ACTIVEFORHEALTH.EU



D2.3
Work package 2 – Results of the Pilot Actions

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

Co-funded by the European Union

Verslag over de acties van de pilot

Het EHLA Active Day-programma is de praktische uitvoering van het Europese project 'Healthy Lifestyle Actions'. Voortbouwend op de gezamenlijke EHLA-richtlijnen hebben partners in Nederland, Italië en Turkije drie afzonderlijke nationale interventies ontwikkeld en geïmplementeerd, elk aangepast aan de lokale behoeften, onderwijssituaties en bestaande mogelijkheden.

Hoewel de benaderingen verschilden, deelden ze gemeenschappelijke doelstellingen en implementatieprincipes. De interventies bereikten gezamenlijk meer dan 3.100 kinderen en betrokken scholen, leerkrachten, coaches, gezinnen en lokale organisaties bij het bevorderen van lichaamsbeweging en een gezondere levensstijl.

Dit document 4.1 beschrijft de ontwikkeling, implementatie en evaluatie van het EHLA Active Day-programma. Het bundelt de ervaringen en resultaten van de drie deelnemende landen, identificeert geleerde lessen en overdraagbare best practices, en geeft aanbevelingen voor toekomstige implementatie.

Het rapport laat zien hoe een gedeeld Europees kader kan worden omgezet in praktische lokale actie, en tegelijkertijd bijdraagt aan de bredere ambitie van de

Deliverable D4.1 – Report of results of the awareness programme

Deliverable Number	D4.1	**Lead Beneficiary**	4 - SportDrenthe
Deliverable Name	Report of results of the awareness programme		
Type	R — Document, report	**Dissemination Level**	PU - Public
Due Date (month)	24	**Work Package No**	WP4

Description
Online document in English summarising the main results achieved during the awareness campaign, from the design of the programme, the organisation of the activities to the monitoring and evaluation of the impact of the activities to achieve the project's objectives. The report will highlight most relevant activities and target actors that have participated. 40 pages. Available on the project's website for free. Data will be collected through the app, and the organisers of the events who will provide a short summary of the event and results. Periodically, this information will be uploaded on the project's website as part of the dissemination activities and highlight the engagement of stakeholders.

EHLA om fysieke activiteit een natuurlijk en inclusief onderdeel van het dagelijks leven te maken.

Inhoudsopgave

01	Introduction	01
02	From Guidelines to National Practice	06
03	National Implementation	08
04	Results	14
05	Lessons Learned	23
06	Best Practices	25
07	Conclusions	27
08	Recommendations	29
09	Appendices	36

1. Inleiding

1.1 Achtergrond van EHLA Actieve dag

De European Healthy Lifestyle Alliance (EHLA) heeft het EHLA Active Day-project gelanceerd om kinderen en jongeren in heel Europa aan te moedigen een actievere levensstijl te leiden. Het project is ontwikkeld naar aanleiding van de groeiende bezorgdheid over een zittende levensstijl en de afnemende dagelijkse lichaamsbeweging onder schoolgaande kinderen.

De EHLA Active Day, die werd ondersteund door het Erasmus+ Sport-programma, bracht partners uit Nederland en Italië samen.,In Turkije en Ierland werd onderzocht hoe scholen en lokale gemeenschappen omgevingen kunnen creëren die beweging gedurende de dag op een natuurlijke manier stimuleren. In plaats van geïsoleerde lessen lichamelijke opvoeding te promoten, richtte het project zich op het integreren van fysieke activiteit in de dagelijkse routine door middel van innovatieve, praktische en lokaal relevante benaderingen.

Elk deelnemend land ontwierp en implementeerde zijn eigen interventie op basis van een gedeeld Europees kader, waarbij de activiteiten werden aangepast aan de nationale context, het onderwijssysteem en bestaande goede praktijken. Dit stelde het consortium in staat om verschillende implementatiestrategieën te evalueren en tegelijkertijd te werken aan gemeenschappelijke projectdoelstellingen.

1.2 Doelstellingen van het project

EHLA Active Day is ontwikkeld rond drie overkoepelende doelstellingen:

- Het bevorderen van fysieke activiteit in heel Europa door het testen en implementeren van innovatieve benaderingen die mensen aanmoedigen om meer te bewegen in het dagelijks leven.
- Het doel is een Europese gemeenschap te versterken die fysieke activiteit erkent als een belangrijke bijdrage aan een gezondere levensstijl en een grotere sociale inclusie, en die helpt bij het verminderen van sociale, economische, gender- en handicapgerelateerde barrières.

- Het doel is om de kennisuitwisseling en samenwerking tussen organisaties, professionals en belanghebbenden te stimuleren door het delen van ervaringen, goede praktijken en praktische implementatiestrategieën.

Deze doelstellingen vormden de gemeenschappelijke basis voor alle activiteiten die binnen het project werden uitgevoerd en boden het kader voor de evaluatie van de nationale interventies.

1.3 Waarom dit project is ontwikkeld

In heel Europa vormen fysieke inactiviteit en een zittende levensstijl onder kinderen een groeiend probleem voor de volksgezondheid. Scholen bieden een unieke kans om gezonde bewegingsgewoonten te stimuleren, omdat ze vrijwel alle kinderen dagelijks bereiken.

Het EHLA Active Day-project is ontwikkeld om te onderzoeken hoe fysieke activiteit een integraal onderdeel kan worden van het dagelijkse schoolleven, in plaats van beperkt te blijven tot de lessen lichamelijke opvoeding. Voortbouwend op de EHLA-richtlijnen heeft het consortium een gezamenlijk Europees kader vertaald naar een praktisch pilotprogramma.

De EHLA-richtlijn is binnen het project ontwikkeld, gebaseerd op verschillende bestaande Europese richtlijnen. Deze richtlijn vormt de gemeenschappelijke basis voor het ontwerp en de implementatie van de nationale pilotprojecten. Elk deelnemend land ontwikkelde en implementeerde vervolgens een eigen nationale interventie, afgestemd op de lokale onderwijscontext, die tegelijkertijd bijdroeg aan de gemeenschappelijke projectdoelstellingen.

1.4 Consortiumpartners

De EHLA ACTIVE DAY bracht organisaties uit Nederland, Italië, Turkije en Ierland samen, die elk hun eigen expertise en lokale context aan het project bijdroegen.

Hoewel alle partners werkten vanuit dezelfde EHLA-richtlijnen en dezelfde doelstellingen deelden, ontwierp en implementeerde elk land een andere nationale interventie. Deze aanpak stelde het consortium in staat om meerdere implementatiestrategieën te evalueren, ervaringen uit te wisselen gedurende het project en best practices te identificeren die toekomstige initiatieven ter bevordering van fysieke activiteit in heel Europa kunnen ondersteunen.

Het consortium bestond uit Spor Istanbul (Turkije), SportDrenthe (Nederland), Kinetic Analysis (Nederland), UISP Sportpertutti (Italië) en Surpass Sport Systems (Ierland). Het project werd medegefinancierd door de Europese Unie.

2. Van richtlijnen naar nationale praktijk

2.1 Van gedeelde richtlijnen naar een gemeenschappelijk kader

Het EHLA Active Day-project begon met één gedeelde Europese visie. In plaats van elk land te vragen exact dezelfde activiteiten uit te voeren, gaven de EHLA-richtlijnen alle partners dezelfde doelen en voldoende vrijheid om een aanpak te kiezen die bij hun eigen land paste. Het project was gebouwd rond drie hoofddoelstellingen:

- Het bevorderen van fysieke activiteit door middel van nieuwe en praktische ideeën;
- Het doel is een Europese gemeenschap op te bouwen die fysieke activiteit ziet als een belangrijk onderdeel van een gezonde en inclusieve levensstijl;
- Om samenwerking en kennisdeling tussen organisaties en professionals te stimuleren.

Om deze doelstellingen in de praktijk te brengen, kwamen de partners een aantal gemeenschappelijke principes overeen. Het project moest samen met scholen worden ontwikkeld, in de normale schoolroutine passen, flexibel genoeg zijn voor verschillende onderwijssystemen en zich richten op verandering op de lange termijn in plaats van eenmalige activiteiten. Een ander belangrijk principe was dat het project leerkrachten moest ondersteunen en geen extra werk voor hen mocht creëren.

Deze principes vormden het uitgangspunt voor alle nationale interventies.

2.2 Van richtlijnen naar nationale praktijk

De volgende stap was het vertalen van de Europese richtlijnen naar een praktisch pilotprogramma. In plaats van één vast programma te ontwikkelen, kwamen de partners een gezamenlijk proces overeen dat elk land zou volgen.

Dit proces omvatte het in kaart brengen van lokale behoeften, het selecteren van geschikte activiteiten, het voorbereiden van scholen op de implementatie, het testen van de interventies en het delen van ervaringen gedurende het hele project.

Hoewel het proces voor alle partners hetzelfde was, ontwikkelde elk land zijn eigen interventie op basis van lokale behoeften en mogelijkheden.

2.3 Samen leren

Gedurende het hele project wisselden de partners regelmatig ervaringen uit, bespraken ze uitdagingen en leerden ze van elkaars implementatie. Internationale bijeenkomsten en locatiebezoeken boden mogelijkheden om ideeën te delen, te reflecteren op de voortgang en de nationale interventies te verbeteren.

In plaats van één identiek programma te ontwikkelen, toonde het project aan dat verschillende nationale benaderingen succesvol kunnen bijdragen aan dezelfde Europese doelstellingen.

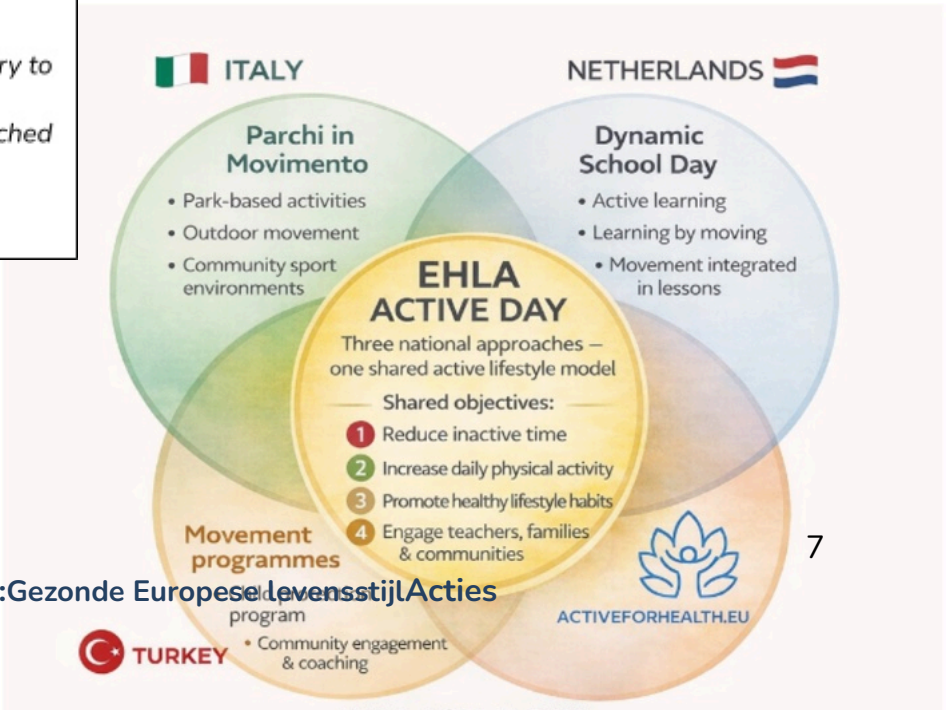
Deze balans tussen een gedeelde visie en lokale flexibiliteit werd de belangrijkste kracht van EHLA Active Day.

Shared European Framework

✔ *Common objectives*

✔ *Shared principles*

This approach allowed every country to work towards the same objectives while using methods that best matched their own situation.



3. Nationale implementatie

Na de ontwikkeling van het gezamenlijke Europese kader heeft het consortium de richtlijnen vertaald naar praktische nationale interventies.

In dit hoofdstuk wordt beschreven hoe dit proces zich in de drie deelnemende landen heeft ontvouwd.



Het EHLA Active Day-project volgde één gemeenschappelijk Europees kader, maar gaf elk land de vrijheid om een interventie te ontwikkelen die het beste aansloot bij het eigen onderwijssysteem en de lokale context.

Hoewel de activiteiten verschilden tussen Nederland, Italië en Turkije, volgden alle partners hetzelfde implementatieproces: van planning en betrokkenheid van belanghebbenden tot implementatie, evaluatie en kennisdeling.

De bovenstaande infographic geeft een overzicht van dit traject. De volgende paragrafen beschrijven kort hoe elk land het Europese kader in de nationale praktijk heeft omgezet.

3.1 Het opzetten van de nationale interventies

Na de ontwikkeling van de EHLA-richtlijn en het gezamenlijke pilotkader hebben de consortiumpartners via een reeks online bijeenkomsten samengewerkt om de gedeelde doelstellingen te vertalen naar praktische nationale interventies. Deze bijeenkomsten boden de mogelijkheid om ideeën uit te wisselen, implementatie-uitdagingen te bespreken en het project aan te passen aan lokale behoeften, met behoud van één gedeelde Europese visie.

Ter ondersteuning van dit proces werden internationale locatiebezoeken georganiseerd in Turkije (maart 2026) en Italië (april 2026). Deze bezoeken hielpen de samenwerking te versterken, lokale belanghebbenden te betrekken en het Europese kader te verbinden met de lokale praktijk. Door scholen, sportcentra, gemeenten en maatschappelijke partners te bezoeken, kreeg het consortium een beter inzicht in de context van elk land en werden mogelijkheden geïdentificeerd om de implementatie verder te verbeteren voordat de pilotprojecten officieel van start gingen.

3.2 Internationale locatiebezoeken

Turkije

Het bezoek aan Turkije was gericht op de voorbereiding van het nationale naschoolse programma dat door Spor Istanbul wordt georganiseerd. Er werden

diverse sportcentra bezocht en er vonden bijeenkomsten plaats met lokale projectcoördinatoren en belanghebbenden. Een belangrijk onderdeel van het bezoek was de introductie van het Kinderbeschermingsprogramma, ontwikkeld door een psycholoog wiens onderzoek de wetenschappelijke basis vormde voor deze interventie.

In plaats van zich alleen te richten op het stimuleren van fysieke activiteit, streefde de Turkse aanpak ernaar sportdeelname te combineren met thema's zoals persoonlijke ontwikkeling, welzijn en levensvaardigheden. Tijdens het bezoek werd het implementatieplan verder verfijnd en werden praktische aanbevelingen besproken ter ondersteuning van een succesvolle lancering van het programma.

Italië

Het bezoek aan Verona was gericht op de uitvoering van Parchi in Movimento, gecoördineerd door UISP in nauwe samenwerking met de gemeente Verona. Er werden ontmoetingen gehouden met projectcoördinatoren, trainers en vertegenwoordigers van de gemeente, gevolgd door bezoeken aan de openbare parken waar de activiteiten plaatsvinden.

Een van de meest opmerkelijke observaties was de sociale impact van het programma. Door kinderen tijdens schooltijd kennis te laten maken met buitenactiviteiten, werden ze aangemoedigd om samen met ouders, grootouders, broers en zussen naar de parken terug te keren. Op deze manier werd fysieke activiteit meer dan alleen een schoolactiviteit; het versterkte ook de interactie binnen het gezin, de betrokkenheid bij de gemeenschap en het gebruik van openbare ruimtes.


İSTANBUL
BÜYÜKŞEHİR
BELEDİYESİ



3.3 Nationale interventies

Na de voorbereidingsfase en de internationale locatiebezoeken implementeerde elke partner zijn nationale interventie op basis van het gedeelde Europese kader. Hoewel de interventies verschilden in inhoud en setting, waren ze allemaal gericht op het stimuleren van kinderen om meer te bewegen en gezonde leefstijlgewoonten te ontwikkelen op een manier die aansloot bij de lokale context.

Nederland

De Nederlandse interventie richtte zich op de Dynamische Schooldag, waarbij actief leren werd ingezet als praktische manier om beweging in het dagelijkse onderwijs te integreren. Leerkrachten kregen training in de principes van actief leren en implementeerden de Beweegbox in hun klaslokalen.

Vier basisscholen namen deel aan de pilot, waarmee meer dan 900 kinderen van 4 tot 12 jaar werden bereikt, waaronder 80 kinderen met speciale behoeften.

Tijdens de implementatie ontvingen de scholen voortdurende ondersteuning van Assen Sportstad en SportDrenthe.

Italië

Het Italiaanse project Parchi in Movimento liet kinderen kennismaken met fysieke activiteiten die ze gemakkelijk buiten schooltijd in openbare parken konden voortzetten. In nauwe samenwerking met de gemeente Verona moedigden scholen en buurtcoaches kinderen aan om verschillende manieren te ontdekken om buiten actief te zijn.

Naast het stimuleren van fysieke activiteit, bevorderde het programma ook de deelname van gezinnen en een sterkere betrokkenheid van de gemeenschap.

Aan dit programma hebben meer dan 600 kinderen deelgenomen.

Turkije

De Turkse interventie combineerde naschoolse sportactiviteiten met het kinderbeschermingsprogramma, georganiseerd door Spor Istanbul in het Kartal

Hasan Doğan sportcomplex. Aan het programma namen 676 kinderen deel in het vijfde trimester en 808 kinderen in het zesde trimester.

De activiteiten bevorderden niet alleen de fysieke activiteit, maar versterkten ook het welzijn, de persoonlijke ontwikkeling en de levensvaardigheden door middel van sport.

Hoewel elke interventie de nationale prioriteiten en lokale mogelijkheden weerspiegelde, lieten ze samen zien hoe één Europees kader succesvol kan worden vertaald naar verschillende praktische benaderingen, terwijl ze toch dezelfde gemeenschappelijke doelstellingen nastreven.

3.4 Evaluatiemethodologie

Om de implementatie en impact van het EHLA Active Day-programma te evalueren, werd een gezamenlijk evaluatiekader ontwikkeld voor alle deelnemende landen. Er werden drie vragenlijsten opgesteld om feedback te verzamelen van de belangrijkste belangengroepen: kinderen, leerkrachten/coaches en ouders. Deze perspectieven boden samen een breed inzicht in de implementatie en de waargenomen impact van de verschillende nationale interventies.

Hoewel alle partners hetzelfde evaluatiekader hanteerden, concentreerde elk land zich op de belangengroep die het meest relevant was voor de eigen interventie.

Nederland verzamelde feedback van alle drie de belangengroepen en introduceerde een aanvullende dynamische leerlingevaluatie, waardoor kinderen door middel van beweging in plaats van een traditionele vragenlijst op hun ervaringen konden reflecteren.

In Italië lag de focus vooral op leerkrachten en coaches, wat waardevolle inzichten opleverde in de praktische implementatie van Parchi in Movimento en de haalbaarheid van leeractiviteiten in de buitenlucht.

Het programma in Turkije richtte zich voornamelijk op ouders, wat de sterke nadruk van het Kinderbeschermingsprogramma op welzijn, betrokkenheid van het gezin en een gezonde levensstijl weerspiegelt. Na afloop van het programma zijn evaluaties van de coaches gepland.

Gezamenlijk boden deze complementaire evaluatiemethoden een compleet beeld van het EHLA Active Day-project in de drie deelnemende landen.

4. Resultaten van de EHLA-actieve dag

4. Resultaten van de EHLA Active-dag, een inleiding:

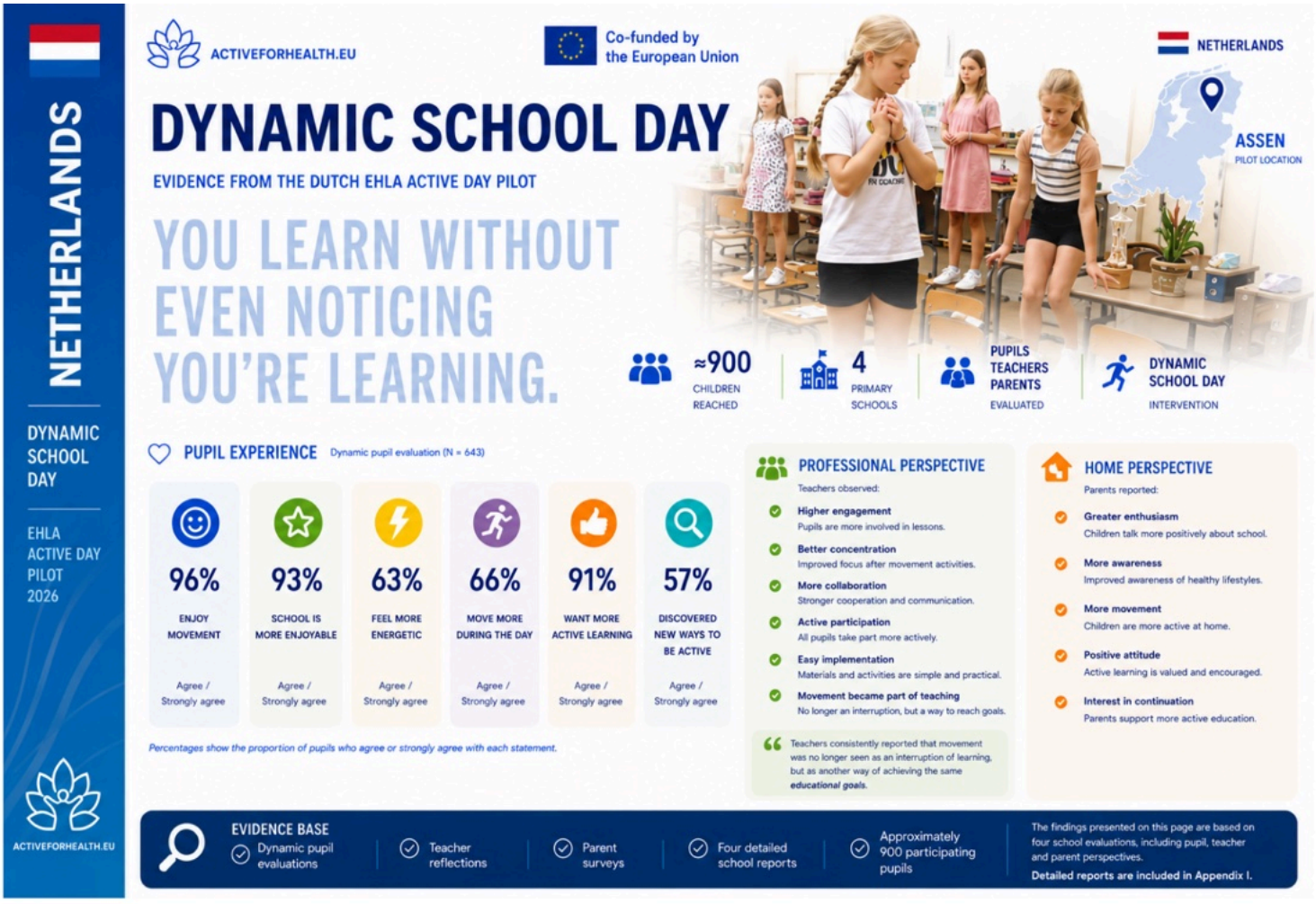
Na de implementatie van de EHLA Active Day-pilot heeft het consortium het programma geëvalueerd in Nederland, Italië en Turkije. Het project bereikte in totaal meer dan 3.100 kinderen via drie complementaire nationale interventies, waarbij scholen, gemeenten, sportorganisaties en een breed scala aan lokale belanghebbenden betrokken waren.

Hoewel elk land een andere interventie uitvoerde, waren alle activiteiten gebaseerd op hetzelfde Europese kader en gedeelde doelstellingen. In de volgende paragrafen worden de nationale resultaten gepresenteerd, waarna de belangrijkste bevindingen van het consortium worden belicht.

4.1 Nederland



Nederland implementeerde het EHLA Active Day-programma via de Dynamische Schooldag, waarbij actief leren en de Beweegbox werden ingezet om beweging in het dagelijkse onderwijs te integreren. Vier basisscholen namen deel aan de pilot. Om het programma te evalueren, werd feedback verzameld van leerlingen, leerkrachten en ouders, wat de meest complete dataset binnen het consortium opleverde.



Interpretatie van de resultaten

De Nederlandse aanpak richtte zich op het integreren van beweging in het dagelijkse onderwijs in plaats van het organiseren van extra sportactiviteiten. De

belangrijkste reden voor deze keuze was inclusiviteit: elk kind gaat naar school, maar niet elk kind doet mee aan sport.

georganiseerde sport of groeit op in een omgeving waar actief zijn wordt aangemoedigd. Door beweging onderdeel te maken van de schooldag, wilde het programma alle kinderen bereiken en hen op een positieve en plezierige manier laten kennismaken met lichamelijke activiteit.

Uit de pilot bleek dat actief leren een natuurlijk onderdeel van het lesgeven kan worden. Leerkrachten gaven aan dat de training en de Beweegbox hen praktische hulpmiddelen en het vertrouwen gaven om beweging in hun lessen te integreren. In plaats van extra werk te creëren, ervoeren veel leerkrachten actief leren als een effectieve manier om de betrokkenheid van leerlingen te vergroten, de concentratie te verbeteren en een positievere sfeer in de klas te creëren.

De evaluaties van de leerlingen weerspiegelden deze positieve ervaring. Kinderen genoten van het leren door te bewegen en beschreven school als leuker wanneer actief leren werd geïntegreerd. Een leerling vatte de ervaring perfect samen:

"Je leert zonder dat je het zelfs maar doorhebt."

Dit citaat vat de grootste kracht van de Nederlandse interventie samen. Beweging was niet het doel op zich; het werd een natuurlijke manier om leren, participatie en plezier op school te bevorderen.

Ook ouders reageerden positief. Velen meldden dat hun kinderen enthousiast over de activiteiten thuis praatten en meer interesse toonden in lichamelijke activiteit buiten schooltijd. Dit suggereert dat positieve ervaringen tijdens de schooldag ook een actievere levensstijl buiten de klas kunnen stimuleren.

Hoewel thema's als een gezonde levensstijl, zoals voeding, hydratatie en welzijn, tijdens de pilot aan bod kwamen, lag de focus van de Nederlandse interventie vooral op het ontwikkelen van actief leren en de Dynamische Schooldag. Het consortium is van mening dat toekomstige implementaties deze aanpak verder kunnen versterken door educatie over een gezonde levensstijl explicieter te integreren naast beweging.

Ondersteunend bewijs

De bevindingen in dit hoofdstuk zijn gebaseerd op de Nederlandse nationale evaluatie, inclusief dynamische leerlingevaluaties, vragenlijsten voor leerkrachten en enquêtes onder ouders. Vier gedetailleerde schoolrapporten zijn opgenomen in Bijlage I, die een uitgebreider overzicht geven van het implementatieproces en de evaluatieresultaten op schoolniveau.

4.2 Italië

Het Italiaanse pilotproject bouwde voort op een bestaand, gemeenschapsgericht initiatief in plaats van een nieuw programma binnen scholen te introduceren. Via het programma Parchi in Movimento ("Parken in beweging") breidde EHLA Active Day een reeds bestaand netwerk van buitensportactiviteiten uit door specifiek basisscholen en jonge kinderen erbij te betrekken.

Het project sloeg een brug tussen school en gemeenschap. Kinderen maakten eerst kennis met de activiteiten tijdens schooluren en werden vervolgens aangemoedigd om samen met hun familie deel te nemen aan het programma in het openbare park in hun vrije tijd. Op deze manier breidde EHLA Active Day de fysieke activiteit uit buiten het klaslokaal en versterkte het de band tussen scholen, gezinnen en de lokale gemeenschap.

Om deze aanpak te evalueren, richtte Italië zich voornamelijk op het verzamelen van feedback van leerkrachten en coaches die verantwoordelijk waren voor de uitvoering van de activiteiten. Hun reflecties bieden waardevolle inzichten in de haalbaarheid, de educatieve waarde en het potentieel op lange termijn van de integratie van scholen in gemeenschapsgerichte programma's voor fysieke activiteit.




ITALY
EHLA ACTIVE DAY PILOT 2026
ACTIVEFORHEALTH.EU
ACTIVEFORHEALTH.EU
Co-funded by the European Union
EHLA ACTIVE DAY
EVIDENCE FROM THE ITALIAN PILOT
≈749 CHILDREN REACHED
4 PRIMARY SCHOOLS
11 TEACHERS & COACHES EVALUATED
2 PARKS & COMMUNITY INITIATIVES INVOLVED
ITALY
VERONA
PILOT LOCATION
PARCHI IN MOVIMENTO
TEACHER & COACH EVALUATION
Teacher & coach evaluation (N = 11)
100% TEACHERS CONSIDERED THE PROGRAMME VALUABLE. Agree / Strongly agree
91% CHILDREN ACTIVELY PARTICIPATED IN THE ACTIVITIES. Agree / Strongly agree
100% OUTDOOR LEARNING CREATED A POSITIVE ATMOSPHERE. Agree / Strongly agree
91% THE PROGRAMME STRENGTHENED LINKS WITH FAMILIES. Agree / Strongly agree
82% ACTIVITIES WERE EASY TO ORGANISE AND IMPLEMENT. Agree / Strongly agree
91% TEACHERS WOULD RECOMMEND CONTINUING THE PROGRAMME. Agree / Strongly agree
Percentages show the proportion of teachers & coaches who agree or strongly agree with each statement.
PROFESSIONAL PERSPECTIVE
Teachers and coaches reported that:
Children were highly motivated and enthusiastic.
Outdoor environments increased engagement and participation.
Public parks became meaningful and inspiring learning environments.
Schools connected more closely with local communities.
Families were more involved and participated in activities outside school hours.
The combination of movement, nature and community makes this programme unique and very impactful.
– Teacher, Verona
COMMUNITY IMPACT
The Italian pilot created a strong bridge between school and community:
Children discovered activities through school.
Families joined during the summer programme in the parks.
Active lifestyles are promoted beyond the classroom.
Local partnerships are strengthened.
Existing community programmes became more visible through schools.
Sustainable and accessible opportunities for all.
EVIDENCE BASE
Teacher & coach evaluations
Site visit observations
Project dissemination & social media
Local communication materials
Community programme documentation
The findings presented on this page are based on teacher & coach evaluations and additional project materials in Italy.
Supporting documents are included in Appendix II.

Interpretatie van de resultaten

De Italiaanse interventie liet zien hoe een bestaand gemeenschapsinitiatief succesvol kan worden verrijkt door scholen en gezinnen erbij te betrekken. In plaats van een volledig nieuw programma te ontwikkelen, versterkte EHLA Active Day een reeds succesvol lokaal concept door nauwere banden te smeden tussen onderwijsinstellingen, maatschappelijke organisaties en openbare ruimtes.

Leerkrachten en coaches gaven consequent aan dat de buitenactiviteiten kinderen motiveerden om enthousiast deel te nemen. De parkomgeving creëerde een ontspannen en inclusieve sfeer waarin kinderen werden aangemoedigd om te bewegen, samen te werken en te genieten van fysieke activiteit. Het aanbieden van activiteiten buiten de traditionele leslokalen droeg hieraan bij.

Het klaslokaal bood ook mogelijkheden voor ervaringsgericht leren en bevorderde sociale interactie.

Een van de meest opvallende resultaten van de Italiaanse pilot was de samenhang tussen deelname op school en betrokkenheid van het gezin. Kinderen die via school voor het eerst met de activiteiten in aanraking kwamen, werden aangemoedigd om tijdens het zomerprogramma met hun ouders, broers, zussen en vrienden terug te keren naar de parken. Dit illustreert hoe scholen een effectieve toegangspoort kunnen vormen tot het bevorderen van levenslange deelname aan fysieke activiteiten in de gemeenschap.

Uit de evaluaties van de leerkrachten en coaches bleek bovendien dat het programma gemakkelijk te organiseren was, goed werd ontvangen door de deelnemers en zeer geschikt was voor lokale implementatie. Respondenten waardeerden met name de combinatie van beweging, welzijn en sociale interactie in toegankelijke openbare ruimtes.

In tegenstelling tot de Nederlandse interventie, die zich primair richtte op het integreren van beweging in het dagelijkse onderwijs, legde de Italiaanse pilot de nadruk op participatie van de gemeenschap en het creëren van duurzame mogelijkheden voor gezinnen om ook buiten schooltijd fysiek actief te blijven. Samen tonen deze complementaire benaderingen de flexibiliteit van het EHLA Active Day-raamwerk in verschillende nationale contexten aan.

Programma-informatie

De bevindingen in dit hoofdstuk zijn voornamelijk gebaseerd op evaluatieformulieren van leerkrachten en coaches die na de implementatieactiviteiten zijn ingevuld. Aanvullend bewijsmateriaal werd verzameld via projectverspreiding, documentatie op sociale media en lokaal communicatiemateriaal van het Parchi in Movimento-programma. Deze bronnen illustreren zowel het implementatieproces als de sterke betrokkenheid van de gemeenschap die tijdens de Italiaanse pilot is bereikt.

4.3 Turkije

De Turkse interventie werd uitgevoerd via de bestaande sportprogramma's van Spor Istanbul in het Kartal Hasan Doğan Sportcomplex. Het programma bereikte 676 kinderen in het vijfde trimester en 808 kinderen in het zesde trimester, en bood hen de mogelijkheid om deel te nemen aan verschillende sporten en fysieke activiteiten.

Een kenmerkend element van de Turkse aanpak was de combinatie van fysieke activiteit met sportcultuur en waardenonderwijs. Educatieve kaarten, spelactiviteiten, waardemedailles en motiverend materiaal werden gebruikt om thema's als respect, verantwoordelijkheid, vriendschap, fair play, gezonde keuzes en persoonlijke ontwikkeling aan te snijden. Op deze manier werd sport niet alleen ingezet om kinderen aan te moedigen fysiek actief te zijn, maar ook als een omgeving voor sociale, emotionele en levensstijlvorming.

De eindevaluatie richtte zich voornamelijk op feedback van ouders. In totaal werden 36 geldige reacties van ouders verzameld. Omdat het responspercentage relatief laag was (2,5%), moeten de bevindingen worden geïnterpreteerd als een indicatie van de ervaringen van de gezinnen die hebben gereageerd, en niet als representatief voor alle kinderen die aan het programma deelnemen.

Ondersteunend bewijs

De bevindingen in dit hoofdstuk zijn gebaseerd op het Turkse EHLA Active Days-eindrapport en de enquête onder ouders die tussen juni en september 2026 is gehouden. Het nationale rapport bevat aanvullende gegevens per sportdiscipline en leeftijdsgroep, evenals documentatie over het educatieve materiaal en het implementatieproces.



Interpretatie van de resultaten

De Turkse interventie laat zien dat sport een veel bredere context kan bieden dan alleen fysieke activiteit. Door beweging te integreren met waardenvorming, sociaal-emotionele ontwikkeling en een gezonde levensstijl, creëerde het programma een aanpak waarbij fysieke en persoonlijke ontwikkeling hand in hand gingen.

Ouders zagen over het algemeen een positieve ontwikkeling bij hun kinderen. In de negen domeinen van gedrags- en karakterontwikkeling was het algehele positieve responspercentage 78,7%. De sterkste resultaten werden gerapporteerd voor zelfvertrouwen en moed (86,1%), naleving van regels (86,1%), empathie en tolerantie (83,3%) en vriendschap en teamwork (80,6%). Deze bevindingen suggereren dat de sociale en emotionele aspecten van het programma met name voor ouders zichtbaar waren.

Lagere scores werden gerapporteerd voor respect en eerlijkheid (72,2%) en slaap-, voedings- en hygiënegewoonten (69,4%). Dit laatste is met name relevant binnen de EHLA-context, aangezien dit gedrag sterk wordt beïnvloed door routines buiten de sportomgeving. Dit suggereert dat voorlichting over een gezonde levensstijl nog effectiever kan zijn wanneer kinderen, coaches en ouders explicieter met elkaar verbonden zijn.

De evaluatie gaf ook inzicht in de wekelijkse fysieke activiteit van kinderen. Kinderen bleken gemiddeld 3,6 dagen per week minstens 30 minuten matig tot intensief te bewegen. In totaal was 77,8% minstens drie dagen per week actief, terwijl 27,8% vijf of meer actieve dagen bereikte. Deze resultaten onderstrepen de belangrijke bijdrage van georganiseerde sport, maar laten ook zien dat extra mogelijkheden om buiten georganiseerde sessies actief te zijn waardevol blijven.

Er werden ook verschillen waargenomen tussen sportdisciplines en leeftijdsgroepen. Verschillende van deze subgroepen bevatten echter slechts een klein aantal respondenten. Deze bevindingen moeten daarom worden beschouwd als nuttige aanwijzingen voor toekomstige programmaontwikkeling, in plaats van als definitieve conclusies over specifieke sporten of leeftijdsgroepen.

Al met al voegt de Turkse pilot een belangrijke dimensie toe aan de EHLA Active Day-aanpak. Waar de Nederlandse pilot zich richtte op het integreren van beweging in het dagelijkse leerproces en de Italiaanse pilot scholen verbond met buiten- en gemeenschapsactiviteiten, liet Turkije zien hoe georganiseerde sport gecombineerd kan worden met waarden, welzijn en levensvaardigheden, waarbij de toename van zelfvertrouwen essentieel is voor een duurzame, gezonde levensstijl.

Gezamenlijk illustreren deze benaderingen de flexibiliteit van het gedeelde EHLA-raamwerk in verschillende nationale contexten.

5. Lessen die we hebben geleerd

De drie nationale interventies leverden waardevolle inzichten op in wat duurzame fysieke activiteit bij kinderen bevordert. De volgende lessen belichten de belangrijkste principes die uit het project naar voren zijn gekomen en die als leidraad kunnen dienen voor toekomstige implementatie.

5.1 Integreer beweging in het dagelijks leven

In alle drie de landen bleven scholen een belangrijk uitgangspunt, maar de bredere les reikt verder dan de schoolomgeving zelf. EHLA toonde aan dat fysieke activiteit de grootste potentie heeft voor een blijvende impact wanneer deze verbonden is met de dagelijkse routines en omgeving van kinderen.

Losse activiteiten bereiken niet elk kind. Vooral kinderen die thuis weinig aanmoediging, steun of toegang tot lichaamsbeweging krijgen, worden vaak over het hoofd gezien. Door beweging te integreren in dagelijkse situaties zoals school, wordt de aanpak veel inclusiever, omdat school een van de weinige plekken is die bijna elk kind bereikt.

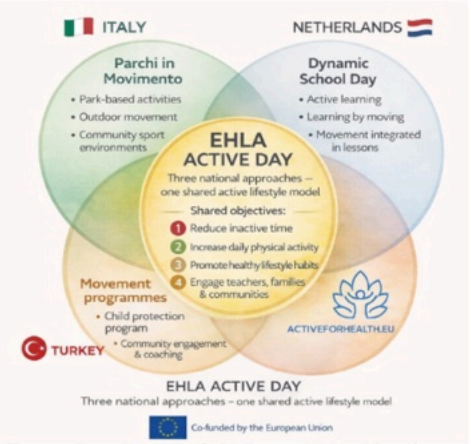
De belangrijkste les is dan ook dat succesvolle benaderingen niet als tijdelijke proefprojecten of losstaande initiatieven moeten worden beschouwd. Beweging moet een integraal onderdeel van het dagelijks leven worden, waarbij scholen, gezinnen, gemeenschappen, openbare ruimtes en lokale organisaties elkaar versterken. Dit schept veel sterkere voorwaarden voor duurzame gedragsverandering op de lange termijn.

5.2 Lokaal aanpassen, de gedeelde principes behouden

EHLA heeft aangetoond dat verschillende nationale benaderingen kunnen bijdragen aan dezelfde Europese ambitie. De gedeelde doelstellingen blijven centraal staan,

terwijl de uitvoering kan worden aangepast aan lokale behoeften, structuren en mogelijkheden.

Het model in Figuur 1 illustreert dit duidelijk: drie verschillende nationale benaderingen, gebaseerd op dezelfde gedeelde doelstellingen. Deze flexibiliteit is een sterk punt, omdat het lokale zeggenschap mogelijk maakt zonder de gemeenschappelijke Europese richting uit het oog te verliezen.



5.3 Steun de mensen die het mogelijk maken.

Een succesvolle implementatie hangt af van de mensen die de aanpak in de dagelijkse praktijk brengen. Leerkrachten, coaches, coördinatoren en lokale partners hebben praktische hulpmiddelen, training, tijd en ondersteuning nodig.

De les is dat nieuwe benaderingen de implementatie moeten vergemakkelijken, en geen extra last moeten creëren. Wanneer professionals zich zelfverzekerd en gesteund voelen, is de kans groter dat beweging onderdeel wordt van de bestaande routines en ook na afloop van het project wordt voortgezet.

5.4 Duurzaamheid begint bij het begin

Duurzaamheid mag niet pas aan de orde komen wanneer een pilotproject afloopt. Eigenaarschap, samenwerking, middelen en continuïteit moeten vanaf het begin onderdeel uitmaken van het ontwerp.

Uit EHLA is gebleken dat een blijvende impact waarschijnlijker is wanneer succesvolle elementen worden ingebed in bestaande organisaties, routines en beleidsmaatregelen, in plaats van afhankelijk te blijven van tijdelijke projectfinanciering.

Proj







6. Beste praktijken

De pilotprojecten van EHLA Active Day lieten verschillende praktische benaderingen zien die in andere contexten kunnen worden toegepast. De waarde ligt niet zozeer in het kopiëren van complete programma's, maar in het identificeren van elementen die kunnen worden aangepast aan de lokale omstandigheden.

6.1 Nederland – Beweging integreren in het leerproces

Een sterk punt uit het Nederlandse pilotproject was de directe integratie van beweging in de lessen door middel van actief leren en de Beweegbox.

Leerkrachten ontvingen praktisch materiaal en een korte workshop, waardoor ze gemakkelijk en toegankelijk aan de slag konden. Een enthousiaste lokale ambassadeur of 'aanjager' bleek belangrijk om de aanpak op gang te brengen en collega's te motiveren. Zodra leerkrachten ervoeren hoe actief leren in de praktijk werkte, verspreidde het enthousiasme zich vaak vanzelf binnen de school.

Overdraagbare elementen: zorg voor kant-en-klaar materiaal, combineer dit met een korte praktische workshop en identificeer een enthousiaste persoon binnen de school die als katalysator voor de implementatie kan fungeren.

6.2 Italië – De verbinding tussen school en openbare ruimte

Het Italiaanse pilotproject toonde de waarde aan van het koppelen van schoolactiviteiten aan openbare parken en mogelijkheden voor de gemeenschap.

Kinderen ervoeren beweging op school en werden aangemoedigd om deze activiteiten buiten schooltijd met familie en vrienden voort te zetten. Dit creëerde een brug tussen school, vrije tijd en de lokale gemeenschap.

Overdraagbaar element: gebruik school als toegangspoort om kinderen kennis te laten maken met toegankelijke plekken en activiteiten die ze zelfstandig kunnen voortzetten.

6.3 Turkije – Beweging combineren met bredere ontwikkeling

De Turkse piloot liet zien hoe fysieke activiteit gecombineerd kan worden met waardenonderwijs, welzijn en levensvaardigheden.

Educatief materiaal, spelletjes en coaching werden ingezet om thema's als respect, verantwoordelijkheid, vriendschap, fair play en gezonde keuzes, in combinatie met beweging, aan bod te laten komen.

Overdraagbaar element: gebruik fysieke activiteit als context voor fysieke, sociale en persoonlijke ontwikkeling in plaats van uitsluitend op de beweging zelf te focussen.

6.4 Wat deze beste praktijken gemeen hebben

Hoewel de drie benaderingen verschillend waren, hadden ze een aantal praktische kenmerken gemeen:

- Ze waren verbonden met bestaande dagelijkse structuren;
- Ze maakten gebruik van professionals die al deel uitmaakten van de omgeving van de kinderen;
- Ze streefden ernaar om deelname gemakkelijk en toegankelijk te maken;
- Ze koppelden beweging aan bredere educatieve, sociale of maatschappelijke doelen;
- Ze waren ontworpen om aangepast te worden, niet om exact gekopieerd te worden.

Deze gemeenschappelijke kenmerken weerspiegelen de bredere EHLA-aanpak: gedeelde principes, aangepast aan de lokale praktijk.



7. Conclusies

De EHLA Active Day heeft aangetoond dat een gedeelde Europese ambitie kan worden vertaald in zeer verschillende lokale benaderingen zonder de gemeenschappelijke richting uit het oog te verliezen.

Het project ging uit van de EHLA-richtlijnen en gedeelde doelstellingen, terwijl elk land de vrijheid kreeg om een interventie te ontwikkelen die aansloot bij het eigen onderwijssysteem, de structuren, de cultuur en de mogelijkheden.

Een belangrijke conclusie is dat effectieve innovatie niet altijd betekent dat er iets compleet nieuws gecreëerd moet worden. Na het vaststellen van de gezamenlijke doelstellingen, hebben de partners eerst zorgvuldig gekeken naar hun lokale context: wat was er al beschikbaar, wat werkte goed, wat ontbrak er en wat kon er verbeterd worden.

In plaats van parallelle programma's te creëren, bouwden de nationale interventies voort op bestaande structuren, mensen, omgevingen en goede praktijken. In Italië versterkte EHLA bijvoorbeeld de verbinding tussen de bestaande Parchi in Movimento-aanpak, scholen, gezinnen en openbare ruimtes. In Nederland werd beweging geïntegreerd in de bestaande schoolroutines door middel van actief leren.

In Turkije werden bestaande naschoolse activiteiten verder ontwikkeld door fysieke activiteit te koppelen aan waarden, welzijn en levensvaardigheden.

Deze aanpak bleek waardevol omdat de implementatie relevanter werd voor de lokale situatie en er een sterker draagvlak ontstond. De les is daarom niet om een succesvolle interventie van het ene land naar het andere te kopiëren, maar om uit te gaan van gedeelde principes, de lokale context te begrijpen en voort te bouwen op wat daar al mogelijk is. EHLA D4.2*Het witboek beschrijft dit als volgt: het delen van de principes, het begrijpen van de context, het aanpassen van de actie en het leren van de implementatie*.

In de drie landen werden meer dan 3.100 kinderen bereikt via benaderingen die beweging koppelden aan alledaags leren, deelname aan de gemeenschap en persoonlijke ontwikkeling. De pilotprojecten toonden aan dat fysieke activiteit veel meer kan zijn dan een op zichzelf staande sportactiviteit wanneer deze wordt verbonden met omgevingen die al deel uitmaken van het dagelijks leven van kinderen.

Scholen speelden een belangrijke rol omdat ze toegang bieden aan bijna elk kind, inclusief kinderen die thuis mogelijk minder ondersteuning of minder mogelijkheden voor lichaamsbeweging krijgen. Tegelijkertijd liet EHLA zien dat de school er niet alleen voor hoeft te staan. Gezinnen, gemeenschappen, openbare ruimtes, gemeenten, sportorganisaties en professionals kunnen elkaar versterken en de impact verder laten reiken dan de schooldag.

De nationale ervaringen lieten ook zien dat beweging een bredere ontwikkeling kan ondersteunen. Afhankelijk van de context werd fysieke activiteit in verband gebracht met leren, plezier, zelfvertrouwen, sociale interactie, teamwork, welzijn, waarden en levensvaardigheden. Dit versterkt het idee dat fysieke activiteit niet alleen als een gezondheids- of sportkwestie moet worden beschouwd, maar als onderdeel van de bredere ontwikkeling van kinderen.

De belangrijkste conclusie van EHLA Active Day is dan ook niet dat er nu één programma in heel Europa moet worden uitgerold. Het is eerder dat gedeelde doelstellingen kunnen leiden tot lokaal relevante oplossingen, en dat een blijvende impact waarschijnlijker is wanneer beweging onderdeel wordt van de bestaande dagelijkse omgeving in plaats van een tijdelijk project te blijven.

De EHLA Active Day toonde ook de waarde aan van leren over de grenzen heen. Lokale aanpassing betekent niet dat benaderingen beperkt moeten blijven tot het land waarin ze zijn getest. Elementen die in de ene context goed werkten, kunnen ook andere landen inspireren, mits ze worden aangepast aan de lokale behoeften en structuren.

Zo zou actief leren bijvoorbeeld onderzocht kunnen worden op Italiaanse scholen, zou Parchi in Movimento inspiratie kunnen bieden voor activiteiten in de gemeenschap in Turkije, en zouden elementen van de Turkse benadering van sportcultuur en waardenonderwijs schoolprogramma's in Nederland kunnen verrijken.

Het doel is daarom niet om complete interventies te kopiëren, maar om ideeën uit te wisselen, sterke punten te identificeren en te testen hoe deze in een andere context waarde kunnen toevoegen. Op deze manier kunnen de drie nationale pilotprojecten een uitgangspunt vormen voor verder leren en innoveren in heel Europa.

Deze aanpak sluit ook aan bij de bredere capaciteitsopbouwstrategie van EHLA, die organisaties aanmoedigt om beproefde lokale werkwijzen te identificeren, aan te passen aan hun eigen context en geleidelijk in hun dagelijkse werkzaamheden te integreren.

8. Aanbevelingen: Van pilot tot duurzame praktijk

EHLA Active Day bood een praktische testomgeving voor het omzetten van gedeelde EHLA-richtlijnen in lokale actie. De volgende stap is niet simpelweg de pilots te herhalen, maar de opgedane kennis te gebruiken om van tijdelijke interventies over te stappen naar duurzame, actieve omgevingen.

8.1 Begin met duidelijke doelstellingen en bouw voort op wat er al is.

Begin met een gedeelde ambitie en duidelijke doelstellingen, niet met een kant-en-klaar programma. Zodra de richting helder is, kijk dan naar de lokale context: wat bestaat er al, wat werkt, wat ontbreekt en wat kan worden versterkt. De lokale uitvoering moet zoveel mogelijk voortbouwen op bestaande structuren, mensen, ruimtes en goede praktijken.

Dit betekent niet simpelweg doorgaan met wat er al is. Het betekent doelbewust verbeteren, verbinden en ontwikkelen van bestaande sterke punten, zodat deze een grotere bijdrage leveren aan de gezamenlijke doelstellingen. Dit creëert meer betrokkenheid op lokaal niveau en voorkomt onnodige parallelle structuren.

8.2 Pas je lokaal aan en leer van anderen

Succesvolle overdracht betekent niet dat een interventie exact wordt gekopieerd. Landen, gemeenten en scholen verschillen in cultuur, infrastructuur, middelen en bestaande werkwijzen, waardoor lokale aanpassing essentieel blijft.

Tegelijkertijd kunnen de EHLA-pilots elkaar inspireren. Sterke elementen uit het ene land kunnen ook in een andere context van waarde zijn. Bij toekomstige implementaties moet daarom worden nagegaan wat werkte, waarom het werkte en hoe deze elementen elders kunnen worden aangepast.

De nationale pilotprojecten moeten worden gezien als praktische bouwstenen en inspiratiebronnen, niet als vaste modellen die moeten worden gekopieerd.

8.3 Investeer in mensen en verbind de omgeving rondom het kind.

Een succesvolle implementatie hangt af van de mensen die het mogelijk maken. Leraren, coaches, coördinatoren en lokale partners hebben praktische hulpmiddelen, training, tijd en ondersteuning nodig.

De Nederlandse ervaring toonde de waarde aan van het combineren van direct bruikbaar materiaal met een korte praktische workshop en een enthousiaste lokale ambassadeur die collega's op weg kan helpen. Meer in het algemeen liet EHLA zien dat professionals nieuwe werkwijzen eerder zullen blijven toepassen als deze aansluiten bij bestaande routines en geen onnodige extra werkdruk opleveren.

Tegelijkertijd bewegen kinderen zich tussen school, thuis, buurt, sport en de openbare ruimte. Deze omgevingen moeten elkaar versterken. Scholen, gezinnen, gemeenten, sportorganisaties en partners in de gemeenschap spelen allemaal een rol bij het creëren van een ondersteunende omgeving voor het kind. Het webinar over de programma-uitvoering benadrukte ook dat gecoördineerde, op meerdere locaties gerichte benaderingen effectiever zijn dan geïsoleerde interventies.

De implementatie wordt versterkt wanneer organisaties lokale ambassadeurs aanstellen, praktische training bieden en mensen duidelijke verantwoordelijkheid geven voor het behouden van de voortgang.

8.4 Plan voor voortzetting vanaf het begin

Duurzaamheid zou niet pas ter sprake moeten komen wanneer een pilotproject ten einde loopt.

Eigenaarschap, coördinatie, middelen, evaluatie en continuïteit moeten vanaf het begin onderdeel uitmaken van het ontwerp. Succesvolle elementen moeten onderdeel worden van bestaande routines, professionele rollen, organisatiestructuren, budgetten en, waar relevant, beleid.

Evaluatie moet dit proces ondersteunen door niet alleen te kijken naar deelname, maar ook naar bereik, ervaring, kwaliteit van de uitvoering, inclusie en of activiteiten in de loop der tijd worden voortgezet.

Het doel is om van tijdelijke projecten over te stappen naar duurzame praktijken: van kortetermijnfinanciering naar langetermijneigendom, en van geïsoleerde activiteiten naar actieve dagelijkse omgevingen.

Van een actieve dag naar actief zijn voor je gezondheid.

EHLA Active Day was niet alleen een reeks nationale pilotprojecten. Het was een praktische test van hoe gedeelde Europese doelstellingen vertaald kunnen worden naar alledaagse omgevingen die kinderen stimuleren om meer te bewegen, op een manier die aansluit bij lokale structuren, culturen en mogelijkheden.

De volgende stap is om verder te gaan dan tijdelijke projecten. Blijvende impact vereist dat fysieke activiteit onderdeel wordt van de systemen die het dagelijks

leven van kinderen al vormgeven: onderwijs, gemeenschap, openbare ruimte, sport, gezondheid en lokaal beleid.

Dit betekent verschuiven:

- van activiteiten tot omgevingen,
- van projecten naar de praktijk,
- van individuele organisaties naar gedeelde verantwoordelijkheid,
- van tijdelijke financiering naar langdurig eigendom.

De rol van EHLA is daarom niet om één vast Europees programma aan te bieden, maar om een gedeelde richting, praktische principes en beproefde voorbeelden te verschaffen die anderen kunnen overnemen, versterken en waarop ze kunnen voortbouwen.

De ambitie is duidelijk: actief leven de gemakkelijke, normale en inclusieve keuze maken – elke dag, voor elk kind.



9. E e aar

9.1 Van Europese samenwerking naar lokale actie

De Europese meerwaarde van EHLA Active Day schuilt in de combinatie van gedeelde doelstellingen, internationale samenwerking en lokaal aangepaste uitvoering.

In plaats van één gestandaardiseerd programma in heel Europa in te voeren, ontwikkelde het consortium een gemeenschappelijk kader waarmee partners

konden voortbouwen op hun eigen onderwijssystemen, bestaande initiatieven en lokale expertise.

Dit resulteerde in drie complementaire benaderingen: het integreren van beweging in het dagelijkse leerproces in Nederland, het verbinden van scholen met buiten- en gemeenschapsactiviteiten in Italië, en het combineren van sportdeelname met waardenonderwijs en persoonlijke ontwikkeling in Turkije.

Gezamenlijk lieten deze interventies zien hoe Europese samenwerking praktische innovatie kan ondersteunen met respect voor nationale en lokale verschillen.

9.2 Leren over de grenzen heen

Een belangrijke bijdrage van EHLA Active Day was de mogelijkheid voor partners om van elkaars ervaringen te leren.

Via internationale bijeenkomsten, locatiebezoeken, gezamenlijke voorbereiding en evaluatie heeft het consortium kennis uitgewisseld over verschillende benaderingen om fysieke activiteit onder kinderen te bevorderen.

De nationale pilotprojecten boden praktische voorbeelden van hoe scholen, sportorganisaties, gemeenten en gemeenschappen kunnen bijdragen aan een gezondere en actievere levensstijl.

Deze ervaringen brachten ook mogelijkheden aan het licht voor de overdracht van succesvolle elementen tussen landen. Actief leren, gemeenschapsgerichte fysieke activiteit en waardenonderwijs kunnen inspiratie bieden voor toekomstige initiatieven, ook buiten de landen waar ze oorspronkelijk zijn geïmplementeerd.

De waarde van deze uitwisseling ligt niet in het volledig kopiëren van programma's, maar in het begrijpen van wat werkt, waarom het werkt en hoe succesvolle elementen kunnen worden aangepast aan verschillende lokale omstandigheden.

9.3 Bijdrage aan de EHLA-bewustmakingscampagne

Het EHLA Active Day-programma droeg bij aan de bredere bewustwordingscampagne door het belang van lichaamsbeweging en een gezonde levensstijl te vertalen naar zichtbare, praktische ervaringen.

In de drie deelnemende landen werden meer dan 3.100 kinderen bereikt via activiteiten die beweging, participatie en positieve ervaringen met fysieke activiteit stimuleerden.

Het programma betrok ook leerkrachten, coaches, ouders, scholen, gemeenten en lokale organisaties, waardoor het bewustzijn zich uitstrekte tot buiten de direct betrokken kinderen.

De nationale interventies lieten verschillende manieren zien om een actieve levensstijl te bevorderen:

- In Nederland werd fysieke activiteit onderdeel van het dagelijkse leerproces in de klas, waardoor zowel leerkrachten als kinderen de voordelen van bewegen tijdens de schooldag konden ervaren.
- In Italië lieten schoolactiviteiten kinderen kennismaken met mogelijkheden voor lichamelijke activiteit in openbare parken, waardoor de banden tussen scholen, gezinnen en lokale gemeenschappen werden versterkt.
- In Turkije werd sportdeelname gecombineerd met onderwijs over waarden, welzijn en een gezonde levensstijl, waardoor de verbinding tussen lichamelijke activiteit en persoonlijke ontwikkeling werd versterkt.

Naast directe deelname bieden de nationale evaluaties, communicatiematerialen, visuele documentatie en gedeelde projectresultaten hulpmiddelen om het bewustzijn bij een breder Europees publiek te vergroten.

Op deze manier ging de bewustwordingscampagne verder dan alleen het communiceren van het belang van lichaamsbeweging. Ze liet zien hoe een actieve levensstijl kan worden aangemoedigd door middel van praktische benaderingen die in de dagelijkse omgeving zijn ingebed.

9.4 Een basis leggen voor toekomstige implementatie

De resultaten van EHLA Active Day bieden een praktische basis voor verdere verspreiding, kennisuitwisseling en toekomstige implementatie.

De drie nationale pilotprojecten bieden beproefde voorbeelden die scholen, gemeenten, sportorganisaties en andere belanghebbenden als inspiratie kunnen gebruiken bij het ontwikkelen van hun eigen aanpak.

De EHLA-richtlijnen, het capaciteitsopbouwprogramma, de webinars, het e-book, de app en de projectwebsite ondersteunen het breder delen en toepassen van deze ervaringen.

Een belangrijke les is dat duurzame verandering meer vereist dan individuele activiteiten of tijdelijke projecten. Het hangt af van lokale betrokkenheid, samenwerking tussen organisaties, praktische ondersteuning voor professionals en de integratie van de beweging in bestaande structuren.

De Europese meerwaarde van EHLA Active Day reikt daarom verder dan de uitvoering van drie nationale pilotprojecten. Deze meerwaarde zit hem in de gedeelde kennis, praktische ervaring en overdraagbare principes die toekomstige initiatieven in heel Europa kunnen ondersteunen.

De EHLA Active Day laat zien dat een gedeelde Europese ambitie kan leiden tot verschillende lokale oplossingen, die allemaal bijdragen aan één

gemeenschappelijk doel: actief en gezond leven een natuurlijk, toegankelijk en inclusief onderdeel van het dagelijks leven maken.

Eindreflectie/Afsluitende opmerking

De EHLA Active Day liet zien dat gedeelde Europese doelstellingen kunnen leiden tot zeer uiteenlopende, lokaal relevante oplossingen. De pilotprojecten in Nederland, Italië en Turkije toonden aan dat er geen universeel model bestaat voor het stimuleren van een actievere levensstijl bij kinderen. Het gaat erom te beginnen met een duidelijke ambitie, de lokale context te begrijpen, voort te bouwen op wat er al is en beweging te integreren in de dagelijkse omgeving op een manier die past bij de betrokken mensen en structuren.

De waarde van het project ligt niet alleen in de drie pilotprojecten zelf, maar ook in de lessen die hieruit getrokken kunnen worden. Scholen, gemeenten, sportorganisaties, coaches en gemeenschappen kunnen deze ervaringen als inspiratie gebruiken, sterke elementen aanpassen aan hun eigen context en verder werken aan methoden die fysieke activiteit een normaal onderdeel van het dagelijks leven maken.

Het bredere EHLA-project ondersteunt deze volgende stap. De richtlijn, het capaciteitsopbouwprogramma, webinars, het e-book, de app en de website bieden aanvullende kennis, tools en hulpmiddelen die organisaties kunnen helpen bij het toepassen, aanpassen en in stand houden van de principes die tijdens Active Day zijn getest. Samen verbinden deze resultaten bewijsmateriaal, praktijkervaring en toekomstige implementatie.

EHLA Active Day eindigt dus niet met de afronding van de pilots. Het laat beproefde methoden, gedeelde leerervaringen en praktische inspiratie achter waarop anderen kunnen voortbouwen.



Theorie en praktijk gaan zelden hand in hand. Het is makkelijk genoeg om een diagram te tekenen met drie overlappende cirkels die zogenaamd bijna automatisch resultaten genereren. Het is echter een veel complexere taak om het werk in drie verschillende landen uit te voeren, met meer dan 3000 kinderen. We zijn er trots op dat we hierin geslaagd zijn, hoewel het veel flexibiliteit heeft gevergd. De volgende bijlagen geven een overzicht voor elk land, inclusief vragenlijsten en – specifiek voor Turkije – projectmateriaal. Deze bijlagen dienen slechts als overzicht; de daadwerkelijke bevindingen worden gedetailleerd beschreven in het projectrapport, WP4.2: Bewustwordingscampagne.

NEDERLAND

Actieve reflectiesessie EHLA (Engels)

Bewegingsgerichte evaluatiemethode voor kinderen
EHLA Active Day – Nederland | Italië | Turkije

"Het EHLA-pilotproject onderzocht ook actieve en op beweging gebaseerde evaluatiemethoden, in lijn met de filosofie om beweging in alle aspecten van de schooldag te integreren."

Dit zal GEEN standaard vragenlijstsessie zijn waarbij kinderen rustig achter een bureau zitten.

Dit zal zijn:

- evalueren door middel van beweging,
- actieve reflectie,
- plezier,
- interactie,
- en tegelijkertijd nuttige gegevens verzamelen.

Met deze actieve evaluatie willen we het volgende onderzoeken:

- of kinderen meer plezier zijn gaan beleven aan bewegen,
- of ze fysiek actiever zijn geworden,
- hoe zij de activiteiten hebben ervaren,
- wat het effect was op hun schoolervaring en energieniveau.
- en welke onderdelen de grootste impact hadden.

Structuur van de sessie

- Totale duur: circa 30-40 minuten
- Inleiding – korte uitleg
- Deel 1 – Actieve 4-hoeken activiteit
- Deel 2 – Bewegingsgerichte responsactiviteiten

- Deel 3 – Paarreflectie
- Deel 4 – Individuele reflectie bij het afsluitende gedeelte

Kernprincipes

- JA in een groeps-/klassensetting: plezier, motivatie, voorkeuren, energieniveau en favoriete activiteiten.
- Niet geschikt voor groeps-/klassikale bijeenkomsten: veiligheidsproblemen, onveiligheid, uitsluiting of negatieve ervaringen.

Benodigde materialen

- 4 hoekposters – zie bijlage
- smileykaarten
- post-its
- A4-vellen
- pennen
- 4 bakjes/potten voor het verzamelen van anonieme antwoordbriefjes op de slotvragen.

Begin van de sessie

“Vandaag gaan we op een actieve en speelse manier terugblikken op de activiteiten van de EHLA Active Day. Er zijn geen goede of foute antwoorden. We zijn vooral geïnteresseerd in jullie ervaringen en ideeën.”

Basisinformatie voor de sessie

De docent/begeleider noteert de groepsgegevens:

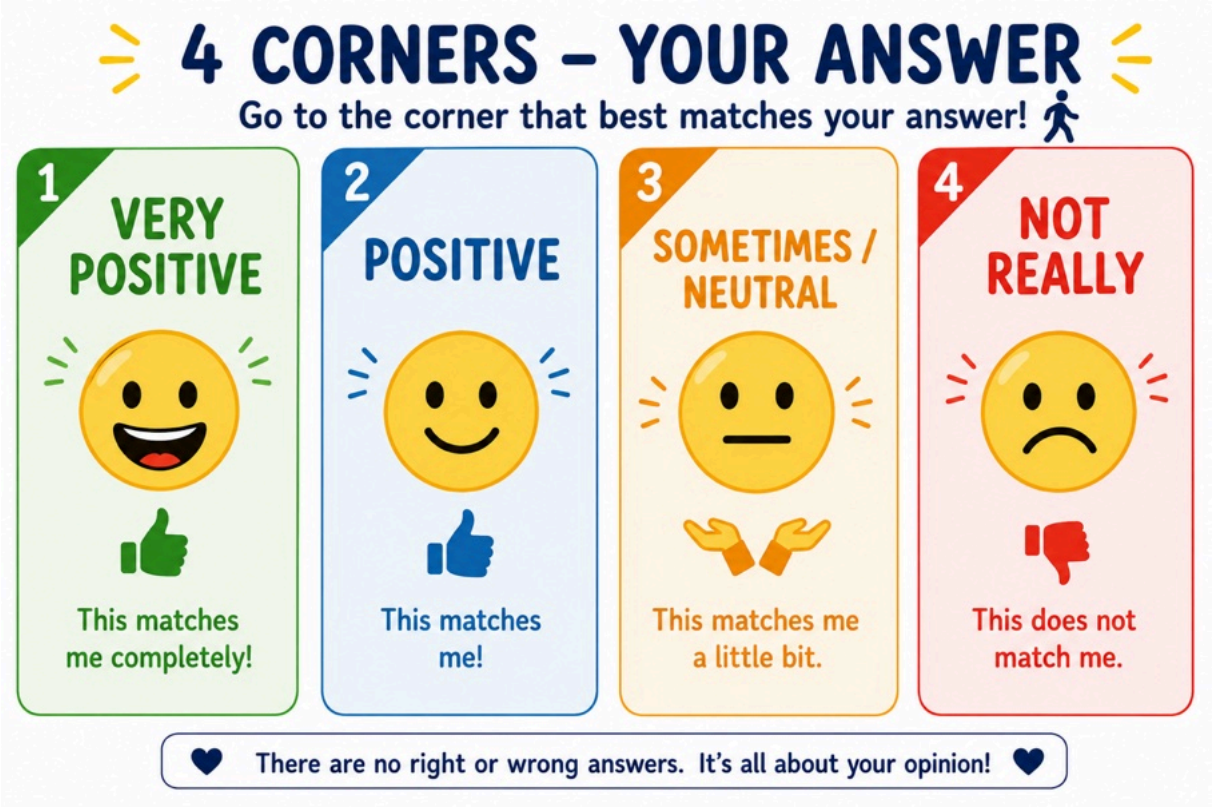
- aantal jongens/meisjes,
- leeftijdsgroep,
- school,
- en land.

Daarna volgen de actieve evaluatievragen.

Deel 1 – Beweging & Plezier

Actieve 4-hoekvragen

Print de onderstaande posters uit en hang ze op verschillende plekken in het klaslokaal, de gymzaal of het park.



Vragen

1. Vind je het leuk om fysiek actief te zijn?
2. Ben je actiever geworden door EHLA?
3. Vond je school leuker met extra bewegingsactiviteiten?
4. Voelde je je energieker tijdens je schooltijd?
5. Zou je graag meer actieve momenten op school willen beleven?
6. Heb je nieuwe activiteiten ontdekt die je leuk vindt?

Gegevensverzameling

- De begeleider telt het aantal kinderen in elke hoek of maakt per vraag een foto als bewijs.

Deel 2 – School en het dagelijks leven

Bewegingsgerichte antwoordactiviteiten

Projecteer de afbeeldingen op een scherm of print ze uit en hang ze op een zichtbare plek op, zodat kinderen duidelijk begrijpen welke beweging bij welk antwoord hoort.



- Jumping jacks = echt leuk
- Squats = leuk
- Lunges = soms leuk
- Stilstaan is niet zo leuk.

Voor elke vraag:

- Kies het antwoord dat het beste bij je past.
- Voer de beweging uit die bij je antwoord hoort.

Vraag 7

Vind je het fijn om meer te bewegen tijdens schooltijd?

Antwoord	Beweging
😀Heel erg	Jumping Jacks
🙂 Ja	Squats
😐Neutraal	Uitvalsoefeningen
🙁 Nee	Stilstaand

Vraag 8

Kun je je beter concentreren na een verhuizing?

Antwoord	Beweging
😀Ja, veel beter.	Jumping Jacks
🙂Ja, iets beter.	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
🙁 Nee	Stilstaand

Vraag 9

Voel je je energieker tijdens schooldagen?

Antwoord	Beweging
😀Ja, veel energieker.	Jumping Jacks
🙂Ja, iets energieker.	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
🙁 Nee	Stilstaand

Vraag 10

Heeft EHLA school leuker gemaakt?

Antwoord	Beweging
😀Ja, veel prettiger.	Jumping Jacks
🙂Ja, iets aangenamer.	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
🙁 Nee	Stilstaand

Vraag 11

Heeft EHLA je geholpen om beter met andere kinderen samen te werken?

Antwoord	Beweging
😀Ja, veel meer.	Jumping Jacks
🙂Ja, nog een beetje meer.	Squats

Antwoord	Beweging
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
😕 Nee	Stilstaand

Deel 3 – Reflectie in tweetallen / Wandelinterview

Schrijf deze vragen op A4-vellen en laat de kinderen rondlopen in het klaslokaal, op het schoolplein of in het park terwijl ze erover praten.
Als er geen ruimte is om te lopen, kunnen kinderen de onderwerpen ook gewoon in tweetallen bespreken.

Vragen

- Wat vond je het leukst?
- Wat heb je van deze activiteiten geleerd?
- Wat zou je vaker willen doen?
- Wat moeten scholen blijven doen?
- Denk je nu anders over beweging en een gezonde levensstijl?
- Heb je ideeën om EHLA nog leuker of beter te maken?

Feedback en observatie

Enkele kinderen delen hun antwoorden mogelijk met de groep.

De begeleider noteert observaties (een audio-opname is nog beter, zodat deze achteraf geanalyseerd kan worden).

De begeleider observeert:

- betrokkenheid,
- enthousiasme,
- samenwerking,
- en deelname tijdens de sessie.

Belangrijk om te verzamelen:

- citaten,
- opmerkelijke uitspraken,
- terugkerende thema's.

DIT levert waardevol materiaal op voor het eindverslag.

Optionele anonieme individuele vragen

De laatste vragen kunnen ook individueel en anoniem worden beantwoord.

Dit kan als volgt worden gedaan:

- de vragen projecteren of voorlezen aan de klas,
- Elk kind vier kleine briefjes geven.

Kinderen schrijven hun antwoord op een briefje en stoppen het in:

- Pot 1 voor antwoord 1,
- Pot 2 voor antwoord 2,
- Pot 3 voor antwoord 3,
- Pot 4 voor antwoord 4.

Er staan geen namen op de aantekeningen — ze zijn volledig anoniem en worden in eigen tempo ingevuld.

Als ze klaar zijn, kunnen de kinderen rustig doorgaan naar een andere activiteit.

Deel 4 – Individuele afsluitende reflectie

1. Ik voelde me op mijn gemak tijdens de EHLA-activiteiten.
2. Ik voelde me veilig.
3. Iedereen kon meedoen.
4. Is er nog iets dat u wilt zeggen?

Waarom deze methode effectief is

- Het sluit aan bij de filosofie van EHLA en bewegingsgericht leren.
- Het verlaagt de drempel voor deelname.
- Het maakt evalueren leuk.
- Het zorgt voor directe interactie.
- Het biedt zowel kwantitatieve gegevens als persoonlijke verhalen.
- Het werkt internationaal.

Deze methode combineert:

- Vierhoekactiviteiten,
- bewegingsgerichte reacties,
- wandelinterviews,
- en individuele reflectie.

Op deze manier ontstaat een evaluatiemethode die volledig aansluit bij de visie van EHLA Active Day:

Beweging integreren in elk aspect van de schooldag.

EHLA Actieve Reflectiesessie

Bewegende evaluatievorm voor kinderen
EHLA Active Day – Nederland | Italië | Turkije

"Het EHLA-pilotproject onderzocht ook actieve en op beweging gebaseerde evaluatiemethoden, in lijn met de filosofie om beweging in alle aspecten van de schooldag te integreren."

Dit wordt géén standaard vragenlijstmoment waarbij kinderen stil achter een tafel zitten.

Dit wordt:
- evalueren door bewegen,
- actief reflecteren,
- plezier,
- interactie,
- én tegelijkertijd bruikbare data verzamelen.

Met deze actieve evaluatie willen we onderzoeken:
- of kinderen meer plezier hebben gekregen in bewegen,
- of zij meer zijn gaan bewegen,
- hoe zij de activiteiten hebben ervaren,
- wat het effect was op schoolbeleving en energie,
- en welke onderdelen het meeste impact maakten.

Opzet van de sessie

- Totale duur: ± 30–40 minuten
- Intro – korte uitleg
- Deel 1 – actieve 4-hoeken
- Deel 2 – bewegende werkvormen
- Deel 3 – duo-reflectie
- Deel 4 – individuele exit

Belangrijkste principes

- WEL klassikaal: plezier, motivatie, voorkeuren, energie en favoriete activiteiten.
- NIET klassikaal: veiligheid, onzekerheid, buitensluiting of negatieve ervaringen.

Benodigdheden

- 4 hoekposters – zie bijlage
- smiley-kaarten
- post-its
- A4'tjes
- de pen
- 4 potjes waar briefjes in kunnen voor laatste vragen.

Start van de les

- Vandaag gaan we op een actieve manier terugkijken op de EHLA Active Day activiteiten. Er zijn geen goede of foute antwoorden. We zijn vooral benieuwd naar jullie ervaringen en ideeën.

Basis voor de les:

De docent/begeleider vult de data in van de groep. Hoeveel jongens/meisjes, welke leeftijd,
welke school en welk land.

Dan over naar de antwoorden op de vragen (actief)

Deel 1 – Bewegen & plezier Actieve 4-hoeken vragen

Print onderstaande posters uit en hang ze op in verschillende hoeken van het lokaal/gymzaal/het park.



- Vraag 1 – Vind je bewegen leuk?
- Vraag 2 – Ben je door EHLA meer gaan bewegen?
- Vraag 3 – Vond je school leuker met meer beweging?
- Vraag 4 – Voelde je je energieker tijdens schooldagen?
- Vraag 5 – Zou je vaker actieve momenten op school willen?
- Vraag 6 – Heb je nieuwe activiteiten ontdekt die je leuk vindt?

Data verzamelen

- De begeleider telt per hoek het aantal kinderen of maakt een foto per vraag (bewijs)

Deel 2 – School & dagelijks leven

Bewegende antwoordenvormen – projecteer de Plaatjes op het bord of print ze uit en hang ze op zodat het duidelijk is welke beweging bij welk Antwoord hoort.

- Jumping jacks = super leuk
- Squats = leuk
- Lunges = soms leuk
- Stil staan = niet zo leuk



Bij iedere vraag:

- kies je het antwoord dat het beste bij jou past,
- voer je de beweging uit die bij jouw antwoord hoort.

Vraag 7

Vind je het fijn dat er meer beweging is tijdens school?

Antwoord	Beweging
😀 Heel fijn	Jumping Jacks
🙂 Fijn	Squats
😐 Neutraal	Uitvalsoefeningen
🙁 Niet fijn	Blijf stil staan

Vraag 8

Kun je je beter concentreren na bewegen?

Antwoord	Beweging
😀 Ja, veel beter	Jumping Jacks
🙂 Ja, een beetje beter	Squats

Antwoord	Beweging
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
😕Nee	Blijf stil staan

Vraag 9

Voel je je energieker tijdens schooldagen?

Antwoord	Beweging
😀 Ja, veel energieker	Jumping Jacks
🙂 Ja, iets energieker	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
😕Nee	Blijf stil staan

Vraag 10

Heeft EHLA school leuker gemaakt?

Antwoord	Beweging
😀 Ja, veel leuker	Jumping Jacks
🙂 Ja, een beetje leuker	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
😕Nee	Blijf stil staan

Vraag 11

Heb je door EHLA meer samengewerkt met andere kinderen?

Antwoord	Beweging
😀 Ja, veel meer	Jumping Jacks
🙂 Ja, een beetje meer	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
🙁Nee	Blijf stil staan

Deel 3 – In tweetallen; (wandel) interview

Schrijf deze vragen op een A4 en laat ze wandelen door de klas, op het plein of in het park. Is er geen ruimte om te wandelen? Dan gewoon in tweetallen overleggen.

- Wat vond jij het allerleukste?
- Wat heb je geleerd van deze activiteiten?
- Wat zou je vaker willen doen?
- Wat moeten scholen echt houden?
- Denk je nu ook anders na over bewegen en gezond leven?
- Heb jij ideeen om EHLA nog leuker of beter te maken?

TERUGKOPPELING
Een paar kinderen mogen iets delen.
De begeleider noteert (opnemen is nog beter, dan kan je het later uitwerken) De begeleider observeert tijdens de sessie betrokkenheid, enthousiasme, samenwerking en deelname.

- Quotes, opvallende uitspraken, terugkerende thema's

DIT wordt goud voor onze rapportage.

De laatste paar vragen zou je nog individueel kunnen laten invullen (anoniem)

Dit kan je doen door de vraag klassikaal te stellen of op het bord te projecteren/uitprinten en iedereen 4 briefjes teg even.
Vraag 1, vraag 2, Vraag 3 en Vraag 4.
Ze vullen in op het briefje wat het Antwoord is, en lopen dan naar potje 1 voor Antwoord 1 en stoppen daar het briefje in. Potje 2 voor Antwoord 2, potje 3 voor Antwoord 3 en potje 4 voor het laatste briefje. Geen naam erop, echt anoniem en op eigen tempo. Als ze klaar zijn mogen ze iets anders gaan doen.

Deel 4 – Individuele exit

1. Ik voelde mij tijdens EHLA prettig.
2. Ik voelde mij veilig.
3. Iedereen kon meedoen.
4. Wat wil je nog zeggen?

Waarom deze methode sterk is
Het past bij EHLA en bewegend leren
Het verlaagt invuldrempel
Het maakt evalueren leuk
Het geeft direct interactie
Het levert zowel data als verhalen op
Het werkt internationaal

Deze methode combineert:
- 4-hoeken werkvormen,
- bewegende antwoorden,
- wandelinterviews,
- en individuele reflectie.

Daarmee ontstaat een evaluatievorm die volledig aansluit bij de visie van EHLA Active Day: bewegen integreren in alle onderdelen van de schooldag.

ITALIË

EHLA Actieve Reflectiesessie - Bewegingsgerichte evaluatie voor kinderen

EHLA Active Day – Italië | Parchi in Movimento

"Het EHLA-pilotproject onderzocht ook actieve en op beweging gebaseerde evaluatiemethoden, in lijn met de filosofie om beweging te integreren in alle aspecten van de schooldag en het gemeenschapsleven."

Dit is GEEN standaard vragenlijstsessie waarbij kinderen rustig achter een tafel zitten.

Deze sessie gaat over:

- reflecteren door middel van beweging,
- actieve deelname,
- plezier,
- interactie,
- en op een boeiende manier zinvolle feedback verzamelen.

Met deze actieve evaluatie willen we het volgende onderzoeken:

- of kinderen meer plezier beleefden aan bewegen,
- of ze fysiek actiever werden,
- hoe zij de EHLA- en Parchi-activiteiten binnen Movimento hebben ervaren.
- Welk effect hadden de activiteiten op energie, welzijn en schoolervaring?
- en welke activiteiten de grootste impact hadden.

Structuur van de sessie

- Totale duur: ± 30–40 minuten
- Inleiding – korte uitleg
- Deel 1 – Actieve vierhoeksvragen
- Deel 2 – Bewegingsgerichte reactieactiviteiten
- Deel 3 – Interview tijdens het wandelen in duo
- Deel 4 – Individuele afsluitende reflectie

Belangrijkste principes

JA – Bespreek dit samen in de groep:

- plezier
- motivatie
- favoriete activiteiten
- buitenactiviteiten
- energie en participatie

NIET in de groep:

- onzekerheid
- zich buitengesloten voelen
- ongemakkelijke of negatieve ervaringen

Benodigde materialen

- 4 hoekposters – zie bijlage
- smileykaarten
- post-its
- A4-vellen
- pennen/potloden
- 4 bakjes of doosjes voor anonieme antwoorden
- optionele muziek

Begin van de sessie

- "Vandaag gaan we op een actieve manier reflecteren op de EHLA Active Day en de activiteiten van Parchi in Movimento. Er zijn geen goede of foute antwoorden. We zijn benieuwd naar jullie ervaringen, meningen en ideeën."

Basisinformatie voor de sessie

De docent/begeleider registreert:

- aantal jongens/meisjes,
- leeftijdsgroep,
- school,

- stad,
- en land.

Vervolgens begint de actieve reflectiesessie.

Deel 1 – Beweging en plezier

Actieve 4-hoekvragen

Print de posters uit en hang ze op verschillende plekken in het klaslokaal, de gymzaal, op het schoolplein of in het park.

Vraag 1

• Vind je het leuk om te bewegen en actief te zijn?

Vraag 2

• Ben je door EHLA en Parchi actiever geworden binnen Movimento?

Vraag 3

• Hebben buiten- en parkactiviteiten je schooldag of je dag leuker gemaakt?

Vraag 4

• Voelde je je energieker tijdens je schooltijd?

Vraag 5

• Zou je graag meer actieve momenten in de buitenlucht willen beleven tijdens of na schooltijd?

Vraag 6

• Heb je nieuwe spelletjes, sporten of buitenactiviteiten ontdekt die je leuk vindt?

Gegevens verzamelen

• De begeleider telt hoeveel kinderen er in elke hoek staan.
OF
• De begeleider maakt een foto van de groepsopstellingen voor elke vraag (bewijs/documentatie).

Deel 2 – School en het dagelijks leven

Bewegingsgerichte responsactiviteiten

Projecteer de bewegingsvisualisaties op het bord of print ze uit en hang ze op, zodat de kinderen duidelijk begrijpen welke beweging bij welk antwoord hoort.

- Jumping jacks = Heel positief
- Squats = Positief
- Uitvalsoefeningen = Soms / neutraal
- Stilstaan = Niet echt / negatief

Voor elke vraag:

- Kinderen kiezen het antwoord dat het beste past.
- en voer de beweging uit die bij dat antwoord hoort.

Antwoord	Beweging
😀Zeer positief	Jumping Jacks
🙂positief	Squats
😐Soms / Neutraal	Uitvalsoefeningen
😕Niet echt	Stilstaand

Vraag 7

Vind je het fijn om tijdens schooltijd meer te bewegen en buitenactiviteiten te doen?

Antwoord	Beweging
😀Heel erg	Jumping Jacks
🙂 Ja	Squats
😐Neutraal	Uitvalsoefeningen

Antwoord	Beweging
😕Niet echt	Stilstaand

Vraag 8

Kun je je beter concentreren na beweging of buitenactiviteiten?

Antwoord	Beweging
😀Ja, veel beter.	Jumping Jacks
🙂Ja, iets beter.	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
😕 Nee	Stilstaand

Vraag 9

Voel je je energieker tijdens schooldagen?

Antwoord	Beweging
😀Veel energieker	Jumping Jacks
🙂Iets energieker	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
😕 Nee	Stilstaand

Vraag 10

Hebben EHLA en Parchi in Movimento je schooltijd leuker gemaakt?

Antwoord	Beweging
😀Ja, veel prettiger.	Jumping Jacks
🙂Een beetje aangenamer.	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
🙁 Nee	Stilstaand

Vraag 11

Heb je tijdens de activiteiten meer samengewerkt met andere kinderen?

Antwoord	Beweging
😀Ja, veel meer.	Jumping Jacks
🙂Ja, nog een beetje meer.	Squats
😐 Soms	Uitvalsoefeningen
🙁 Nee	Stilstaand

Deel 3 – Interview tijdens het wandelen in duo

Schrijf deze vragen op A4-vellen en laat de kinderen door het klaslokaal, de speeltuin of het park lopen terwijl ze de vragen in tweetallen bespreken.
Als er geen ruimte is om te lopen, kunnen de kinderen de vragen bespreken terwijl ze bij elkaar zitten.

- Wat was je favoriete activiteit?
- Wat heb je van deze activiteiten geleerd?
- Welke buiten- of parkactiviteit zou je vaker willen doen?
- Welke activiteiten zouden scholen absoluut moeten blijven gebruiken?

- Denk je nu anders over beweging en een gezonde levensstijl?
- Heb je ideeën om EHLA of Parchi in Movimento nog beter te maken?

FEEDBACKMOMENT

Enkele kinderen zullen wellicht hun gedachten delen.

De begeleider noteert (een opname kan ook handig zijn voor latere rapportage):

- citaten,
- opmerkelijke opmerkingen,
- terugkerende thema's.

De begeleider merkt ook het volgende op:

- betrokkenheid,
- enthousiasme,
- samenwerking,
- en deelname tijdens de sessie.

Deze overwegingen kunnen van grote waarde zijn voor de rapportage en verspreiding van EHLA-gegevens.

Anonieme individuele reflectie

De slotvragen kunnen individueel en anoniem worden beantwoord.

De begeleider stelt de vraag hardop of projecteert deze op het bord.

Elk kind ontvangt 4 kleine antwoordkaartjes:

- Antwoord 1
- Antwoord 2
- Antwoord 3
- Antwoord 4

Kinderen:

- Schrijf hun antwoord op.
- loop naar de bijbehorende container,
- en plaats de kaart erin.

Er staan geen namen op de kaarten.

Kinderen beantwoorden de vragen zelfstandig en in hun eigen tempo.

Als ze klaar zijn, kunnen ze rustig overgaan naar een andere activiteit.

Deel 4 – Individuele afsluitende reflectie

1. Ik voelde me op mijn gemak tijdens EHLA en Parchi in Movimento.
2. Ik voelde me veilig tijdens de activiteiten.
3. Iedereen kon meedoen.
4. Is er nog iets dat u wilt zeggen?

Waarom deze methode zo krachtig is

- Het sluit perfect aan bij de principes van EHLA en actief leren.
- Het verlaagt de drempel van traditionele vragenlijsten
- Het maakt evalueren leuk en actief
- Het zorgt voor directe interactie en betrokkenheid.

- Het verzamelt zowel data als verhalen
- Het is internationaal actief
- Het past van nature bij buitenactiviteiten en activiteiten in de gemeenschap.

Deze methode combineert:

- Vierhoekactiviteiten,
- bewegingsgerichte reacties,
- wandelinterviews,
- en individuele reflectie.

Dit resulteert in een evaluatiemethode die volledig aansluit bij de filosofie van EHLA Active Day en Parchi in Movimento:

Het integreren van beweging, welzijn en actieve participatie in het dagelijks school- en gemeenschapsleven.

Turkije

DOWN PROJECTImplementatie van actieve dagen

Enquête naar oudertevredenheid en karakterontwikkeling bij kinderen

Metriek / Infor	Detail
Enquêteperi	16 juni - 8 september 2026
responspercer	2,5%
Geldige antwoorde	36







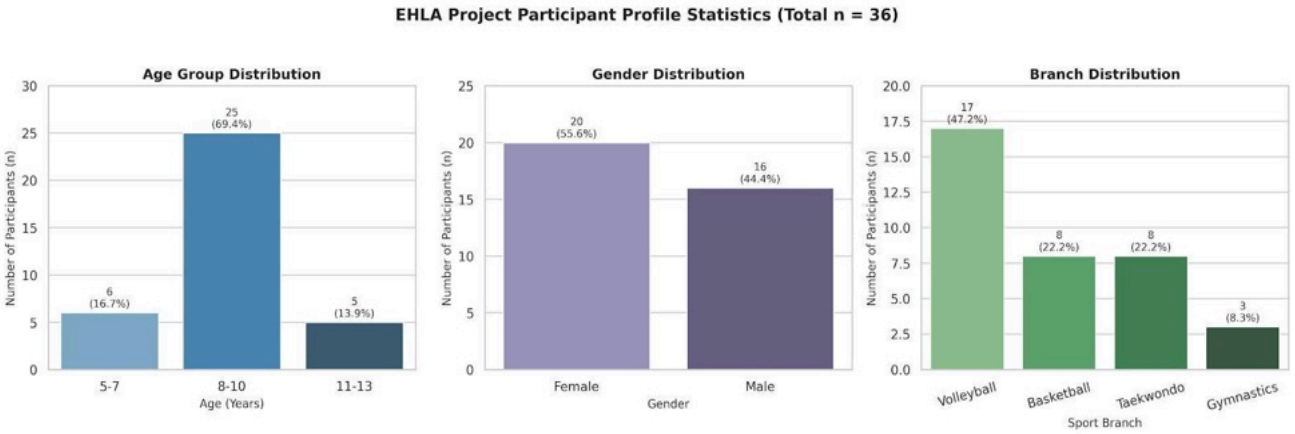




In het kader van het EHLA-Active Days-programma, dat wordt uitgevoerd binnen het EHLA-project bij de sportscholen van de gemeente Istanbul (IMM), worden educatieve kaarten gebruikt om kinderen de leer van "Sportcultuur en -waarden" bij te brengen, polsbandjes om kinderen te motiveren en medailles en spelkaarten om kernwaarden aan te leren.

Deelnemersprofiel

De enquête werd ingevuld door ouders van kinderen die de sportscholen bezochten.



Meer dan twee derde van de steekproef (69,4%) behoort tot de leeftijdsgroep van 8-10 jaar. Volleybal alleen al is goed voor bijna de helft van de reacties, waarbij meisjes duidelijk dominant zijn in deze discipline (14 meisjes / 3 jongens), terwijl jongens in de meerderheid zijn bij basketbal en taekwondo. Alle 3 kinderen die aan gymnastiek doen, behoren tot de leeftijdsgroep van 5-7 jaar; de bevindingen voor gymnastiek en de leeftijdsgroep van 5-7 jaar overlappen daarom grotendeels en moeten niet afzonderlijk worden geïnterpreteerd.

Perceptie van karakterontwikkeling (Likert 1 4)

Ouders werd gevraagd of hun kinderen op een schaal van 1 tot 4 vooruitgang hadden geboekt op 9 verschillende gedragsgebieden na deelname aan sport (1 = sterk oneens, 4 = sterk eens). Een "positief antwoord" is de som van de scores 3 en 4. Kleurcode: groen 89% (goed niveau), rood <75% (prioriteit voor verbetering).

Algemene ranglijst

EHLA Project - Participant Behavioral & Character Development Evaluation

Statement	Mean (1-4)	Positive %	Strongly Agree (4)
Self-confidence & courage to join new environments	3.36	86.1%	58.3%
Compliance with rules (home, school, social)	3.28	86.1%	47.2%
Empathy and tolerance	3.17	83.3%	36.1%
Friendship building and teamwork	3.28	80.6%	50.0%
Sense of responsibility	3.17	77.8%	41.7%
General character development	3.19	77.8%	44.4%
Patience and perseverance	3.08	75.0%	38.9%
Respect and honesty	3.17	72.2%	47.2%
Sleep, nutrition, and hygiene habits	2.94	69.4%	30.6%
OVERALL (9 Statements)	**3.18**	**78.7%**	**43.8%**

EHLA

Geen van de uitspraken overschreed de drempel van 90%, maar geen enkele zakte onder de 65%. De resultaten laten zien dat ouders de bijdrage van het programma aan de karakterontwikkeling consistent erkennen, hoewel niet op een "onbetwistbaar" niveau.

Sterke punten: Sociaal-emotionele domeinen (zelfvertrouwen, naleving van regels, empathie, teamwork) leveren de sterkste resultaten op. Dit sluit aan bij de aard van teamsporten: het aannemen van een rol binnen een team, het opvolgen van de instructies van scheidsrechter/coach en de directe interactie met teamgenoten bevorderen deze vaardigheden.

Aandachtspunt: Respect en eerlijkheid scoren het laagst van alle sociale domeinen met 72,2%; 10 van de 36 ouders (27,8%) gaven deze stelling een 1 of 2. Tijdens de training moet er zichtbaar meer nadruk worden gelegd op fair play en respect.

Prioriteit voor verbetering: Slaap, voeding en hygiëne zijn de enige gebieden die nog in de "rode" categorie vallen (69,4%; gemiddeld 2,94). Dit gedrag wordt gevormd door routines thuis, en niet zozeer op het sportveld; de impact

van de sportschool kan alleen worden versterkt door voorlichting aan ouders en eenvoudige richtlijnen voor thuisgebruik.

Disciplinevergelijking

De waarden geven het percentage positieve reacties weer (3+4). Tussen haakjes: aantal reacties. Gymnastiek geeft alleen de trend aan sinds .

EHLA Project - Branch Comparison Table of Behavioral Evaluations

Statement	Volleyball (17)	Basketball (8)	Taekwondo (8)	Gymnastics (3)
Respect and honesty	V: 76.5%	B: **100.0%**	T: 37.5%	G: 66.7%
Sense of responsibility	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 50.0%	G: 66.7%
Sleep, nutrition, and hygiene	V: 70.6%	B: 75.0%	T: 62.5%	G: 66.7%
Friendship and teamwork	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 62.5%	G: 66.7%
Patience and perseverance	V: 76.5%	B: 87.5%	T: 62.5%	G: 66.7%
Empathy and tolerance	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 75.0%	G: 66.7%
Self-confidence and courage	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 75.0%	G: 100.0%
Compliance with rules	V: 82.4%	B: 100.0%	T: 75.0%	G: 100.0%
General character development	V: 64.7%	B: 87.5%	T: 87.5%	G: 100.0%
TOTAL / OVERALL	**V: 77.8%**	**B: 94.4%**	**T: 65.3%**	**G: 77.8%**

EHLA project







Discipline is de meest bepalende variabele in dit onderzoek. Het algehele positieve percentage bereikt 94,4% (gemiddeld 3,60) in**Basketbal**, waarmee het in de categorie "zeer hoge tevredenheid" terechtkomt, terwijl het daalt naar 65,3% (gemiddeld 2,75) in**Taekwondo**een verschil van 29 procentpunten tussen de twee disciplines.**Volleybal**(77,8%) en**Gymnastiek**algemeen gemiddelde.

Basketbal:100% positieve reacties op zeven van de acht stellingen. De enige uitzondering is voeding-slaap (75%). De coachingaanpak en groepsdynamiek van deze groep zouden als voorbeeld van goede praktijken voor andere disciplines moeten worden beschouwd.

Taekwondo: Slechts 37,5% van de reacties op de stelling over respect en eerlijkheid was positief, de laagste waarde in het hele rapport. Verantwoordelijkheid (50%), teamwork, geduld en voeding (62,5%) vallen ook in de prioriteitscategorie. Daarentegen is de positieve beoordeling van 87,5% voor "algemene karakterontwikkeling" een tegenstrijdigheid: ouders zien wel een algemeen voordeel, maar zien dit niet terug in concrete gedragsdomeinen. Aangezien taekwondo een sport is die gebaseerd is op discipline en respect, verdient deze bevinding nader onderzoek (leeftijdscategorie, communicatie met de coach, implementatie van rituelen tijdens de lessen).

Volleybal: De scores liggen tussen de 76 en 82% over alle domeinen; de "algemene karakterontwikkeling" (64,7%) blijft echter achter bij de individuele domeinen. Hoewel ouders individuele vooruitgang zien, beschouwen ze deze niet als een "grote vooruitgang". Zichtbare ontwikkeling voor ouders (bijvoorbeeld via een ontwikkelingskaart aan het eind van het trimester) zou een verschil kunnen maken.

Leeftijdsgroepvergelijking

EHLA Project - Age Group Comparison Table of Behavioral Evaluations

Statement	5-7 Years (6)	8-10 Years (25)	11-13 Years (5)
Respect and honesty	50.0%	**76.0%**	**80.0%**
Sense of responsibility	**66.7%**	**80.0%**	**80.0%**
Sleep, nutrition, and hygiene	**66.7%**	**68.0%**	**80.0%**
Friendship and teamwork	**66.7%**	**84.0%**	**80.0%**
Patience and perseverance	**66.7%**	**72.0%**	**100.0%**
Empathy and tolerance	**66.7%**	**84.0%**	**100.0%**
Self-confidence and courage	**83.3%**	**84.0%**	**100.0%**
Compliance with rules	**83.3%**	**84.0%**	**100.0%**
General character development	**66.7%**	**80.0%**	**80.0%**
OVERALL	**68.5%**	**79.1%**	**88.9%**

EHLA project

De waarden geven het percentage positieve reacties weer (3+4). De leeftijdsgroepen 5-7 en 11-13 vertegenwoordigen kleine steekproefgroottes.

Het percentage positieve antwoorden neemt geleidelijk toe met de leeftijd: 68,5% (gemiddeld 2,83) in de leeftijdsgroep van 5-7 jaar, 79,1% (gemiddeld 3,22) in de leeftijdsgroep van 8-10 jaar en 88,9% (gemiddeld 3,42) in de leeftijdsgroep van 11-13 jaar. Het verschil van 20 procentpunten tussen de leeftijdsgroepen van 5-7 en 11-13 jaar is opvallend. Respect en eerlijkheid is het zwakste domein in de jongere

leeftijdsgroep met 50%, terwijl er 100% positieve antwoorden worden geregistreerd voor geduld, empathie, zelfvertrouwen en het naleven van regels in de leeftijdsgroep van 11-13 jaar.

Dit patroon kan op twee manieren worden geïnterpreteerd: (1) oudere kinderen vertalen wat ze leren consequenter naar gedrag; (2) ouders zijn voorzichtiger in het opmerken van veranderingen bij jongere kinderen. In beide gevallen is het nuttig om de verwachtingen van de 5-7-jarigen te managen en ouders te begeleiden bij "waarop te letten op deze leeftijd". Houd er rekening mee dat de helft van de 5-7-jarigen afkomstig is uit de gymnastiekwereld.

Wekelijks niveau van fysieke activiteit

Aan ouders werd gevraagd op hoeveel dagen hun kind de afgelopen week minstens 30 minuten had gesport met een intensiteit die de ademhaling versnelde (matig tot hoog).

EHLA Project - Physical Activity Indicators (Total n=36)

Indicator	Value
Average active days / week	3.6
Median	3
Active ≥ 3 days a week	77.8% (28 children)
Active ≥ 5 days a week	27.8% (10 children)
Active every day (7)	11.1% (4 children)
0-1 day a week (inactive)	13.9% (5 children)

EHLA Project

De antwoorden liggen rond de 3 dagen (36,1%), wat waarschijnlijk de wekelijkse trainingsfrequentie van de gymles weerspiegelt. Met andere woorden, voor een aanzienlijk deel van de kinderen vormt de gymles hun

enige wekelijkse fysieke activiteit. De Wereldgezondheidsorganisatie adviseert gemiddeld 60 minuten matig tot intensieve activiteit per dag voor kinderen van 5 tot 17 jaar; slechts 27,8% van de kinderen komt in de buurt van deze norm (5 of meer dagen per week), en 5 kinderen (13,9%) hebben vrijwel geen fysieke activiteit buiten de gymles.

EHLA Project - Activity Comparison by Branch and Age Group

Segment	n	Avg. Days	Rate (≥5 Days)
Volleyball	17	3.5	23.5%
Basketball	8	3.4	12.5%
Taekwondo	8	4.0	**50.0%**
Gymnastics	3	3.3	33.3%
5-7 Years	6	3.8	33.3%
8-10 Years	25	3.6	28.0%
11-13 Years	5	3.0	20.0%

EHLA project

Een opvallende tegenstrijdigheid: terwijl kinderen die taekwondo beoefenen gemiddeld 4 dagen per week actief zijn, waarbij de helft zelfs 5 of meer dagen per week actief is (het hoogste aantal), scoorde dezelfde groep het laagst op de perceptie van karakterontwikkeling. Het feit dat ouders geen gedragsveranderingen zien ondanks de hoge fysieke activiteit wijst erop dat het probleem niet "te weinig sport" is, maar eerder de pedagogische aanpak in de klas. Tegelijkertijd is de afname van het aantal actieve dagen met toenemende leeftijd (leeftijdsgroep 11-13 jaar: 3,0) een bekende trend bij preadolescenten met een toenemende schoolbelasting, wat extra stimulansen voor beweging voor deze leeftijdsgroep vereist.

Algemene beoordeling

De EHLA Sports Schools leveren, in de ogen van ouders, een opmerkelijke bijdrage, met name aan de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen (zelfvertrouwen, naleving van regels, empathie, teamwork). Het algemene tevredenheidspercentage ligt op 78,7%, wat in de categorie "goed" valt; om een "zeer hoge tevredenheid" te bereiken, is het nodig om inconsistenties tussen de verschillende disciplines op te lossen en de aspecten die van invloed zijn op de dagelijkse routine thuis te versterken.

De raakvlakken tussen de kerndoelstellingen van het EHLA-project (European Healthy Lifestyle Actions) en het programma voor sportcultuur en -waarden dat in sportscholen wordt geïmplementeerd, evenals de kerngebieden die binnen dit kader worden ondersteund, zijn gegroepeerd onder de volgende rubrieken:

Het bevorderen van fysieke activiteit: Het bevorderen van regelmatige lichaamsbeweging bij kinderen, een van de belangrijkste doelen van het EHLA-project, sluit direct aan bij de wekelijkse sessies en het bijhouden van actieve dagen op sportscholen; kinderen worden ondersteund om een zittende levensstijl te doorbreken en minstens drie dagen per week actief te zijn.

Holistische gezondheid en levensstijl: De filosofie van het project rond een gezonde levensstijl wordt versterkt door onderwerpen die aan bod komen in sportscholen, zoals slaap, evenwichtige voeding en persoonlijke hygiëne. Dit bevordert het gezondheidsbewustzijn en de fysieke ontwikkeling van kinderen.

Vorming van karakter en waarden: De doelstellingen van EHLA op het gebied van sociale cohesie en inclusie sluiten direct aan bij de waarden die in sportscholen worden onderwezen, zoals respect, eerlijkheid, verantwoordelijkheidsgevoel, empathie, geduld en het naleven van regels; het karaktervormende aspect van sport wordt naast het fysieke aspect benadrukt.

Teamgeest en sociale interactie: Sociale integratie en gemeenschapsdeelname, ondersteund door het project, versterken de sociale vaardigheden van kinderen door middel van teamwork, vriendschap, zelfvertrouwen en moed die ze opdoen in de sportscholen.

Gerichte ontwikkeling per leeftijdsgroep: De inclusieve aanpak van EHLA ten aanzien van leeftijdsgroepen wordt gecombineerd met de dynamiek van verschillende disciplines (volleybal, basketbal, taekwondo, gymnastiek) om sportief gedrag te bevorderen dat aansluit bij de motorische vaardigheden en ontwikkelingskenmerken van elke leeftijdsgroep.

Sociale media-rapport

Er is een inleidende samenvattende video gemaakt over de EHLA Active Days-oefening.

Facebookpagina's (vanaf 14 september 2026):

Facebook: https://www.facebook.com/reel/1406711068251972
460 weergaven, 4 likes, 1 keer gedeeld

X: https://x.com/ibbsporistanbul/status/2096192996643360869
914 weergaven, 1 like

Instagram: https://www.instagram.com/p/Dc5y_thsl4f/ 32.200 weergaven, 98 likes

Voorbeelden:











