

Kinderen leren beter als ze gezond eten en meer bewegen

Alles wijst erop dat het unieke onderzoek dat 25 onderzoekers van de faculteiten Geneeskunde, Psychologie, Rechten en Economie van de Universiteit Maastricht uitvoeren op acht basisscholen in Parkstad Limburg, zal leiden tot verbetering van het leervermogen van leerlingen op basisscholen. Meer bewegen, gezonder eten en een beter dagritme zijn basisvoorwaarden voor de fysieke, emotionele en intellectuele ontwikkeling van kinderen.

Het onderzoek naar de gezonde effecten van een nieuw lesprogramma, een initiatief van onderwijsstichting Movare (52 basisscholen), is uniek in de wereld en trekt landelijk de aandacht. Het was niet toevallig dat staatssecretaris Sander Dekker van Onderwijs, Cultuur & Wetenschappen zich tijdens zijn werkbezoek aan Limburg op 23 mei jl. op de hoogte kwam stellen van de voortgang van het onderzoek op basisschool De Schatgraver in Landgraaf, een van de beide scholen die het volledige lesprogramma volgen. Hij schoof eerst aan voor een (uitermate gezonde) lunch met de kinderen. Daarna liet hij zich door Marleen van Rijnsbergen, deputé Werk en Welzijn, en professor Onno van Schayck van de Universiteit Maastricht, die het onderzoek leidt, bijpraten. Over respectievelijk de Sociale Agenda (het sociale beleid) van de provincie, waar dit onderzoek in past, en de aanpak en de eerste onderzoeksresultaten.

Effecten aantonen op school...

De keuze voor Parkstad is ingegeven door de ruimte die deze regio biedt voor verbetering. Parkstad kent onder meer een bovengemiddeld aantal kinderen met overgewicht. Van ruim 800 leerlingen op vier basisscholen wordt daarom nu gemeten of en welke verbeteringen zij maken dankzij het aangepaste lesprogramma. Na vijf jaar willen de onderzoekers het effect op leren,

gezondheid, verzuim en de kwaliteit van leven van de kinderen hebben aangetoond, met een eventueel bijkomend effect op het gedrag van de ouders.

...en thuis

Sommige kinderen zeggen nu thuis al: 'Mam dat eet ik niet, dat is niet gezond, dat krijgen we op school ook niet.' Zo neem je de ouders via hun kinderen hier dus toch in mee, vindt Onno van Schayck. "Op grond van onze constateringen kan het basisonderwijs straks mogelijk anders worden ingericht. Want we moeten ons in toenemende mate bezorgd maken over de gezondheid in deze regio."

Sander Dekker (boven, tweede van rechts) geniet zichtbaar van de lunch met kinderen van groep 1 van De Schatgraver.

