

(W)eet je alles ?



Vorm

Educatieve cd-rom

Omschrijving

Een educatieve cd-rom met een stappenplan en instrumenten voor de uitbouw van een voedingsbeleid op school en lessuggesties, activiteiten en info rond gezonde voeding voor 12-18-jarigen.

Jongeren en evenwichtig eten, het is niet altijd evident. Toch is het belangrijk dat een evenwichtig eetpatroon van jongs af wordt bijgebracht. Voor scholen is het een uitdaging om hierbij een handje te helpen.

Dit kan op verschillende manieren. Enerzijds door op school het goede voorbeeld te geven, namelijk door evenwichtig samengestelde maaltijden, tussendoortjes en dranken aan te bieden. Anderzijds door de jongeren aan te leren hoe zij evenwichtig kunnen eten, door informatie te geven aan de ouders, ... en vooral door de jongeren ervan te overtuigen dat evenwichtig eten niet moeilijk en toch lekker is.

In functie van deze doelstellingen is een educatief pakket uitgewerkt dat leerkrachten, directie, CLB-medewerkers en pedagogische begeleiders een handleiding biedt voor de aanpak van de thematiek naar leerlingen toe en voor de ontwikkeling van een schoolbeleid.

Op klasniveau biedt de cd-rom een educatief pakket voor leerlingen secundair onderwijs met les- en projectsuggesties die bruikbaar zijn binnen een brede waaier van vakken. Concrete activiteiten die rekening houden met de reële onderwijssituatie zijn hiervoor uitgewerkt. In het lespakket wordt naast de biologische functie van voeding ook met de sociale, psychologische, culturele en medische aspecten rekening gehouden. De klasactiviteiten zijn opgebouwd rond de voedingsdriehoek. De lessuggesties bevatten telkens concrete lesschema's met werkbladen voor de leerlingen.

De klaspraktijk wordt ondersteund door de uitbouw van een voedingsbeleid op het niveau van de school en de schoolomgeving.

De cd-rom laat toe om op basis van een zelfanalyse een voedingsbeleid en actieplan op maat van de school uit te tekenen binnen het breder kader van het gezonde scholenconcept. De gebruiker bouwt zelf dit "instrumentarium op maat" uit via een interactieve analyse van de individuele schoolsituatie op gebied van voeding. Het stappenplan en ondersteunende instrumenten zijn te gebruiken door basis- en secundaire scholen.

Informatie in verband met de verschillende aspecten van voeding vind je in de achtergrondinformatie. Deze wil op een praktische manier weergeven hoe we ons evenwichtig kunnen voeden. De achtergrondinformatie legt links met nuttige websites en gaat dieper in op de voedingsdriehoek en de subthema's die bij de lessuggesties aan bod komen.

Doelgroep

Basis- en secundaire school (voor stappenplan en instrumenten schoolbeleid en voor achtergrondinformatie); leerlingen (12-18 jarigen, lespakket).

Didactische werkvormen

1. Gezondheidseducatie

De klasactiviteiten zijn in overeenstemming met de principes van gezondheidsbevordering. Ze zijn gericht op:

- **bewustwording:** leerlingen worden geconfronteerd met de eigen voedingsgewoonten, eigen houding, zelf-effectiviteit, contextfactoren, sociale normen en meningen
- **Gedragsverandering:** het belang van gezonde eetgewoonten wordt benaderd uitgaande van het kennisaspect, maar met evenveel aandacht voor gangbare sociale normen, lifestyle en omgeving.
- **Behoud van verandering:** er wordt nagestreefd om de gedragsverandering te bestendigen via het overbrengen van vaardigheden, gedragsvormen en attitudes.

Concreet bestaat elke rubriek uit 4 onderdelen:

- **doelstellingen:** er wordt expliciet vermeld welke leerdoelstellingen met de concrete lessuggestie, bijhorende werkvormen en activiteiten worden nagestreefd.
- **Besprekingspunten:** via de specifieke inhoud van de rubriek worden betrokken kennis, inzicht, vaardigheden en attitudes geconcretiseerd. Daarnaast wordt de gebruikte methodiek aangehaald en evt. noodzakelijke informatie meegegeven.
- **Verloop:** de inhoud en de methodiek worden vertaald in een beschrijving van het concreet verloop van de activiteit.
- **Materiaal:** binnen elke rubriek zijn voor de activiteiten één of meerdere werkbladen voorzien die via uitprint en kopie kunnen verspreid worden onder de leerlingen.

Het lesmateriaal en de klasactiviteiten bieden de kans om een geïndividualiseerd voedingsproject samen te stellen op maat van de klas. Bij het gebruik dient een selectie gemaakt te worden. In één voedingsproject kunnen onmogelijk alle inhouden en activiteiten uit het pakket worden verwerkt. Bij deze selectie dient niet enkel rekening gehouden te worden met leeftijd, onderwijsvorm, studierichting en interesse van de leerlingen maar ook met tijdsbesteding, materiële mogelijkheden en algemene werkvorm die concreet worden vooropgesteld.

2. Schoolbeleid

Concreet biedt het onderdeel Schoolbeleid op de cd-rom de mogelijkheid om via een analyse-instrument een gepersonaliseerd beleidsplan op maat van de school uit te tekenen. Suggesties worden meegegeven i.v.m. methodiek, netwerking, timing en te verkiezen activiteiten.

Praktisch gaat men als volgt te werk:

A. **ANALYSE-INSTRUMENT**

Via een vragenlijst door de directie, de themacoördinator, de schoolbegeleider ed. (bij voorkeur) in samenspraak met het schoolteam in te vullen, wordt de actuele schoolsituatie t.a.v. een gezondheidsbeleid aangegeven.

B. **HANDLEIDING VOOR DE UITWERKING VAN EEN VOEDINGSBELEID**

Op basis van de zelfanalyse door de school, worden de rubrieken aangeduid waaraan de desbetreffende onderwijsinstelling in functie van zijn specifieke behoeften prioriteit dient te geven binnen de (geleidelijke) beleidsopbouw. Stapsgewijs worden de mogelijkheden aangegeven voor de uitbouw en operationalisering van een voedingsbeleid op maat van de school met aandacht voor de werkwijze, methodiek, participatie, netwerking, timing en concrete activiteiten. Alles wordt gekaderd binnen de uitwerking van een breder gezondheidsbeleid.

C. **TUSSENTIJDSE EVALUATIE**

Het voorgestelde model laat toe om met tussentijdse evaluaties o.a. via het analyse-instrument effecten te meten van het gevoerde beleid en de schoolsituatie te actualiseren.

D. **ADRESSENLIJST**

Voor de uitwerking en concretisering van een gezondheidsbeleid is er een lijst van organisaties waar men terecht kan voor specifieke dienstverlening en materialen i.v.m. de voedings- en gezondheidsthematiek.

3. Achtergrondinformatie

Documentatie wordt aangereikt in het onderdeel 'achtergrondinformatie'. De achtergrondinformatie laat toe om snel een inzicht in de thematiek en zijn aspecten te verwerven. Het is zowel bruikbaar voor :

- leerkrachten, leerlingbegeleiders ed. die rond de thematiek met leerlingen werken;
- voor directies, schoolbegeleiders ed. die betrokken zijn bij de beleidsontwikkeling.

Het algemeen overzicht, de verklarende woordenlijst, de leestips en de links naar websites garanderen een veelzijdig gebruik.

Actieniveau

Klasactiviteiten, schoolbeleid, achtergrondinformatie; voor leerkrachten, directies, CLB-medewerkers en schoolbegeleiders.

Kostprijs: 50.00 €

Organisatie

Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie vzw (VIG)

Contactadres

VIG, G. Schildknechtstraat 9, 1020 Brussel, 02/422.49.49

Website: www.vig.be

