van voldoende beweging van de klasgenoten: het beweeggedrag in de klas. Dit is de tweede gedragsdeterminant en dient als verklarende factor voor het eventueel veranderende bewegingsgedrag. Ook hier wordt een koppeling gemaakt tussen theoretisch kader en de ingevulde vragenlijsten. Bij deze gedragsdeterminant wordt het bewegingsklimaat

respectievelijk het voedingsklimaat van de school als verklarende factor gebruikt voor het eventuele verschil in bewegingsgedrag en dit is een omgevingskenmerk. Het is hier vooral van belang dat het om het bewegingsklimaat in de betreffende klas van de basisschool gaat. Verondersteld wordt een positieve lineaire relatie tussen het bewegingsklimaat op school en de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hoe groter het gemiddelde bewegingsklimaat in de klas op school, hoe groter de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hierbij zijn de volgende hypothesen opgesteld:

$H_0$ : Er is geen positieve samenhang/relatie tussen het gemiddelde bewegingsklimaat en de verandering in bewegingsgedrag.

$H_a$ : Er is wel een positieve samenhang/relatie tussen het gemiddelde bewegingsklimaat en de verandering in bewegingsgedrag.

Het bewegingsklimaat is opgebouwd uit vraag 5: "*Hoe belangrijk vind je het dat je voldoende beweegt?*" (bijlage 1, vraag 5). Voor deze vraag wordt het gemiddelde belang van voldoende beweging per basisschool berekend en gebruikt als het gemiddelde bewegingsklimaat per basisschool. Daartoe is een nieuwe variabele gemaakt, waarbij eerst het gemiddelde belang van voldoende beweging per basisschool is berekend. Vervolgens is deze waarde meegenomen in de nieuwe variabele. Uiteindelijk is een variabele geconstrueerd voor de acht basisscholen met de acht gemiddelde waarden van het belang van voldoende beweging in de klas per basisschool. Dit wordt het bewegingsklimaat in de klas op basisschool genoemd. Op deze manier kan worden onderzocht in hoeverre het in de klas op school leeft of de kinderen het belangrijk vinden om voldoende te bewegen.

### *Eigen effectiviteit*

Tenslotte wordt de gedragsdeterminant eigen effectiviteit genoemd. Hierbij gaat het om de vraag of het mogelijk is voor de leerlingen om volgens een gezond leef- en eetpatroon te leven en in hoeverre zij dit zelf verwachten te kunnen doen. Een belangrijk aspect hiervan is kennis (Vesentini & Cuyvers, 2003). Dit is de derde en laatste gedragsdeterminant en dit is tevens een persoonskenmerk. Ook bij deze gedragsdeterminant wordt een koppeling gemaakt tussen theoretisch kader en de ingevulde vragenlijsten.

Verondersteld wordt een positieve lineaire relatie tussen kennis over gezond bewegingsgedrag en de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hoe hoger de score van kennis over gezond bewegingsgedrag, hoe groter de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hierbij zijn de volgende hypothesen opgesteld:

$H_0$ : Er is geen positieve samenhang/relatie tussen kennis over gezond bewegingsgedrag en de verandering in bewegingsgedrag.

$H_a$ : Er is wel een positieve samenhang/relatie tussen kennis over gezond bewegingsgedrag en de verandering in bewegingsgedrag.

Omdat hier sprake is van kennis over gezond bewegingsgedrag, is hier vraag 4 van de vragenlijst van toepassing (bijlage 1, vraag 4). Deze vraag bevat meerdere stellingen over gezond bewegingsgedrag en gezond voedingsgedrag. Op een schaal van 1 (ongezond) tot 7 (gezond) hebben de leerlingen aan kunnen geven in hoeverre een activiteit daadwerkelijk

gezond of ongezond is. Op deze manier wordt de kennis van gezond bewegingsgedrag en voedingsgedrag getoetst. Omdat bij deze vraag zowel kennis getoetst wordt over zowel gezond voedingsgedrag als gezond bewegingsgedrag, is het noodzakelijk alleen die vragen te selecteren die relevant zijn voor het onderzoeken van de kennis over gezond bewegingsgedrag. Om die reden zijn de volgende items geselecteerd: *een half uur per dag flink bewegen (bijvoorbeeld lopen, fietsen, of sporten), elke dag twee uur buiten spelen en elke dag vier uur TV kijken*. De andere vragen gaan over gezond voedingsgedrag.

Van deze items is een schaal geconstrueerd en hierbij betekent een hoge score veel kennis over gezond bewegingsgedrag en een lage score weinig kennis over gezond bewegingsgedrag. Dat betekent dat als leerlingen veel kennis hebben over gezond bewegingsgedrag, een 1 (gezond) zullen invullen bij *een half uur per dag flink bewegen*, een 1 (gezond) zullen invullen bij *elke dag twee uur buiten spelen* en een 7 (ongezond) zullen invullen bij *elke dag vier uur TV kijken*. Daarmee tonen de leerlingen aan dat zij over adequate kennis beschikken over gezond bewegingsgedrag. Om een juiste schaal te construeren, is het van belang dat zij in de goede richting staan. Daarom zullen de items *een half uur per dag flink bewegen* en *elke dag twee uur buiten spelen* gehercodeerd (Recode into different variable) moeten worden, zodat zij passen in de nieuw geconstrueerde schaal waarbij een hoge score veel kennis over gezond bewegingsgedrag betekent en een lage score weinig kennis over gezond bewegingsgedrag betekent. Deze items zullen gecombineerd worden tot een schaal, genoemd kennisbewegingschaal.

Om te onderzoeken of de bovengenoemde items een schaal zouden mogen vormen, gebruiken we Cronbach's Alfa. Dit is een optie in SPSS waarmee de betrouwbaarheid van de schaal kan worden gecontroleerd (Reliability Analysis). Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) geeft aan in hoeverre de geselecteerde items het bovengenoemde concept over kennis van gezond bewegingsgedrag hetzelfde meten, door te berekenen of de antwoorden van de leerlingen op deze items consistent zijn. De Alfa  $\alpha$  ligt tussen de 0 en 1. Met de functie "Cronbach's alpha if item deleted" kan worden gekeken of een item weggelaten kan worden om zo een hogere  $\alpha$  te verkrijgen. Een hoge waarde  $\alpha$  betekent een schaal van hoge betrouwbaarheid. De volgende resultaten worden verkregen:

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,493	,504	3

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
een half uur per dag flink bewegen	6,1408	1,33843	213
elke dag twee uur buiten spelen	6,2582	1,21080	213
elke dag vier uur tv kijken	6,0516	1,57281	213

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
een half uur per dag flink bewegen	12,3099	5,054	,282	,090	,441
elke dag twee uur buiten spelen	12,1925	5,062	,370	,137	,315
elke dag vier uur tv kijken	12,3991	4,156	,298	,098	,432

Zoals hierboven kan worden geconcludeerd, is de Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) 0,493 met de drie geselecteerde items. De items zijn allemaal in de goede richting gecodeerd. Tevens kan worden geconcludeerd dat de Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) niet hoger kan worden, door één item uit de schaal te verwijderen. Op dit moment is de hoogst mogelijke betrouwbaarheid voor deze schaal bereikt met de drie geselecteerde items. Opgemerkt moet worden dat er niet kan worden voldaan aan de vuistregel dat de Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) hoger dan 0,70 moet zijn om als betrouwbare schaal als zodanig te worden gezien.

### *Geslacht*

Als verklarende factor wordt geslacht gebruikt. Zoals eerder naar voren is gekomen, kan geslacht een belangrijke verklarende factor zijn in het eventuele verschil in bewegingsgedrag. Ik veronderstel dat jongens van nature meer interesse voor voetbal en FC Twente zullen hebben dan meisjes. De invloed van het geslacht op de effecten van de voetbalcursus zou hierdoor kunnen verschillen op grond van geslacht. Jongens zouden misschien wel een groter verschil in bewegingsgedrag kunnen vertonen dan meisjes na afloop van de voetbalcursus. Om te kijken of dit daadwerkelijk zo is, wordt deze verklarende factor meegenomen en onderzocht. Verondersteld wordt een positieve relatie tussen geslacht en de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Jongens zullen grotere verandering in bewegingsgedrag bewerkstelligen dan meisjes. Hierbij zijn de volgende hypothesen opgesteld:

$H_0$ : Er is geen positieve samenhang/relatie tussen geslacht en de verandering in bewegingsgedrag.

$H_a$ : Er is wel een positieve samenhang/relatie tussen geslacht en de verandering in bewegingsgedrag.

De leerlingen moesten bij het invullen van de vragenlijsten ook aangeven of ze een jongen of een meisje waren. Op basis van ingevulde antwoorden op deze vraag zal worden gekeken of geslacht daadwerkelijk van invloed is op het veranderende bewegingsgedrag. De vraag over geslacht is vraag 1 van de vragenlijst. De waarde 1 betekent een meisje, de waarde 2 betekent in dit geval een jongen.

### *De te verklaren factor*

Hierboven zijn de verklarende factoren besproken. Om het beeld compleet te maken, zal ook de te verklaren factor besproken worden: het verschil in bewegingsgedrag. De onafhankelijke variabelen zijn: attitude, sociale invloed, eigen effectiviteit en geslacht. De afhankelijke variabele is het verschil in bewegingsgedrag en zal nu worden besproken.

Het meetbaar maken van een gemiddelde voormeting van bewegingsgedrag en een gemiddelde nameting van bewegingsgedrag heeft plaatsgevonden met behulp van het construeren van een schaal. In de twee vragenlijsten die als voormeting dienen, zijn vragen gesteld over bepaalde activiteiten die de leerlingen gisteren respectievelijk eergisteren gedaan hebben. Zoals eerder is besproken, zijn twee vragenlijsten met vragen over bewegingsgedrag voorafgaand aan de voetbalcursus ingevuld en twee vragenlijsten na afloop van de voetbalcursus. Voor het beantwoorden van deze deelvraag is voornamelijk vraag 5 van de vragenlijst van belang (bijlage 2 en 3). Deze vraag luidt als volgt: *Hoeveel tijd heb je gisteren de volgende dingen gedaan? Daarbij moesten de leerlingen de volgende activiteiten beoordelen: fietsen, gewoon lopen, sporten, TV of video kijken, computeren en buiten spelen.* De leerlingen konden als volgt antwoorden: *helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer 1 uur, ongeveer 2 uur of 3 uur of meer.*

Van deze items is een schaal geconstrueerd en hierbij betekent een hoge score een hoge mate van gezond bewegingsgedrag en een lage score een lage mate van gezond bewegingsgedrag. Dat betekent dat als leerlingen een hoge mate van gezond bewegingsgedrag scoren, een 4 zullen invullen bij *3 uur of meer*, een 3 zullen invullen bij *ongeveer 2 uur*, een 2 zullen invullen bij *ongeveer 1 uur*, een 1 zullen invullen bij *minder dan een half uur* en een 0 zullen invullen bij *helemaal niet gedaan*. Als leerlingen een hoge mate van gezond beweeggedrag hebben, zal dit blijken uit het feit dat zij veel *fietsen, gewoon lopen, sporten* en *buiten spelen* en weinig *TV of video kijken* en *computeren*. Om een juiste schaal te construeren, is het van belang dat zij in de goede richting staan. Daarom zullen *TV of video kijken* en *computeren* gehercodeerd moeten worden, zodat zij op een juiste manier bijdragen aan de nieuw te construeren schaal waarbij een hoge score een hoge mate van gezond bewegingsgedrag betekent en een lage score een lage mate van gezond bewegingsgedrag betekent. Van de vier dagen voorafgaand aan de voetbalcursus zal vraag 5 van elke dag samen worden genomen (gemiddeld) tot één schaal. Hetzelfde gebeurt met vraag 5 van de vier dagen na afloop van de voetbalcursus. Op deze manier worden twee dezelfde schalen geconstrueerd, met waarden van 0 tot en met 4, waarbij zij met elkaar kunnen worden vergeleken en om te onderzoeken of er een eventuele verandering in bewegingsgedrag plaats heeft gevonden. De ene schaal betreft de gemiddelde voormeting van bewegingsgedrag, de andere schaal betreft de gemiddelde nameting van bewegingsgedrag, na afloop van de voetbalcursus.

Zoals eerder is besproken, is de Chronbach's Alfa een belangrijke maat voor de betrouwbaarheid van een schaal. Voor zowel de te construeren schaal over de gemiddelde voormeting bewegingsgedrag en de schaal gemiddelde nameting bewegingsgedrag is een Reliability Analysis uitgevoerd met behulp van SPSS. Het uiteindelijke doel is om 1 variabele te construeren die de gemiddelde voormeting van bewegingsgedrag per leerling weergeeft

en tevens 1 variabele te construeren die de gemiddelde nameting van bewegingsgedrag per leerling weergeeft. Gemiddelde voormeting bewegingsgedrag:

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,609	,600	6

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
gemiddelde voormeting vraag 5a	10,7921	8,264	,303	,236	,581
gemiddelde voormeting vraag 5b	10,6883	7,093	,440	,282	,525
gemiddelde voormeting vraag 5c	10,5853	6,349	,490	,363	,494
gemiddelde voormeting vraag 5d	9,6529	8,282	,170	,237	,629
gemiddelde voormeting vraag 5e	9,1454	8,250	,169	,237	,630
gemiddelde voormeting vraag 5f	9,8986	6,247	,502	,371	,487

Gemiddelde nameting bewegingsgedrag:

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,593	,582	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
gemiddelde nameting vraag 5a	10,6984	9,133	,295	,201	,563
gemiddelde nameting vraag 5b	10,3123	8,551	,313	,168	,554
gemiddelde nameting vraag 5c	10,4206	7,395	,432	,278	,499
gemiddelde nameting vraag 5d	9,4028	9,285	,183	,231	,602
gemiddelde nameting vraag 5e	9,0623	8,619	,268	,239	,573
gemiddelde nameting vraag 5f	9,6948	6,740	,479	,349	,470

Zoals uit de bovenstaande grafieken kan worden afgeleid, heeft de gemiddelde voormeting bewegingsgedrag een Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) van 0,609 en de gemiddelde nameting bewegingsgedrag een Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) van 0,593. Tevens kan worden afgeleid dat voor beide te construeren schalen de Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) verhoogd kan worden door bepaalde items uit de schaal te laten. Voor dit onderzoek is echter besloten om geen items uit beide schalen te verwijderen. Dat is gebeurd op basis van de nu al vrij hoge Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) voor beide schalen en bovendien om de verschillende aspecten van het concept bewegingsgedrag intact te laten. Bewegingsgedrag kent verschillende aspecten van beweging en dat betekent dat het een multidimensionale variabele is. Daarom is er voor gekozen om geen aspecten te verwijderen uit de schaal en wordt bewegingsgedrag op deze manier zo volledig mogelijk gemeten. Als er wel aspecten worden weggelaten, zouden de activiteiten 5D en 5E verwijderd worden uit de schaal op basis van de toenemende Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ), maar daardoor verliest de variabele waardevolle aspecten van het concept bewegingsgedrag.

### *Drie gedragsdeterminanten*

Attitude, sociale invloed en eigen effectiviteit zijn niet volledig onafhankelijk van elkaar te zien. Volgens Vesentini & Cuyvers (2003) zijn de drie determinanten cognities over consequenties van het gedrag voor de persoon (Attitude), over de belonende waarde van het gedrag voor anderen (de sociale consequenties), en de benodigde vaardigheden die de persoon moet hebben om het gedrag te kunnen realiseren. Om het gedrag te veranderen dient dus aan een aantal noodzakelijke voorwaarden te worden voldaan. De gedragsdeterminanten Attitude, Social influence en Self-efficacy zullen allemaal positief moeten staan ten opzichte van een gezond eet- en leefpatroon. Dat wil echter niet zeggen dat iemand daadwerkelijk het veranderde gedrag uit zal voeren. Het mogelijke genoemde interactie-effect zal niet getoetst worden.



Het bewegingsgedrag is hierbij de afhankelijke variabele, de voetbalcursus zelf is de onafhankelijke variabele. De voetbalcursus zelf is in zekere zin niet te definiëren als een variabele op zichzelf, maar dankzij het onderzoek doen naar de verschillen in de manier waarop de voetbalcursus is gegeven is hierin variatie waar te nemen en kan dienen als onafhankelijke variabele. Zoals eerder is gemeld, wordt een onderscheid gemaakt tussen persoonskenmerken en omgevingskenmerken als verklarende factoren voor het verschil in bewegingsgedrag. De attitude en eigen effectiviteit zijn persoonskenmerken van de leerlingen. Daarbij maken attitude en eigen effectiviteit ook deel uit van het bovenstaande ASE model. Vragen over attitude en eigen effectiviteit van de leerlingen maken deel uit van de ingevulde vragenlijsten, waarbij vragen zijn gesteld over hoe gezond of ongezond iemand bepaalde bewegings- of voedingsactiviteiten vindt en wat het belang is van voldoende bewegen en gezond eten.

Het is zaak om de leerlingen op een juiste manier bewust te laten worden van het probleem van een ongezond eet- en leefpatroon, zolang zij dit niet inzien, is het onmogelijk het bewegingsgedrag van de deelnemende leerlingen te veranderen. Daar wordt ook tijdens de voetbalcursus veel aandacht aan besteedt. Het uiteindelijke doel is om de leerlingen hun bewegingsgedrag te laten aanpassen, aangeduid in het ASE model met Behaviour. Om leerlingen daadwerkelijk meer te laten bewegen, is er meer nodig dan ze alleen maar meer te laten bewegen. Bovendien dienen voornamelijk de kennis van een gezonde leefstijl en mogelijkheden van de leerlingen adequaat te zijn. We kunnen concluderen dat het ASE model geschikt is om te verklaren waarom mensen zich op een bepaalde manier gedragen en waar ingegrepen kan worden om gedrag te veranderen. Aangezien de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk de leerlingen de kennis en houding wil veranderen, biedt het ASE model mogelijkheden om inzicht te krijgen hoe die verandering plaats vindt en wat er voor nodig is om het te veranderen.

## Onderzoeksopzet

De leerlingen van de deelnemende basisscholen uit de groepen 7 en 8 hebben deelgenomen aan de zogenaamde voetbalcursus, georganiseerd door de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk. Daarbij is naast lichamelijke aandacht in de vorm van voetballessen, ook aandacht voor gezonde voeding en sociale discipline. Niet alleen medewerkers van de stichting hebben les gegeven, maar ook trainers van de voetbalacademie FC Twente hebben hieraan bijgedragen. De leerlingen zullen spelenderwijs werken aan hun conditie, waarbij de hoofdvoorwaarde is dat het leuk is om dit te doen en waarbij ze meer bewust worden gemaakt van een gezonde leefstijl in de hoop dat zij hun gedrag daarop aanpassen en daar in de toekomst op een juiste manier mee verdergaan.

De onderzoeksopzet die voor dit onderzoek gebruikt wordt en al reeds heeft plaatsgevonden, is een zogenaamde klassieke pretest-posttest research design zonder controlegroep (Shadish, Cook & Campbell, 2002). Dit is een quasi-experimenteel design. Hierbij is sprake van een enkelvoudige voor- en nameting O met een bepaalde interventie X. De acht scholen die deel hebben genomen aan de voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk zijn geselecteerd door de stichting zelf, in samenspraak met een aantal andere partijen; er is sprake van non-random assignment.

In de praktijk zijn de deelnemende leerlingen meerdere keren voor en na de manipulatie getest en dat komt doordat de stichting de deelnemende leerlingen vijf vragenlijsten heeft laten invullen voorafgaand en na afloop van de voetbalcursus. De eerste drie vragenlijsten zijn van tevoren ingevuld, de laatste twee na afloop van de voetbalcursus. In dit geval zijn de ingevulde vragenlijsten de metingen O en de voetbalcursus zelf is de interventie X. Echter voor dit onderzoek, zijn de voor- en nametingen samen genomen (gemiddeld), waardoor een enkelvoudige voor- en nameting ontstaat op het gebied van bewegingsgedrag. Via deze methode is het mogelijk het verschil in bewegingsgedrag te kunnen onderzoeken. De genoemde factoren zitten in het databestand, de ingevulde vragenlijsten bevatten vragen over persoonskenmerken en omgevingskenmerken. De onderstaande afbeelding laat de onderzoeksopzet zien, tezamen met voor- en nameting zien en wat de plek van de voetbalcursus daarin is:

NR O X O

Uit de illustratie komt naar voren dat hier gewerkt is met 1 voormeting en 1 nameting. Op deze manier kan de nameting met de voormeting worden vergeleken. De voetbalcursus zelf is de interventie en deze is afgebeeld met X. De letters NR staan voor non random assignment. Daarmee wordt aangegeven dat de leerlingen vooraf geselecteerd zijn en niet aselekt zijn toegewezen aan het experiment. Zoals eerder naar voren is gekomen, zijn de wijken en de scholen die in deze wijken staan door de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk, in overleg met andere partijen, geselecteerd voor deelname aan de voetbalcursus. Voor elke school is bovenstaande onderzoeksopzet gehanteerd. Het is mogelijk om verschillen in behandeling tussen scholen onderling met elkaar te vergelijken.

Voor het onderzoek zijn vragenlijsten opgesteld door de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk. Deze vragenlijsten hebben de betreffende leerlingen voorafgaand en na afloop van de voetbalcursus ingevuld en zijn door de stichting verzameld. De ingevulde enquêtes zijn ingevoerd in het statistisch computerprogramma SPSS, waarmee de effecten van de voetbalcursus op het bewegingsgedrag van individuele leerlingen onderzocht is. Ook is sprake van kwalitatief onderzoek. Er is gesproken met een uitvoerder/trainer van de voetbalcursus, om te onderzoeken of er mogelijke verschillen zijn in de manier waarop de voetbalcursus is georganiseerd op verschillende locaties. Dit is noodzakelijk, omdat dit als verklarende factor kan dienen voor het veranderde bewegingsgedrag en tevens geeft dit een antwoord op de gestelde deelvragen. Deze aanpak om het onderzoek te typeren als een kwantitatief en een kwalitatief onderzoek is geschikt omdat op deze manier op alle onderzoeksvragen een passend antwoord gegeven kan worden met behulp van SPSS en een interview.

Er moet opgepast worden voor mogelijke derde variabelen, aangezien er geen controlegroep is. Daardoor kunnen andere oorzaken dan de interventie van de voetbalcursus het verschil in bewegingsgedrag bewerkstelligen. Het is nooit helemaal mogelijk om deze derde variabelen uit te sluiten, causaliteit kan niet zichtbaar gemaakt worden, maar het is wel mogelijk dat aannemelijk te maken. Dat vindt plaats aan de hand van de drie voorwaarden voor causaliteit (Shadish, Cook & Campbell, 2002). Er is voldaan aan de drie voorwaarden voor causaliteit: de onafhankelijke variabele X gaat vooraf in de tijd aan de afhankelijke variabele Y, wat gegarandeerd is door het onderzoeksdesign. Variaties in X zijn gecorreleerd met variaties in Y, er is sprake van een samenhang tussen behandeling en effect en dat is verzekerd door het onderzoeksdesign. Tenslotte behoort er geen sprake te zijn van een achterliggende variabele. De correlatie tussen X en Y wordt niet verstoord. Er moet dus een theoretisch plausibel effect zijn en dat is aannemelijk als blijkt dat het ASE model redelijk klopt. Bij het onderzoek doen naar het bewegingsgedrag zal daar rekening mee moeten worden gehouden. Het is mogelijk om verschillen in behandelingen tussen scholen nader te onderzoeken. Er is op deze manier sprake van *differential treatment*: of en in welke mate de behandeling is toegepast. Hierdoor is het mogelijk om verschillende behandelgroepen (scholen) onderling met elkaar te vergelijken, als er sprake is van verschillen in de manier waarop de voetbalcursus is gegeven op de verschillende scholen. Op deze manier kunnen eventuele verschillen in behandeling toegepast worden als verklarende factor van het eventueel veranderde bewegingsgedrag.

### *Analyse-eenheden*

De primaire analyse-eenheden zijn de leerlingen van de groepen 6, 7 en 8. De secundaire analyse-eenheden zijn de basisscholen zelf. Per school is echter 1 klas geselecteerd door de school zelf om mee te doen aan de voetbalcursus. De voetbalcursus is geschikt voor kinderen in de leeftijd van 10 tot en met 15 jaar. Sinds het ontstaan van de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk zijn in 2011 in de wijken Berflo Es, Hengelose Es (Gemeente Hengelo), Tweekelerveld en Velve-Lindehof (Gemeente Enschede) voetbalcursussen gegeven aan leerlingen van de desbetreffende basisscholen.

Deze scholen zijn geselecteerd op basis van overleg tussen verschillende partijen. De gemeente(n), basisscholen, de combifunctionaris van de gemeente(n) zelf, de Stichting FC

Twente Scoren in de Wijk zelf en eventueel de projectmanager van de betreffende wijk maken deel uit van het selecteren van de basisscholen. Er wordt gekeken naar mogelijke aandachtsgebieden waarin weinig aan beweging wordt gedaan en sprake is van slechte voeding. Uit de Nota Overgewicht 2008 blijkt dat in het deel van de bevolking met overgewicht achterstandsgroepen relatief sterk vertegenwoordigd zijn, onder meer bij kinderen. De gemeente speelt hierin een belangrijke leidende rol, zij zullen in eerste instantie basisscholen selecteren. (Ten Thije, 2012). Tevens speelt onder meer een rol of de school in een minder sociaaleconomische krachtige wijk gevestigd is en of FC Twente een speciale band met de wijk heeft: de zogenaamde Supportwijken (Scoren in de Wijk, 2005). De aangewezen scholen zullen, na toestemming te hebben gegeven voor medewerking, een verzorgde voetbalcursus aangeboden krijgen van de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk.

Er zijn vragenlijsten verzameld van leerlingen uit de groepen 6, 7 en 8 van acht verschillende basisscholen die in 2011 hebben deelgenomen aan de voetbalcursus van de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk. Het betreft de basisscholen: Noorderkroon Enschede, St. Plechelmus Hengelo, De Hunenborg Hengelo, Don Bosco Hengelo, Kuyperschool Hengelo, Waarbeekschool Hengelo, Esrein Hengelo en Annie M.G. Schmidtschool Hengelo. De te selecteren cases zijn de leerlingen die deelgenomen hebben aan de voetbalcursussen en de vragenlijsten hebben ingevuld. Hierdoor zijn data verzameld van in totaal 218 leerlingen, verdeeld over acht scholen. Deze leerlingen van de acht basisscholen hebben ieder vijf vragenlijsten ingevuld.

### *Vragenlijsten*

De vragenlijsten zijn door de leerlingen uit de groepen 6, 7 en 8 van de betreffende basisscholen ingevuld. In totaal zijn door de leerlingen vijf vragenlijsten ingevuld. De eerste vragenlijst heeft betrekking op algemene vragen (jongen of meisje, lid van een sportclub) en vragen over onder meer hoe vaak aan sport gedaan wordt, vragen over kennis van hoe (on)gezond bepaalde dingen zijn en hoe belangrijk gezond eten gevonden wordt. De volgende twee vragenlijsten gaan over dingen die de leerlingen gisteren en eergisteren hebben gedaan op het gebied van snoepen, drinken en over uitgevoerde activiteiten. De vierde en vijfde laatste vragenlijst is hetzelfde als de tweede en de derde vragenlijst, maar deze is na afloop van de voetbalcursus ingevuld, terwijl de vorige drie al voor aanvang van de voetbalcursus is ingevuld. Dit zijn de data voor het kwantitatieve onderzoek. Door vragenlijsten te verspreiden die over meerdere dagen gaan, wordt geprobeerd een zo betrouwbaar mogelijke voor- en nameting te verkrijgen.

NR 0 1 0 2 0 3 X 0 4 0 5

**01: vragenlijst kennis**

**02: vragenlijst voeding/beweging over eergisteren en gisteren voorafgaand voetbalcursus**

**03: vragenlijst voeding/beweging over eergisteren en gisteren voorafgaand voetbalcursus**

**X: voetbalcursus**

**04: vragenlijst voeding/beweging over eergisteren en gisteren na afloop voetbalcursus**

**05: vragenlijst voeding/beweging over eergisteren en gisteren na afloop voetbalcursus**

Zoals uit de afbeelding te zien is, zijn de vragenlijsten o2, o3, o4 en o5 dezelfde vragenlijsten over voeding en beweging. Alleen zijn o2 en o3 voorafgaand aan de voetbalcursus ingevuld

en o4 en o5 na afloop van de voetbalcursus. Om het overzichtelijk te maken, vraagt elk van deze vragenlijsten wat men eergisteren en gisteren gedaan heeft. Zo geeft o2 en o3 een overzicht over 4 aansluitende dagen. Evenzo geeft o4 en o5 een overzicht over 4 aansluitende dagen. Op deze manier wordt geprobeerd een zo betrouwbaar mogelijk beeld gecreëerd over wat de leerlingen doordeweeks doen aan beweging en voeding. De eerste voormeting o2 wordt dus onderverdeeld in dag1 en dag2. De tweede voormeting wordt onderverdeeld in dag3 en dag4. De derde nameting o4, na afloop van de cursus, wordt dag5 en dag6 en de vierde nameting wordt dag7 en dag8.

Vervolgens worden de gestelde vragen van de vragenlijsten van de dagen 1, 2, 3 en 4 geselecteerd op voeding en beweging. Dit wordt ook gedaan met de gestelde vragen van de vragenlijsten van de dagen 5, 6, 7 en 8. De bewegingsvragen van de dagen 1, 2, 3 en 4 worden samengenomen en daarvan is een schaal gemaakt. Hetzelfde vindt plaats met de bewegingsvragen van de dagen 5, 6, 7 en 8. Op deze manier is het mogelijk bewegingsgedrag zowel vooraf als na afloop van de voetbalcursus met elkaar te vergelijken. Deelvraag 3 zal gaan over het eventueel veranderde bewegingsgedrag.

## Onderzoeksvraag 1

De eerste onderzoeksvraag luidt als volgt: *Wat zijn de doelstellingen van de stichting FC Twente Scoren in de Wijk en op welke manier probeert men deze te bereiken?*

Deze onderzoeksvraag komt voort uit de centrale onderzoeksvraag en geeft een beeld van de doelstellingen van de stichting FC Twente Scoren in de Wijk en op welke manier zij deze doelstellingen probeert te realiseren. Het onderzoeken van doelbereiking en effectiviteit kan alleen plaatsvinden als de doelstellingen bekend zijn en op welke manier deze gerealiseerd worden. Er is tevens gesproken met de heer Ten Thije, coördinator afdeling Sport, die betrokken is bij de uitvoering van de voetbalcursus op de verschillende scholen en zelf ook trainer is geweest. Hiervoor is via dhr. Denters en dhr. Kroes contact verkregen met de heer Ten Thije. Bovendien is reeds in eerdere bacheloropdrachten vastgelegd wat de doelstellingen van de voetbalcursus waren. Deze zijn tot op heden niet gewijzigd en dus actueel. De inhoud en de doelstellingen van de voetbalcursus zullen hier besproken worden en op welke manier deze men probeert te bereiken.

De voetbalcursus heeft een duur van 8 weken, waarbij de leerlingen 1 keer per week, meestal op een vaste dag, ongeveer 1 uur en plusminus 15 minuten worden getraind door de trainers en uitvoerders van de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk. Tevens is er 1 kookles ingepland, om de leerlingen bewust te maken van gezond voedingsgedrag en waarbij ook de ouders betrokken bij zijn (Ten Thije, 2012). Ook krijgen de leerlingen als afsluiting van de voetbalcursus een rondleiding door het stadion van FC Twente. De voetbalcursus vindt plaats of op de school zelf, of bij een voetbalvereniging in de buurt van de school. Er kan ook worden uitgeweken naar het trainingscomplex van FC Twente zelf of een Cruyffcourt in de buurt, waar de kwaliteit om te trainen goed genoeg is. Bij deze voetbalcursussen staan de volgende aspecten centraal: samenwerking, discipline, mentaliteit, teambuilding en verzorging (voldoende drinken, gezonde voeding, hygiëne en nachtrust) (Westerveld, 2010).

Bij de voetbalcursus komen de volgende activiteiten aan bod:

- Maaltijden van leerlingen vergelijken met bijvoorbeeld die van een profvoetballer. Dit gebeurt om de leerlingen te laten nadenken over gezonde voeding; op deze manier worden de leerlingen bewust gemaakt van gezond voedingsgedrag.
- Sprinten met loden vest. Leerlingen moeten een loden vest aan en vervolgens moeten zij een afstand afleggen en wordt hun tijd genoteerd. Op deze manier ervaren de leerlingen het effect van overgewicht op hun eigen lichaam. De leerlingen worden hiermee bewust gemaakt van gezond bewegingsgedrag.
- Voorlichting over gezonde voeding. Daarbij wordt onder meer ingegaan op hoeveel calorieën er in een snack zitten en in een gewone maaltijd. De leerlingen worden kennis bijgebracht over gezonde voeding en hun eigen voeding; bovendien worden met de leerlingen een kookles gedaan, om op een gezonde en verantwoorde manier om te gaan met voeding.

- De leerlingen worden ook bewust gemaakt van trainingsactiviteiten. Er wordt uitgelegd waarom bepaalde oefeningen gedaan worden, welke spieren hiermee getraind worden en hoeveel calorieën er mee verbrand worden (Ten Thije, 2012). Op deze manier leren de leerlingen op een gezonde en verantwoorde manier om te gaan met hun lichaam, maar ook met andere leerlingen. Dat is het sociaal-emotionele aspect.

De voetbalcursussen in het kader van het project Scoren in de Wijk zijn gericht op de sociaal-emotionele ontwikkeling, de bewustwording van een gezonde leefstijl van de leerling en het stimuleren van voldoende beweging en gezond eten. Hierbij gaat het om het inspireren van leerlingen tot samenwerken, het ontwikkelen van zelfdiscipline en respect en het creëren van een gezondere leefstijl (Schwarte, 2010). De stichting probeert de leerlingen aan te moedigen om aan sport te gaan doen en richt zich op de volgende vier thema's: bewegen, samenwerken, hygiëne en voeding. De fysieke en mentale training maken een belangrijk onderdeel uit van de cursus, waarbij de leerlingen spelenderwijs aan conditie werken en daarin door samen te werken leren om te gaan in een groep.

De achterliggende doelen van de doelstellingen is dat de leefstijl en de sociaal-emotionele ontwikkeling moeten worden bevorderd. De bewustwording van een gezonde leefstijl van de leerling moet ook na de cursus blijven. De leerlingen moeten zich in het dagelijks leven bewust zijn van wat zij eten en wat de consequenties kunnen zijn als hierbij te weinig wordt bewogen. Op het gebied van de sociaal-emotionele ontwikkeling van de leerlingen is het een doel om ervoor te zorgen dat dit de normen en waarden van de leerlingen worden en van kracht blijven in de toekomstige ontwikkeling van de leerlingen. Dit is het sociaal emotionele aspect van de voetbalcursus (Ten Thije, 2012).

Deze verdere ontwikkeling vertaalt zich naar de volgende aspecten, zoals omgaan met winst en verlies, omgaan met sportieve en minder sportieve leerlingen, omgaan met verantwoordelijkheid, respect voor elkaar en respect voor de trainers en medewerkers van FC Twente, zelfdiscipline en het aansporen en stimuleren om samen te werken met iedereen uit de klas (Schwarte, 2010).

De uiteindelijke doelstellingen van de voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk zijn als volgt geformuleerd:

- het leren en bevorderen van bewegen;
- het ontwikkelen van voetbalkwaliteiten;
- het ontwikkelen van sociaal-emotionele aspecten;
- het bewust worden van een gezondere leefstijl (Westerveld, 2010).

Een belangrijke doelstelling van de voetbalcursus is het verbeteren van het beweeggedrag alsmede het voedingsgedrag. Deze doelstellingen zijn in de loop van de tijd tot en met nu niet veranderd. Deze doelstellingen zijn allemaal even belangrijk; er worden geen prioriteiten gesteld ten opzichte van bepaalde doelstellingen. Er zijn geen verschillen in de doelstellingen van de voetbalcursus zoals die op de verschillende scholen is gegeven (Ten Thije, 2012). Wel is duidelijk dat bij de ene groep andere manieren nodig zijn om de doelstellingen te realiseren dan bij een andere groep. Groepen verschillen van elkaar wat betreft sportiviteit en discipline. Het is dus aan de trainers dit te herkennen er op een juiste

manier op in te spelen, aldus Ten Thije (2012). Er is dus wel sprake van verschillen in behandeling per individuele leerling, maar niet zozeer per klas of school.



## Onderzoeksvraag 2

De tweede onderzoeksvraag luidt als volgt: *Zijn er verschillen (variaties) in de manier waarop de voetbalcursus is gegeven op de geselecteerde locaties?*

Deze onderzoeksvraag komt voort uit de centrale onderzoeksvraag en geeft een antwoord op manier waarop de voetbalcursus van de stichting FC Twente Scoren in de Wijk is gegeven en of daar verschillen zijn toegepast op de geselecteerde locaties. Deze verschillen in de manier waarop de voetbalcursus is gegeven zou een mogelijke verklarende factor kunnen zijn voor een eventuele verandering in bewegingsgedrag. Als op een school bepaalde onderdelen zijn gewijzigd of weggelaten, kan dat een positieve danwel negatieve invloed hebben op het veranderende bewegingsgedrag.

Om deze onderzoeksvraag te kunnen beantwoorden, is op donderdag 25 juli 2012 een gesprek aangegaan met een betrokken uitvoerder/trainer die de voetbalcursus heeft gegeven. Hiervoor is via dhr. Denters en dhr. Kroes contact verkregen met de heer Ten Thije, die tevens de voetbalcursus verzorgd heeft. Omdat uit de beschikbare documentatie niet duidelijk werd waarom deze acht scholen werden geselecteerd, welke groepen meegedaan hebben en of de doelstellingen in de loop van de tijd veranderd zijn, is het noodzakelijk hierover gesproken te hebben met de heer Ten Thije (bijlage 4).

Er is tevens gevraagd naar onderdelen die bij moeten dragen aan de realisatie van het verbeteren van het beweeggedrag. Het blijkt dat de voetbalcursus op die onderdelen op alle scholen hetzelfde is gegeven. Er zijn geen veranderingen doorgevoerd op de manier van voetbalcursus geven op de verschillende scholen. Op elke school wordt de voetbalcursus op dezelfde manier gegeven.

Zoals bij deelvraag 1 al aan de orde is gekomen, blijken er wel verschillen in behandeling te bestaan tussen individuele leerlingen. De leerlingen van de basisscholen worden op eenzelfde manier benaderd maar niet elke groep is hetzelfde; er worden bijvoorbeeld ook voetbalcursussen verzorgd voor leerlingen met geringe leerbaarheid en/of zwakke persoonlijkheidsontwikkeling. Een andere aanpak is vereist en daarvoor is anticipatie, inzicht en herkenning van de trainer vereist.

### Onderzoeksvraag 3

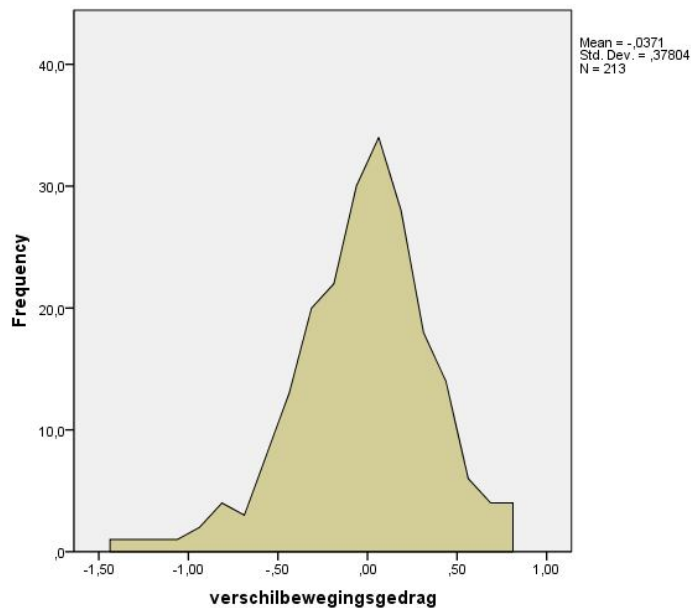
De derde onderzoeksvraag luidt: *Is er een verandering in bewegingsgedrag opgetreden bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voor de voetbalcursus?*

Deze onderzoeksvraag komt voort uit de centrale onderzoeksvraag en de ingevulde vragenlijsten van de deelnemende leerlingen, zowel vooraf als naderhand van de voetbalcursus. Hierbij wordt geprobeerd een antwoord te geven of er sprake is van een verandering in bewegingsgedrag bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voor de voetbalcursus. De vraag of de vooraf opgestelde doelen van de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk behaald zijn, daarmee wordt doelbereiking bedoelt, wordt in deze paragraaf beantwoord.

In deze derde deelvraag staat de voormeting van het bewegingsgedrag ten opzichte van de nameting van het bewegingsgedrag en de doelbereiking centraal. Hier wordt onderzocht of er een verandering is opgetreden in bewegingsgedrag. Dat wordt bekeken door het verschil in gemiddelde nameting minus de gemiddelde voormeting. Dit wordt vergeleken met de vooraf opgestelde doelstellingen om te kijken in hoeverre deze zijn bereikt.

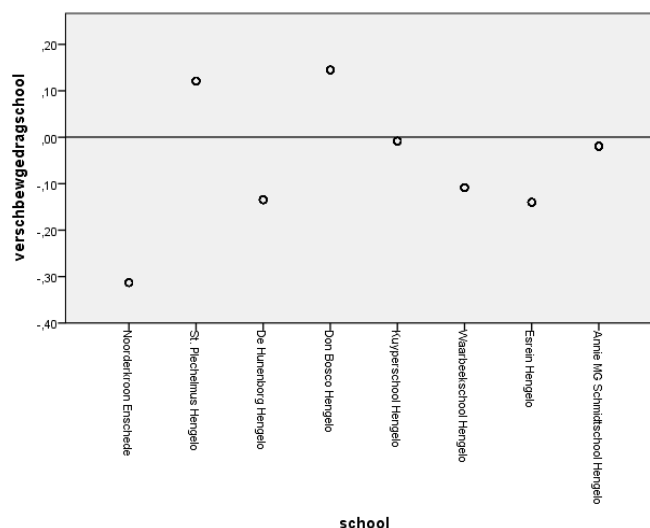
Om te onderzoeken of dit een significant verschil is, is een Paired Samples T-test uitgevoerd. Dat is gebeurd met behulp van het statistische computerprogramma SPSS. De Paired Samples T-test wordt gebruikt om vast te stellen of de gemiddelden van twee groepen aan elkaar gelijk zijn. Hiermee kan worden bekeken of het gemiddelde bewegingsgedrag na de voetbalcursus ten opzichte van voor de voetbalcursus is verbeterd of verslechterd. Zoals eerder is besproken, zijn voorafgaand aan de voetbalcursus en na afloop van de voetbalcursus vragenlijsten ingevuld door de leerlingen. Deze vragenlijsten gingen over voedingsgedrag en beweeggedrag en kunnen met elkaar vergeleken worden om zodoende een uitspraak te kunnen doen over een eventueel verschil in bewegingsgedrag in dit geval. In totaal is er sprake van 213 cases (leerlingen) die deel uit maken van de Paired Samples T-test. Door te kijken naar de verschillen tussen de voor- en nameting kan geconcludeerd worden of de leerlingen meer of minder zijn gaan bewegen en kan er een uitspraak worden gedaan over doelbereiking.

Uiteindelijk is het mogelijk de eventuele verandering van bewegingsgedrag te onderzoeken, dankzij de gemiddelde nameting van bewegingsgedrag minus de gemiddelde voormeting van bewegingsgedrag. Er is eerder bij het Theoretisch Kader besproken op welke manier een schaal van de gemiddelde voormeting van bewegingsgedrag en een gemiddelde nameting van bewegingsgedrag is geconstrueerd. Per case kan een positieve dan wel negatieve waarde ontstaan. Dit wordt het verschil in bewegingsgedrag genoemd en beschrijft een eventuele verandering in bewegingsgedrag. De volgende grafiek laat het verschil in bewegingsgedrag zien:



Zoals uit de grafiek afgelezen kan worden, is het gemiddelde verschil in bewegingsgedrag - 0,037 met een standaardafwijking van 0,378 over 213 cases (leerlingen). De standaardafwijking is groter dan het gemiddelde, een grote afwijking van het gemiddelde is daarom mogelijk. Een positieve waarde betekent een toename in bewegingsgedrag, een negatieve waarde betekent een afname in bewegingsgedrag. Gemiddeld genomen is het bewegingsgedrag over de 213 cases (leerlingen) iets afgenomen, op basis van het vergelijken van het gemiddelde bewegingsgedrag voorafgaand van de voetbalcursus met het gemiddelde bewegingsgedrag na afloop van de voetbalcursus. Dat kan worden geconcludeerd uit het negatieve gemiddelde verschil in bewegingsgedrag: -0.0371. De grafiek is enigszins links-schief verdeeld te noemen.

Tevens kan per school bekeken worden of de betreffende leerlingen meer of minder zijn gaan bewegen. De volgende grafiek laat het gemiddelde verschil in bewegingsgedrag zien, uitgesplitst naar school.



Uit de grafiek kan worden afgeleid dat twee scholen een positieve gemiddelde verandering in bewegingsgedrag hebben doorgemaakt en de andere zes scholen een negatieve gemiddelde verandering in bewegingsgedrag. De Sint Plechelmus Hengelo (0,1212) en Don Bosco Hengelo (0,145) hebben beiden een gemiddeld positieve verandering in bewegingsgedrag doorgemaakt. De Noorderkroon Enschede (-0,0313), de Hunenborg Hengelo (-0,1346), de Kuyperschool Hengelo (-0,0083), de Waarbeekschool Hengelo (-0,1083), de Esrein Hengelo (-0,14) en de Annie MG Schmidtschool Hengelo (-0,194) hebben allemaal een negatieve gemiddelde verandering in bewegingsgedrag doorgemaakt.

Om te onderzoeken of er een significant verschil is tussen de gemiddelde voormeting van bewegingsgedrag en de gemiddelde nameting van bewegingsgedrag, is een Paired Samples T-test uitgevoerd en wordt gebruikt om vast te stellen of de gemiddelden van twee groepen aan elkaar gelijk zijn. Hierbij zijn de volgende hypothesen opgesteld:

$H_0$ : Er is geen verschil in bewegingsgedrag bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voor de voetbalcursus ( $\mu_1 = \mu_2$ ).

$H_a$ : Er is wel verschil in bewegingsgedrag bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voor de voetbalcursus ( $\mu_1 \neq \mu_2$ ).

De resultaten van de Paired T-test staan hieronder weergegeven:

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 voormetingbeweging	2,0298	213	,53055	,03635
nametingbeweging	1,9926	213	,55097	,03775

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 voormetingbeweging - nametingbeweging	,03713	,37804	,02590	-,01393	,08819	1,433	212	,153

Omdat hier sprake is van een hoge respons (N=213), is ervoor gekozen om een significantieniveau van 5 procent te hanteren. Deze waarden geven aan of er wel of geen verschil is aangetoond op het bewegingsgedrag van de leerlingen en geeft tevens aan of een waargenomen effect wel of niet door toeval is ontstaan. Wanneer een waarde kleiner is dan 0,05 dan is het significant en dat betekent dat er een verschil is. Wanneer een waarde groter is dan 0,05 is het niet significant te noemen en is er geen verschil. Zoals hierboven kan worden afgeleid, is de gemiddelde voormeting beweging (voorafgaand aan de voetbalcursus) 2,0298 en de gemiddelde nameting beweging is 1,9926 (na afloop van de voetbalcursus).

Op een schaal van 1 tot 4 op gezond bewegingsgedrag zitten de leerlingen met de bovenstaande waarden bijna precies in het midden (gemiddeld 2,0112). Dat komt overeen met de waarde 2 van de schaal: *ongeveer 1 uur gedaan* en dat betekent dat de leerlingen gezond bewegingsgedrag vertonen. Volgens de Hartstichting (2012) moet een persoon onder de 18 jaar per dag gemiddeld 1 uur matig intensief bewegen (Hartstichting, 2012). Op basis van de resultaten kan worden afgeleid dat daar aan voldaan wordt.

Er moet rekening gehouden worden met mogelijke plafondeffecten. Het plafondeffect kan voorkomen wanneer de resultaten van een test worden gelimiteerd door een bovengrens. Het resultaat hiervan is dat veel mensen een score behalen die tegen het maximum aanzit. Leerlingen die buiten de voetbalcursus om al veel bewegen (bijvoorbeeld sporten op de sportvereniging, veel buitenspelen) zullen een minder groot verschil in bewegingsgedrag bewerkstelligen dan leerlingen die voorafgaand aan de voetbalcursus minder bewegen. Op deze manier zitten deze leerlingen van een klas waarin al veel bewegen wordt aan een plafond, ze zullen niet nog meer gaan bewegen dankzij de voetbalcursus.

De significantiewaarde is 0,153. Hierboven is al besproken dat een significantieniveau van 5 procent ( $\alpha=0,05$ ) is gekozen. Alle significantiewaarden boven de 0,05 zijn niet significant te noemen, daarentegen zijn alle significantiewaarden onder de 0,05 wel significant te noemen. We verwerpen hypothese  $H_0$  als de significantiewaarde kleiner is dan  $\alpha=0,05$ . In dit geval is 0,153 groter dan  $\alpha=0,05$ . Daarom wordt de hypothese  $H_0$  niet verworpen. Het verschil in bewegingsgedrag bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voor de voetbalcursus is niet significant. We kunnen concluderen dat er geen verschil is in bewegingsgedrag bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voor de voetbalcursus. De leerlingen zijn niet meer of minder gezond gaan bewegen.

Zoals bij deelvraag 1 is besproken zijn de voetbalcursussen in het kader van het project *Scoren in de Wijk* gericht op de sociaal-emotionele ontwikkeling, de bewustwording van een gezonde leefstijl van de leerling en het stimuleren van voldoende beweging en gezond eten. Dit zijn de doelstellingen zoals de Stichting FC Twente deze heeft gedefinieerd. De sociaal-emotionele ontwikkeling is niet onderzocht, evenals het voedingsgedrag. Op het gebied van gezond beweeggedrag zouden de leerlingen een positieve ontwikkeling moeten doormaken, waarbij gezond beweeggedrag gestimuleerd en bevorderd wordt. De verwachting was daarom dat de leerlingen gezonder en meer zijn gaan bewegen. Uit de resultaten van de Paired Samples T-test kan worden geconcludeerd dat de leerlingen niet meer of minder gezond zijn gaan bewegen. Er is geen verschil in bewegingsgedrag opgetreden na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voorafgaand aan de voetbalcursus. De leerlingen blijken al gezond bewegingsgedrag te vertonen.

#### Onderzoeksvraag 4

De vierde en laatste onderzoeksvraag luidt: *Verklaren verschillen in de manier waarop de voetbalcursus op verschillende locaties is gegeven en andere factoren de eventuele verandering in bewegingsgedrag?*

Hier zal aan de hand van een regressieanalyse bekeken worden welke factoren de eventuele verandering in bewegingsgedrag verklaren. Zoals eerder bij deelvraag 2 naar voren is gekomen, zijn er geen verschillen in de manier waarop de voetbalcursus op de verschillende locaties is gegeven. Vervolgens zal gekeken worden naar de beleidseffectiviteit: het bereiken van de opgestelde doelstellingen dankzij de al dan niet ingezette instrumenten, de voetbalcursus zelf. Met andere woorden: de mate van doelbereiking voor zover deze aan het betreffende beleid te danken is. De vraag is welke factoren het eventuele verschil in bewegingsgedrag kunnen verklaren.

Deze verklarende factoren zijn al eerder naar voren gekomen bij het Theoretisch kader. De volgende verklarende factoren zijn uitgewerkt en geoperationaliseerd: de houding van de leerling ten opzichte van voldoende beweging, het schoolklimaat, de kennis van de leerling over gezond bewegingsgedrag en het geslacht. De vraag is of deze factoren het verschil in bewegingsgedrag kunnen verklaren. Deze mogelijke verklarende factoren zijn de onafhankelijke variabelen. De afhankelijke variabele is het verschil in bewegingsgedrag.

Een regressieanalyse is een statistische methode om te kijken of er op basis van de correlatie van de onafhankelijke variabele en de afhankelijke variabele een samenhang/verband. De regressieanalyse wordt gebruikt om te kijken of een onafhankelijke variabele invloed heeft op een afhankelijke variabele en of dit een positief of negatief effect is.

De eerste factor is de houding van de leerling ten opzicht van voldoende beweging. Het is een ratio variabele. Verondersteld wordt dat er een positieve lineaire relatie bestaat tussen het belang voldoende te bewegen en de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hoe groter het belang voldoende te bewegen, hoe groter de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hierbij zijn de volgende hypothesen opgesteld:

$H_0$ : Er is geen positieve samenhang/relatie tussen het belang voldoende te bewegen en de verandering in bewegingsgedrag.

$H_a$ : Er is wel een positieve samenhang/relatie tussen het belang voldoende te bewegen en de verandering in bewegingsgedrag.

De tweede factor is het bewegingsklimaat en is een ratio variabele. Verondersteld wordt een positieve lineaire relatie tussen het bewegingsklimaat op school en de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hoe groter het gemiddelde bewegingsklimaat op school, hoe groter de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hierbij zijn de volgende hypothesen opgesteld:

$H_0$ : Er is geen positieve samenhang/relatie tussen het gemiddelde bewegingsklimaat en de verandering in bewegingsgedrag.

H<sub>a</sub>: Er is wel een positieve samenhang/relatie tussen het gemiddelde bewegingsklimaat en de verandering in bewegingsgedrag.

De derde factor is de kennis van de leerling over gezond beweeggedrag en is een interval variabele. Verondersteld wordt een positieve lineaire relatie tussen kennis over gezond bewegingsgedrag en de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hoe hoger de score van kennis over gezond bewegingsgedrag, hoe groter de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Hierbij zijn de volgende hypothesen opgesteld:

H<sub>0</sub>: Er is geen positieve samenhang/relatie tussen kennis over gezond bewegingsgedrag en de verandering in bewegingsgedrag.

H<sub>a</sub>: Er is wel een positieve samenhang/relatie tussen kennis over gezond bewegingsgedrag en de verandering in bewegingsgedrag.

De vierde en laatste factor is geslacht en is een nominale variabele met twee waarden: jongen of meisje. Verondersteld wordt een positieve relatie tussen geslacht en de eventuele verandering in bewegingsgedrag. Jongens zullen grotere eventuele verandering in bewegingsgedrag bewerkstelligen dan meisjes. Hierbij zijn de volgende hypothesen opgesteld:

H<sub>0</sub>: Er is geen positieve samenhang/relatie tussen geslacht en de verandering in bewegingsgedrag.

H<sub>a</sub>: Er is wel een positieve samenhang/relatie tussen geslacht en de verandering in bewegingsgedrag.

Vervolgens is een regressieanalyse uitgevoerd met de bovengenoemde factoren waarbij de volgende resultaten zijn verkregen:

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,150 <sup>a</sup>	,022	,003	,37295

a. Predictors: (Constant), geslacht, belang voldoende te bewegen, beweegklimaat, kennis van beweging

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	
1	(Constant)	-,658	,482						
	belang voldoende te bewegen	-,073	,050	-,110	-1,470	,143	-,065	-,102	-,101
	beweegklimaat	,274	,183	,108	1,499	,135	,094	,104	,103

kennis van beweging	,022	,029	,058	,761	,448	,053	,053	,052
geslacht	-,023	,053	-,031	-,439	,661	-,060	-,031	-,030

a. Dependent Variable: verschil in bewegingsgedrag

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	,655	4	,164	1,177	,322 <sup>b</sup>
Residual	28,652	206	,139		
Total	29,307	210			

a. Dependent Variable: verschil in bewegingsgedrag

b. Predictors: (Constant), geslacht, belang voldoende te bewegen, beweegklimaat, kennis van beweging

Ten eerste wordt gekeken naar de correlatiecoëfficiënt R en de R square. De Pearson's correlatiecoëfficiënt R drukt de sterkte uit van een lineaire samenhang tussen twee of meer variabelen uit in een getal, welke kan variëren tussen -1 en +1. Er is sprake van een positieve correlatiecoëfficiënt R van 0,150 en dat is een zwakke lineaire samenhang. Tevens kan worden opgemerkt dat 2,2% van de variantie van het verschil in bewegingsgedrag wordt verklaart door de onafhankelijke variabelen geslacht, het belang van voldoende te bewegen, beweegklimaat en de kennis over gezond bewegingsgedrag. De verklaarde variantie van het hele model is laag te noemen.

Vervolgens kan worden gekeken naar de Coefficients tabel. Hier zijn de onafhankelijke variabelen onder elkaar geplaatst, waarbij ondermeer de (on)gestandaardiseerde coëfficiënten en de significantiewaarden per variabele zijn weergegeven. Deze zijn van belang voor de beantwoording van de deelvraag. Een regressiecoëfficiënt geeft aan met hoeveel eenheden de afhankelijke variabele toeneemt als de betreffende onafhankelijke variabele met 1 eenheid toeneemt. De gestandaardiseerde regressiecoëfficiënt geeft een beeld van het relatieve belang van de verschillende variabelen. Uit de ANOVA tabel kan worden geconcludeerd dat er geen significante lineaire samenhang/relatie is tussen het verschil in bewegingsgedrag en de onafhankelijke variabelen. Dat is af te leiden uit de hoge significantiewaarde 0,322. Als we de invloeden van de factoren één voor één willen bekijken, zijn de Zero-order correlaties van belang.

De eerste factor is de houding van de leerling ten opzicht van voldoende beweging. Opmerkelijk hierbij is dat als het belang voldoende te bewegen met 1 eenheid stijgt, de leerlingen met 0,073 *minder* gaan bewegen. Omdat er richting wordt gegeven aan de hypothese wordt eenzijdig getoetst omdat de alternatieve hypothese een positief verband betreft en daarom wordt de significantiewaarde door 2 gedeeld. De significantiewaarde is  $0,143/2=0,0715$ . Er wordt een significantieniveau van  $\alpha=0.05$  gehanteerd.  $H_0$  wordt verworpen als de significantiewaarde kleiner is dan  $\alpha$ . 0,0715 is groter dan 0,10, dus  $H_0$  wordt niet verworpen. Er is geen positieve samenhang/relatie tussen het belang voldoende te bewegen en de eventuele verandering in bewegingsgedrag.



De tweede factor is het beweegklimaat in de klas. De significantiewaarde is  $0,135/2=0,0675$ . Er wordt een significantieniveau van  $\alpha=0.05$  gehanteerd.  $H_0$  wordt verworpen als de significantiewaarde kleiner is dan  $\alpha$ .  $0,0675$  is kleiner dan  $0.05$ , dus  $H_0$  wordt niet verworpen. Er is geen positieve samenhang/relatie tussen het beweegklimaat in de klas en de eventuele verandering in bewegingsgedrag.

De derde factor is de kennis van de leerling over gezond beweeggedrag. De significantiewaarde is  $0,448/2=0,224$ .  $H_0$  wordt verworpen als de significantiewaarde kleiner is dan  $\alpha$ .  $0,224$  is groter dan  $0.05$ , dus  $H_0$  wordt niet verworpen. Er is geen positieve samenhang/relatie tussen kennis over gezond bewegingsgedrag en de eventuele verandering in bewegingsgedrag.

De vierde en laatste factor is het geslacht. De significantiewaarde is  $0,661/2=0,3305$ .  $H_0$  wordt verworpen als de significantiewaarde kleiner is dan  $\alpha$ .  $0,3305$  is groter dan  $0.05$ , dus  $H_0$  wordt niet verworpen. Er is geen positieve samenhang/relatie tussen geslacht en de eventuele verandering in bewegingsgedrag.

Er kan geconcludeerd worden dat geen enkele van de gekozen factoren het verschil in bewegingsgedrag kunnen verklaren. Zowel het geslacht, het belang voldoende te bewegen, beweegklimaat alsmede de kennis van beweging kunnen het verschil in bewegingsgedrag niet verklaren. Er is sprake van effectief beleid als dat leidt tot het gewenste gevolg of beleidseffect. Het gaat om de mate waarin via de ingezette instrumenten, de voetbalcursus zelf, de gewenste effecten gerealiseerd zullen worden. Ten eerste zal het gewenste effect moeten bereikt worden en ten tweede zal het bereiken van dat effect plaatsvinden dankzij de inzet van de voetbalcursus zelf. Het gewenste effect is niet bereikt.

## Conclusie en aanbevelingen

In deze bacheloropdracht stond de volgende onderzoeksvraag centraal: "*Wat zijn de effecten van de voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk op het bewegingsgedrag van de individuele leerlingen*"? Aan de hand van opgestelde deelvragen zal geprobeerd worden hierop een antwoord te geven en wordt de doelbereiking en de beleidseffectiviteit beoordeeld.

Allereerst is geprobeerd een beeld te geven van de doelstellingen van de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk en op welke manier men deze probeert te bereiken. De doelstellingen zijn reeds door andere bacheloropdrachten vastgelegd en zijn tot op heden ongewijzigd en actueel. De uiteindelijke doelstellingen van de voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk zijn als volgt geformuleerd:

- het leren en bevorderen van bewegen;
- het ontwikkelen van voetbalkwaliteiten;
- het ontwikkelen van sociaal-emotionele aspecten;
- het bewust worden van een gezondere leefstijl.

De voetbalcursus heeft een duur van 8 weken, waarbij de leerlingen 1 keer per week, meestal op een vaste dag, ongeveer 1 uur en 15 minuten worden getraind door de trainers en uitvoerders van de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk. Tevens is er 1 kookles ingepland en krijgen de leerlingen als afsluiting van de voetbalcursus een rondleiding door het stadion van FC Twente.

Ten tweede is onderzocht of er mogelijke verschillen zijn in de manier waarop de voetbalcursus is gegeven op de verschillende scholen. Er zijn geen verschillen in de manier waarop de voetbalcursus is gegeven op de verschillende scholen, op elke school is hetzelfde vaste programma behandeld. Er blijken wel verschillen in behandeling te bestaan tussen individuele leerlingen, dat vraagt om inzicht, herkenning en anticipatievermogen van de trainer.

Ten derde is onderzocht of de vooraf opgestelde doelstellingen bereikt zijn. Dat is onderzocht aan de hand van de vraag of er een verandering in bewegingsgedrag is opgetreden bij individuele leerlingen na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voorafgaand aan de voetbalcursus. De leerlingen vertonen al gezond bewegingsgedrag. De verwachting was dat de leerlingen gezonder en meer zijn gaan bewegen, zoals de doelstellingen suggereren. Uit de resultaten van de Paired Samples T-test kan worden geconcludeerd dat er geen verschil in bewegingsgedrag is opgetreden na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voorafgaand aan de voetbalcursus.

Tot slot is onderzocht welke factoren het eventuele verschil in bewegingsgedrag kunnen verklaren en in welke mate de voetbalcursus bijdraagt aan het behalen van de vooraf opgestelde doelstellingen (beleidseffectiviteit). Uit de resultaten bleek dat geen enkele van de gekozen factoren het verschil in bewegingsgedrag kunnen verklaren. De gewenste effecten zijn niet bereikt.

## *Aanbevelingen*

In deze paragraaf zullen een aantal suggesties worden gegeven over de invulling en uitvoering van enkele onderdelen uit de voetbalcursus, georganiseerd door de Stichting FC Twente Scoren in de Wijk. Uit de resultaten blijkt dat er nauwelijks effect is van de voetbalcursus. Een reden hiervoor zou kunnen zijn dat de nameting op een te vroeg moment na de voetbalcursus plaatsvindt waardoor het effect nog niet aantoonbaar is, of dat de periode te kort is om enig effect te laten plaatsvinden. Bovendien kan er sprake zijn van een zogenaamd plafondeffect en indirect kan de vraag worden gesteld of de juiste doelgroep wel bereikt is. Het bleek dat de leerlingen gemiddeld gezien al gezond bewegingsgedrag vertoonden. Misschien kan worden gekeken naar het verbeteren van methoden om de juiste doelgroep te bereiken. Een periode van 8 weken is naar alle waarschijnlijk te kort om het leefpatroon van iemand van die leeftijd aantoonbaar te laten veranderen. Daarom is het misschien verstandig om na ongeveer 2 maanden nog een vragenlijst rond te sturen of om de voetbalcursus uit te breiden qua looptijd, voor zover dat mogelijk is qua tijd, geld en beschikbaarheid.

Tevens bevat de vooraf opgestelde vragenlijsten weliswaar een voormeting en nameting over voedingsgedrag en bewegingsgedrag, maar ontbreekt een nameting met vragen over kennis van gezond eten en bewegen. Zodoende is het niet mogelijk geweest een eventuele verandering in de kennis van een gezonde leefstijl te onderzoeken. Op dit moment is het alleen mogelijk een verandering in bewegingsgedrag te onderzoeken en kan de vragenlijst over kennis van gezond eten en bewegen gebruikt worden als verklarende factor voor het eventuele verschil in bewegingsgedrag. Deze toevoeging biedt meer mogelijkheden voor in de toekomst om onderzoek te doen naar de doelbereiking en effectiviteit van de voetbalcursus.

Bij het invoeren van de gegevens in SPSS kwam het nog wel regelmatig voor dat sommige vragenlijsten niet compleet waren ingevuld, of er ontbraken complete vragenlijsten. Dat heeft het onderzoek enigszins bemoeilijkt en heeft invloed op de verkregen resultaten. Misschien zouden de trainers/uitvoerders van de voetbalcursus de leerlingen en of de docenten daarvan op de hoogte brengen, dat er gestreefd zal worden naar een completere invulling van de vragenlijsten, in het belang van de kwaliteit van de voetbalcursus zelf. Het zou dan mogelijk zijn om in het vervolg betere aanbevelingen te kunnen doen.

Tot slot nog een opmerking over de data die genoteerd staan op de vragenlijsten. Het streven was om een betrouwbare voor- en nameting te krijgen, door de leerlingen twee vragenlijsten te laten invullen die gedurende vier achtereengesloten dagen de activiteiten op het gebied van voedingsgedrag en bewegingsgedrag registreerden. In de praktijk bleek dat het echter een stuk lastiger was om de aaneensluiting van vier dagen te bewerkstelligen. Dat geldt zowel voor de voormeting als de nameting. Op deze manier kan er geen betrouwbare voor- en nameting gegarandeerd worden. Misschien zouden de trainers/uitvoerders van de voetbalcursus daar beter op kunnen letten en de leerlingen of de docenten daarvan op de hoogte brengen zodat de vragenlijsten voortaan zorgvuldiger worden ingevuld. Dit is ook weer in het belang van de kwaliteit van de voetbalcursus zelf, om in het vervolg betere resultaten te verkrijgen en om aanbevelingen te kunnen doen.

## Discussie

In deze bacheloropdracht stond de vraag centraal welke effecten de voetbalcursus hadden op het bewegingsgedrag van individuele leerlingen. Het beantwoorden van deze vraag ging aan de hand van het controleren van de doelbereiking en de effectiviteit. Het bleek dat er geen verschil in bewegingsgedrag was opgetreden, wat niet overeenkomt met de vooropgestelde doelen. Tevens kon worden geconcludeerd dat geen enkele van de gekozen factoren het verschil in bewegingsgedrag kon verklaren. De verwachting was dat er bij de leerlingen een positieve verandering in bewegingsgedrag was bewerkstelligd, zoals in overeenstemming met de vooropgestelde doelstellingen. Het bleek dat er geen verschil in bewegingsgedrag was opgetreden. Zoals eerder naar voren is gekomen, kan er sprake zijn van een zogenaamd plafondeffect, wat de onderzoeksresultaten mogelijk kan beïnvloeden.

Zoals eerder is vermeld, is er geen nameting over kennis van gezonde beweging en voeding in de vragenlijstenserie opgenomen. Op deze manier valt er geen vergelijking te maken op het gebied van kennis over gezonde beweging en voeding na afloop van de voetbalcursus in vergelijking met voorafgaand aan de voetbalcursus. Met het oog op toekomstige evaluaties kan hierin een stap worden gezet. Ook kwam het regelmatig voor dat vragenlijsten niet zorgvuldig waren ingevuld en de aaneensluiting van vier opeenvolgende dagen werd niet altijd bewerkstelligd. Tevens is eerder naar voren gekomen waarom bepaalde items uit een schaal - na Reliability Analysis - niet werden verwijderd om zodoende de verschillende dimensies van het multidimensionale concept te behouden, ook al kon de Cronbach's Alfa ( $\alpha$ ) daardoor toenemen. Tot slot is de standaardfout van de variabele van het beweegklimaat in de klas op school onderschat, dat komt omdat ontbrekende gegevens vervangen zijn met het gemiddelde van de aanwezige gegevens. Deze oorzaken zouden een belangrijke invloed kunnen hebben op de onderzoeksresultaten.

Er was geen sprake van een controlegroep. Een controlegroep wordt gebruikt om uit te sluiten dat een waargenomen effect niet te wijten is aan toevallige omstandigheden. Eerder is naar voren gekomen dat de drie voorwaarden van causaliteit aannemelijk kunnen worden gemaakt. Bij het invoeren van de vragenlijsten in SPSS hebben sommige leerlingen verklaringen bij bepaalde vragen gezet waarom zij deze keuze hebben gemaakt (ziekte, vakantie, kinderfeestjes, het weer of andere redenen). In de periode van de voetbalcursus hebben meerdere kinderen aangegeven dat zij één of meerdere kinderfeestjes hebben gehad, waardoor zij onder andere meer snacks of frisdrank hebben genuttigd dan dat ze normaal zouden doen. Ook kan het weer invloed hebben op de tijd dat de kinderen buiten zijn. Deze gegevens hebben de onderzoeksresultaten mogelijk beïnvloed.

Tot slot nog een opmerking over het meten van het bewegingsgedrag. Zoals eerder is besproken, is een schaal gemaakt met de items die over bewegingsgedrag gaan. Hoe langer de leerlingen op een bepaalde dag bewegingsactiviteiten deden, hoe hoger gescoord werd op de schaal van bewegingsgedrag. De vraag rijst of het gezond is om de hele dag bewegingsactiviteiten uit te voeren, om zodoende hoger te scoren op de geconstrueerde schaal. Als de leerlingen hoog willen scoren op de schaal, zullen zij de hele dag bezig moeten zijn met bewegingsactiviteiten. Het meten van gezond bewegingsgedrag op deze manier is misschien onrealistisch en in de toekomst zou kunnen worden gekeken naar andere/betere methoden.

## Literatuurlijst

Bressers, J.TH.A., & Hoogerwerff, A. (1991). *Beleidsevaluatie*. Geraadpleegd op 20 augustus 2012, via: [http://doc.utwente.nl/4632/1/K4632\\_.PDF](http://doc.utwente.nl/4632/1/K4632_.PDF)

A.M. Fredriks, S. van Buuren, R.A. Hirasing, J.M. Wit en S.P. Verloove-Vanhorick (2001). *De Quetelet-index ('body mass index') bij jongeren in 1997 vergeleken met 1980; nieuwe groeidiagrammen voor de signalering van ondergewicht, overgewicht en obesitas*. Ned Tijdschr Geneeskd. 2001;145:1296-303. <http://www.ntvg.nl/publicatie/de-quetelet-index-39body-mass-index39-bij-jongeren-1997-vergeleken-met-1980-nieuwe-groeid/volledig>

Hartstichting (2012). *Hoe beweeg ik genoeg?* Geraadpleegd op 13 augustus 2012, via: [http://www.hartstichting.nl/gezond\\_leven/beweging/hoewel\\_bewegen/](http://www.hartstichting.nl/gezond_leven/beweging/hoewel_bewegen/)

Ministerie van Welzijn, Volksgezondheid en Sport. (2008). *Nota Overgewicht 2008*. Geraadpleegd op 19 juli 2012, via: <http://www.rijksoverheid.nl/bestanden/documenten-en-publicaties/notas/2008/02/04/nota-overgewicht/no-overgewicht2-tcm19-180409.pdf>

M.H. Proctor, L.L. Moore, D. Gao, L.A. Cupples, M.L. Bradlee, M.Y. Hood en R.C. Ellison (2003). *Television viewing and change in body fat from preschool to early adolescence: The Framingham Children's Study*. International Journal of Obesity (2003) 27, 827–833. <http://www.nature.com/ijo/journal/v27/n7/pdf/0802294a.pdf>

Punch, K. (2000). *Developing effective research proposals. Second edition*. Sage publications Ltd.

Schapink, E. (2008). *Evaluatie voetbalcursus FC Twente, Scoren in de Wijk*. Enschede: Universiteit Twente.

Schwarte, S. (2010). *FC Twente: Scoren in de Wijk*. Bacheloropdracht Universiteit Twente.

Scoren in de Wijk. (2005). *Scoren in de Wijk - Stichting FC Twente*. Geraadpleegd op 16 mei 2012, via: <http://ScorenindeWijk.nl/nl/Scoren-in-de-Wijk/de-stichting>

Shadish, W., Cook, T., & Campbell, D. (2002). *Experimental and Quasi-Experimental Designs for Generalized Causal Inference*.

Thije, ten, J. (2012). *Interview Stichting FC Twente Scoren in de Wijk voetbalcursus*. 26 juli 2012.

Vesentini, L. & Cuyvers, R. (2003). *Gordeldracht: literatuurstudie over de determinanten van gordelgebruik en mogelijke interventies*. Steunpunt Beleidsrelevant onderzoek. Geraadpleegd op 17 mei 2012, via: <http://www.steunpuntmowverkeersveiligheid.be/en/modules/publications/store/22.pdf>

Vries, H. de, Dijkstra, M., & Kuhlman, P. (1988). *Self-efficacy: the third factor besides attitude and subjective norm as predictor of behavioural intentions*. Health education research 3, nr. 3 , 273-282.

Westerveld, W. (2010). *FC Twente, Scoren in de Wijk*. Bacheloropdracht Universiteit Twente.

## Bijlagen

### ***Bijlage 1: Vragen voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk***

Voornaam:

Achternaam:

School:

Datum:

Zet bij alle vragen een kruisje bij wat voor jou het goede antwoord is.

1. Ik ben een: Meisje/Jongen.

2. Ben je lid van een sportclub?

Nee, ik ben geen lid van een sportclub.

Ja, ik ben lid van één sportclub.

Ja, ik ben lid van twee of meer sportclubs.

3. Hoe vaak doe je per week aan sport (bij je sportclub) en aan gymnastiek op school?

Sporten bij mijn sportclub: 0, 1, 2, 3 of 4 of meer.

Gymnastiek op school: 0, 1, 2, 3 of 4 of meer.

4. Hoe gezond of ongezond vind je de volgende dingen?

Een half uur per dag flink bewegen (bijvoorbeeld lopen, fietsen of sporten): 1 (gezond), 2, 3, 4, 5, 6, 7 (ongezond).

Drie glazen frisdrank per dag drinken: 1 (gezond), 2, 3, 4, 5, 6, 7 (ongezond).

Elke dag twee uur buiten spelen: 1 (gezond), 2, 3, 4, 5, 6, 7 (ongezond).

Elke dag een appel of sinaasappel eten: 1 (gezond), 2, 3, 4, 5, 6, 7 (ongezond).

Elke dag vier uur TV kijken: 1 (gezond), 2, 3, 4, 5, 6, 7 (ongezond).

Drie snacks per dag eten: 1 (gezond), 2, 3, 4, 5, 6, 7 (ongezond).

Groente eten bij het warme eten: 1 (gezond), 2, 3, 4, 5, 6, 7 (ongezond).

Drie glazen water per dag drinken: 1 (gezond), 2, 3, 4, 5, 6, 7 (ongezond).

5. Hoe belangrijk vind je het dat je voldoende beweegt?

Niet belangrijk.

Een beetje belangrijk.

Belangrijk.

Erg belangrijk.

6. Hoe belangrijk vind je het dat je gezond eet?

Niet belangrijk.

Een beetje belangrijk.  
Belangrijk.  
Erg belangrijk.

7. Ben je van plan de onderstaande dingen de komende tijd meer of minder te gaan doen?

Water drinken: ga ik meer doen, blijf ik net zo vaak doen, ga ik minder doen.

Melk of karnemelk drinken: ga ik meer doen, blijf ik net zo vaak doen, ga ik minder doen.

Frisdrank drinken: ga ik meer doen, blijf ik net zo vaak doen, ga ik minder doen.

Snacks of snoep eten: ga ik meer doen, blijf ik net zo vaak doen, ga ik minder doen.

Fietsen: ga ik meer doen, blijf ik net zo vaak doen, ga ik minder doen.

Sporten: ga ik meer doen, blijf ik net zo vaak doen, ga ik minder doen.

TV of video kijken: ga ik meer doen, blijf ik net zo vaak doen, ga ik minder doen.

Computeren: ga ik meer doen, blijf ik net zo vaak doen, ga ik minder doen.

Buiten spelen: ga ik meer doen, blijf ik net zo vaak doen, ga ik minder doen.

### ***Bijlage 2: Vragen voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk***

Voornaam:

Achternaam:

School:

Datum:

Deze vragen over wat je **gisteren** hebt gedaan. Zet een kruisje bij wat je hebt gedaan.

1. Heb je gisteren nadat je bent opgestaan meteen gegeten?

Ja, ik heb rustig wat gegeten en gedronken.

Ja, ik heb snel even iets te eten gepakt.

Nee, ik heb na het opstaan niet meteen gegeten.

2. Heb je gisteren tussen de middag gegeten?

Ja, ik heb rustig wat gegeten en gedronken.

Ja, ik heb snel even iets te eten gepakt.

Nee, ik heb na het opstaan niet meteen gegeten.

3. Hoeveel glazen van deze dranken heb je gisteren alles bij elkaar gedronken?

Water of thee: 0 glazen, 1 glas, 2, glazen, 3 of meer.

Melk of karnemelk: 0 glazen, 1 glas, 2, glazen, 3 of meer.

Frisdrank: 0 glazen, 1 glas, 2, glazen, 3 of meer.

Vruchtensap: 0 glazen, 1 glas, 2, glazen, 3 of meer.

4. Hoeveel snacks (bijvoorbeeld snoep, chocola, chips, ijsjes) heb je gisteren alles bij elkaar gegeten?

Snacks: 0, 1, 2, 3, 4 of meer.

5. Hoeveel tijd heb je gisteren de volgende dingen gedaan?

Fietsen: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

Gewoon lopen: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

Sporten: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

TV of video kijken: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

Computeren: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

Buiten spelen: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

### ***Bijlage 3: Vragen voetbalcursus FC Twente Scoren in de Wijk***

Voornaam:

Achternaam:

School:

Datum:

Deze vragen over wat je **eergisteren** hebt gedaan. Zet een kruisje bij wat je hebt gedaan.

1. Heb je eergisteren nadat je bent opgestaan meteen gegeten?

Ja, ik heb rustig wat gegeten en gedronken.

Ja, ik heb snel even iets te eten gepakt.

Nee, ik heb na het opstaan niet meteen gegeten.

2. Heb je eergisteren tussen de middag gegeten?

Ja, ik heb rustig wat gegeten en gedronken.

Ja, ik heb snel even iets te eten gepakt.

Nee, ik heb na het opstaan niet meteen gegeten.

3. Hoeveel glazen van deze dranken heb je eergisteren alles bij elkaar gedronken?

Water of thee: 0 glazen, 1 glas, 2, glazen, 3 of meer.

Melk of karnemelk: 0 glazen, 1 glas, 2, glazen, 3 of meer.

Frisdrank: 0 glazen, 1 glas, 2, glazen, 3 of meer.

Vruchtensap: 0 glazen, 1 glas, 2, glazen, 3 of meer.



4. Hoeveel snacks (bijvoorbeeld snoep, chocola, chips, ijsjes) heb je eergisteren alles bij elkaar gegeten?

Snacks: 0, 1, 2, 3, 4 of meer.

5. Hoeveel tijd heb je eergisteren de volgende dingen gedaan?

Fietsen: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

Gewoon lopen: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

Sporten: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

TV of video kijken: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

Computeren: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

Buiten spelen: helemaal niet gedaan, minder dan een half uur, ongeveer een uur, ongeveer 2 uur, 3 uur of meer.

#### ***Bijlage 4: Interview dhr. Ten Thije***

1. Wat zijn de doelstellingen van de cursus? Zijn die doelstellingen even belangrijk of zijn er prioriteiten?
2. Zijn de doelstellingen in de loop van de tijd veranderd of zijn die hetzelfde gebleven? Waren er ook verschillen in de doelstellingen van de cursus zoals die op de verschillende scholen is gegeven (of waren die overal hetzelfde)?
3. Waarom zijn deze 8 scholen geselecteerd?
4. Welke groepen hebben meegedaan (groep 7 of 8)? En waarom? Moesten alle leerlingen meedoen (non-respons)?
5. Een belangrijke doelstelling van de cursus was het verbeteren van de **voedingsgewoonten**. Welke onderdelen van de cursus zouden een bijdrage moten leveren aan de realisatie van dit doel?
6. Kunt u aangeven of de cursus op die onderdelen op alle scholen op dezelfde manier is gegeven (loop de verschillende onderdelen van de cursus na en)?

School	Onderdeel 1	Onderdeel 2 (evenveel kolommen als onderdelen)
1	Vul in hoe het is gebeurd op deze school (manier A)	
2	Manier A	
3	Manier B	
4	Manier C	
5	Manier B	
6	Manier A	
7	Manier A	
8	Manier A	

7. Denkt u dat die verschillen mogelijk van invloed kunnen zijn geweest op het verbeteren van de voedingsgewoonten van de leerlingen tussen de diverse scholen?
8. Zijn er misschien andere factoren (het schoolklimaat, de docent, de medewerker van SIDW die de cursus verzorgde) die van invloed kunnen zijn geweest op het verbeteren van de voedingsgewoonten van de leerlingen tussen de diverse scholen?
9. Een belangrijke doelstelling van de cursus was het verbeteren van het **beweeggedrag**. Welke onderdelen van de cursus zouden een bijdrage moten leveren aan de realisatie van dit doel?
10. Kunt u aangeven of de cursus op die onderdelen op alle scholen op dezelfde manier is gegeven (loop de verschillende onderdelen van de cursus na)?

School	Onderdeel 1	Onderdeel 2 (evenveel kolommen als onderdelen)
1	Vul in hoe het is gebeurd op deze school (manier A)	
2	Manier A	
3	Manier B	
4	Manier C	
5	Manier B	
6	Manier A	
7	Manier A	
8	Manier A	

11. Denkt u dat die verschillen mogelijk van invloed kunnen zijn geweest op het verbeteren van het beweeggedrag van de leerlingen tussen de diverse scholen?
12. Zijn er misschien andere factoren (het schoolklimaat, de docent, de medewerker van SIDW die de cursus verzorgde) die van invloed kunnen zijn geweest op het verbeteren van het beweeggedrag van de leerlingen tussen de diverse scholen?