






Checklist jeugd-overgewicht-sport en bewegen

Categorieën	Werkzame Elementen	Uitleg	Stand van zaken	Kansen tot ontwikkeling
Begeleiders 	Deskundigheid doorverwijzer	De doorverwijzer heeft aanzien bij de doelgroep en is in staat deskundig het (risico op) overgewicht te signaleren en daarover met de doelgroep in gesprek te gaan. Hij heeft kennis van het aanbod, hij kent de relevante partijen en kan goed schakelen tussen beide. Hij zorgt voor een warme overdracht naar de begeleider die de aanpak uitvoert.		
	Begeleider traject	De begeleider beschikt over opleiding en competenties om het aanbod te kunnen leiden in de specifieke context bij de doelgroep.		
	Relatie begeleider-jeugd	Mate waarin kinderen en jongeren een veilige relatie hebben met hun begeleider. Veilige relaties bevatten factoren als: empathie, eerlijkheid, mentale steun, acceptatie, begrip, vriendelijkheid, wederkerigheid, samenwerking, zorg en respect.		
Fysieke omgeving 	Toegankelijkheid	Het aanbod moet gemakkelijk toegankelijk zijn om aan deel te nemen. Hierbij gaat het zowel om fysieke als mentale toegankelijkheid.		
Sociale omgeving 	Lotgenoten	Mate waarin lotgenoten deelnemen aan het aanbod. Ook gaat het om de mate waarin kinderen en jongeren gesteund worden in hun gedrag door lotgenoten.		
	Ouderbetrokkenheid	Mate waarin ouders intrinsiek gemotiveerd zijn om deel te nemen aan de aanpak en in staat zijn om de opgedane kennis en vaardigheden ook in de opvoeding door te voeren.		
	Motivatieel klimaat	Mate waarin kinderen en jongeren deel kunnen nemen in een positieve en veilige omgeving, waarin ze gestimuleerd worden om door te zetten. Positieve erkenning ontvangen wanneer zij hard werken hoort daarbij.		

Checklist jeugd-overgewicht-sport en bewegen

Categorieën	Werkzame Elementen	Uitleg	Stand van zaken	Kansen tot ontwikkeling
Maatwerk 	Werving	Locatie waar de specifieke doelgroep gevonden wordt en de manier waarop de doelgroep aangetrokken wordt naar het aanbod. Gespreksvoering en het overtuigen van ouders is hierin belangrijk.		
	Integrale aanpak	Mate waarin aanbod integraal is opgezet en focust op meerdere factoren in het leven van kinderen en jongeren. Dit betekent dat het aanbod niet alleen is gericht op bewegen, maar ook op andere factoren zoals voeding en gedragsverandering. Hierbij werken professionals van verschillende disciplines samen in een keten van signaleren, aanbod, doorstroom en nazorg.		
	Passend aanbod	Het type aanbod moet aansluiten op de (interesses van de) specifieke doelgroep en lokale context. Kinderen en jongeren moeten in staat zijn om fysiek en emotioneel deel te nemen aan het aanbod.		
	Doorstromen	Het doel van het aanbod is om kinderen en jongeren structureel te laten bewegen en door te stromen naar regulier/ structureel aanbod.		
Empowerment 	Zelfeffectiviteit	Mate waarin kinderen en jongeren het zelfvertrouwen ervaren om taken te kunnen volbrengen en (zelf)gestelde doelen te kunnen bereiken.		
	Motivatie	De drijfveren die maken dat kinderen en jongeren zich binden aan het aanbod, zoals plezier, succeservaringen en erkenning voor resultaten.		
	Autonomie	Mate waarin kinderen en jongeren geleerd wordt om aanpassingen in hun leefstijl en gedrag vorm te geven met behulp van externe begeleiding. Denk aan professionals en ouders.		

Voor meer informatie over de werkzame elementen en/of specifieke strategieën om in te zetten op de werkzame elementen, zie de whitepaper op kenniscentrumsport.nl. [Klik hier](#) voor de link.