

Gezonde School-activiteiten speciaal onderwijs

In dit overzicht ziet u de Gezonde School-activiteiten die geschikt zijn voor het speciaal onderwijs. Er is in dit overzicht onderscheid gemaakt tussen activiteiten die zijn ontwikkeld of doorontwikkeld voor het speciaal onderwijs en activiteiten die met een aanpassing geschikt zijn voor het speciaal onderwijs. De activiteiten worden per thema weergegeven. Voor meer informatie kunt u klikken op de titel van de Gezonde School-activiteit.

In dit overzicht wordt onderscheid gemaakt tussen de volgende termen:

- Speciaal onderwijs: overkoepelende term voor alle scholen in het speciaal onderwijs voor leerlingen van 4 t/m 12 jaar en het voortgezet speciaal onderwijs voor leerlingen van 12 t/m 20 jaar.
- SO: speciaal onderwijs voor kinderen van 4 t/m 12 jaar.
- VSO: voortgezet speciaal onderwijs voor kinderen van 12 t/m 20 jaar.

Snel naar

- [Voeding](#)
- [Bewegen en sport](#)
- [Welbevinden](#)
- [Relaties en seksualiteit](#)
- [Roken, alcohol- en drugspreventie](#)
- [Mediawijsheid](#)
- [Milieu en natuur](#)
- [Gehoor](#)
- [Hygiëne](#)

Voeding

Smaaklessen

Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit

- Erkenningsniveau: Eerste aanwijzingen voor effectiviteit
- Doelgroep: so - (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Voeding, Milieu en natuur
- Doel: In dit lespakket gaan kinderen door middel van proefjes en testjes aan de slag met gezond en lekker eten. Proeven, ruiken, horen, voelen en kijken: met al hun zintuigen verkennen leerlingen het dagelijkse eten. De onderwerpen die aan bod komen zijn opgedeeld in vijf pijlers: smaak, gezondheid, voedselproductie, consumentenvaardigheden en koken. De Smaaklessen worden door de eigen leerkracht verzorgd.

De Gezonde Schoolkantine

Stichting Voedingscentrum Nederland

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: vso - (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 11 tot 20 jaar
- Gezonde School-thema: Voeding
- Doel: Het doel van de interventie De Gezonde Schoolkantine is dat leerlingen en studenten in de leeftijd van 11 tot 20 jaar gezondere voedselkeuzes kunnen maken op v(s)o- en mbo-scholen in Nederland.

GrowWizzKid

GrowWizzKid

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: so – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Voeding, Milieu en natuur
- Doel: Het doel van GWK is om kinderen van 4 tot 12 jaar bewust maken van gezonde voeding door middel van praktisch en innovatief voedselonderwijs zodat zij leren bewustere keuzes te maken die zorgen voor een smaakvol, gezond en duurzaam voedingspatroon, nu en in de toekomst.

Bewegen en sport

PLAYgrounds 6-12 jaar

Amsterdamse Academie voor Lichamelijke Opvoeding

- Erkenningsniveau: Goede aanwijzingen voor effectiviteit
- Doelgroep: so – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs, maken maatplan met elke school
- Leeftijd: 6 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Bewegen en sport
- Doel: Het doel van de interventie is om kinderen dagelijks minimaal 15 minuten matig intensief actief te laten bewegen op het schoolplein tijdens de ochtendpauze (rond 10 uur).

Sport Heroes

Stichting Special Heroes Nederland

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: so en vso – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 6 tot 17 jaar
- Gezonde School-thema: Bewegen en sport
- Doel: Meer leerlingen met een beperking in het speciaal onderwijs sporten/bewegen structureel (i.e. tenminste tweemaal per week) en zijn lid van een sport/beweegaanbieder (vereniging).

Schooljudo.nl

2Basics sport en marketing

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: so en vso – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 18 jaar
- Gezonde School-thema: Bewegen en sport, Welbevinden
- Doel: Hoofddoel: Schooljudo levert een bijdrage aan de sociaal/mentale en fysieke ontwikkeling van een kind.

Sportbouwer

Hanzehogeschool

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: so – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 6 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Bewegen en sport
- Doel: Het verbeteren van de motorische vaardigheden (sportvaardigheden), het zelfregulerend vermogen en de motorische competentie van kinderen met een motorische ontwikkelingsachterstand en/of DCD om daarmee hun sportdeelname te stimuleren.

Sportkanjerclub

Stichting Sportkanjers

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: so – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs, de versies ‘basis’ en ‘plus’ zijn geschikt voor het so
- Leeftijd: 4 tot 16 jaar
- Gezonde School-thema: Bewegen en sport, Welbevinden
- Doel: Verlegen kinderen met een gedrags- en/of ontwikkelingsprobleem, die moeite hebben om lid te zijn en/of te blijven van een sportvereniging, ontwikkelen hun sociale en motorische vaardigheden door deelname aan de Sportkanjerclub.

Het Bewegend Kind

Natuurlijk Bewegen

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: so – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs, aangepaste versie voor so beschikbaar
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Bewegen en sport
- Doel: Het Bewegend Kind is een lesmethodiek voor primair onderwijs om kinderen meer en beter te laten bewegen. Het Bewegend Kind streeft ernaar om de jeugd ten minste vier dagen in de week, 20-30 minuten te laten bewegen in combinatie met de gymlessen. Er is een leerlijn ontwikkeld om de motorische vaardigheden te verbeteren. Op het digitaal platform staat de methodiek met dagelijkse lessen en video's.

Welbevinden

Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD)

Seminarium voor Orthopedagogiek

- Erkenningsniveau: Sterke aanwijzingen voor effectiviteit
- Doelgroep: speciaal onderwijs – (door)ontwikkeld
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Welbevinden
- Doel: Het PAD-leerplan heeft als hoofddoel gedragsproblemen bij kinderen in de leeftijd van 4 tot 12 jaar te voorkomen middels het aanleren van sociale en emotionele competenties.

Taakspel

CED-groep

- Erkenningsniveau: Goede aanwijzingen voor effectiviteit¹
- Doelgroep: so en vso – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs, aangepaste katern beschikbaar.
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Welbevinden
- Doel: Taakspel is gericht op het doen toenemen van taakgericht gedrag en het daardoor doen afnemen van regel overtredend gedrag bij leerlingen en op het bevorderen van een positief onderwijsklimaat.

¹ Deze interventie is effectief voor doelgroep basisonderwijs groep 3-8. Voor de doelgroep speciaal onderwijs zijn varianten ontwikkeld. Deze zijn (nog) niet op effectiviteit onderzocht.

PRIMA

VeiligheidNL

- Erkenningsniveau: Eerste aanwijzingen voor effectiviteit
- Doelgroep: so – met (eventuele) aanpassingen geschikt
- Leeftijd: 9 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Welbevinden
- Doel: Einddoel is zorgen voor een pro-sociaal en veilig schoolklimaat.

De Vreedzame School

CED-groep

- Erkenningsniveau: Eerste aanwijzingen voor effectiviteit
- Doelgroep: so – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs, voor cluster 2,3 en 4 is een aangepaste versie beschikbaar.
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Welbevinden
- Doel: Hoofddoel is de vorming van sociale en burgerschapscompetenties van de leerlingen.

De Groeifabriek

Pluryn

- Erkenningsniveau: Eerste aanwijzingen voor effectiviteit
- Doelgroep: so en vso cluster 3 en 4– ontwikkeld voor jongeren met een lvb
- Leeftijd: 12 tot 23 jaar
- Gezonde School-thema: Welbevinden
- Doel: Het doel van De Groeifabriek is om de mentale gezondheidsproblemen (internaliserende, externaliserende problemen, aandacht-hyperactiviteitsproblemen) van jongeren met een lvb te verminderen door het ontwikkelen van een ‘groeimindset’ waarbij jongeren leren geloven in hun eigen kracht om verandering in hun leven aan te brengen en hun doorzettingsvermogen vergroten.

Schooljudo.nl

2Basics sport en marketing

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: so en vso – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 18 jaar
- Gezonde School-thema: Bewegen en sport, Welbevinden
- Doel: Hoofddoel: Schooljudo levert een bijdrage aan de sociaal/mentale en fysieke ontwikkeling van een kind.

School-Wide Positive Behavior Support (SWPBS)

PI Research

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: so en vso – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 18 jaar
- Gezonde School-thema: Welbevinden
- Doel: Het doel van SWPBS is het bevorderen van sociaal gedrag en het verminderen van gedragsproblemen onder leerlingen, zodat alle leerlingen optimaal kunnen profiteren van het geboden onderwijs.

Meidenvenijn is niet fijn!

Cycloop Concept Creatie BV

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: so en vso – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 9 tot 17 jaar
- Gezonde School-thema: Welbevinden
- Doel: Het doel van ‘Meidenvenijn is niet fijn!’ is het specifiek onderlinge pestgedrag van meisjes in de leeftijd van 9 t/m 15 jaar inzichtelijk te maken (voor alle doelgroepen), aan te pakken en te verminderen.

Sportkanjerclub

Stichting Sportkanjers

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: so – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs, de versies ‘basis’ en ‘plus’ zijn geschikt voor het so
- Leeftijd: 4 tot 16 jaar
- Gezonde School-thema: Bewegen en sport, Welbevinden
- Doel: Verlegen kinderen met een gedrags- en/of ontwikkelingsprobleem, die moeite hebben om lid te zijn en/of te blijven van een sportvereniging, ontwikkelen hun sociale en motorische vaardigheden door deelname aan de Sportkanjerclub.

Relaties en seksualiteit

Kriebels in je buik SO

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: so – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Relaties en seksualiteit, Mediawijsheid, Hygiëne
- Doel: Kriebels in je buik SO heeft als doel om een gezonde, prettige en veilige relationele en seksuele ontwikkeling te bevorderen bij leerlingen van 4 tot 12 jaar in het speciaal onderwijs.

Vlaggensysteem

Sensoa

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: so en vso – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs, module “[Buiten de Lijnen](#)” voor kinderen met beperking en trauma; [e-module](#) voor verstandelijk beperkten
- Leeftijd: 0 tot 18 jaar
Gezonde School-thema: Relaties en seksualiteit
- Doel: Het Vlaggensysteem stimuleert gezond seksueel gedrag en draagt bij aan het voorkómen en terugdringen van seksueel grensoverschrijdend gedrag onder kinderen en jongeren.

Girls’ Talk+

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: vso – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs

- Leeftijd: 14 tot 21 jaar
- Gezonde School-thema: Relaties en seksualiteit, Mediawijsheid
- Doel: Girls' Talk+ heeft als doel de seksuele weerbaarheid van meiden met een lichte verstandelijke beperking te vergroten om seksuele grensoverschrijding (online en in real life), ongeplande zwangerschap en soa's te voorkomen.

Wat doe jij?... Wensen en grenzen in de liefde

Siriz

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: vso – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 12 tot 21 jaar
- Gezonde School-thema: Relaties en seksualiteit
- Doel: Het hoofddoel van de lessenserie is dat jongeren verantwoorde keuzes kunnen maken op het gebied van seksualiteit en anticonceptie, zodat een onbedoelde zwangerschap voorkomen wordt.

Make a Move+

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: vso – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 14 tot 21 jaar
- Gezonde School-thema: Relaties en seksualiteit, Mediawijsheid
- Doel: Make a Move+ heeft als doel de seksuele weerbaarheid van jongens met een lichte verstandelijke beperking te vergroten.

Lang Leve de Liefde VSO

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: vso – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 12 tot 20 jaar
- Gezonde School-thema: Relaties en seksualiteit, Mediawijsheid, Hygiëne
- Doel: Het doel van het lespakket is dat zeer moeilijk lerende jongeren prettige, veilige en vrijwillige relaties hebben en respect hebben voor ieders seksuele identiteit.

Roken, alcohol- en drugspreventie

Be Wise, Think Twice

Trimbos-instituut

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: VSO cluster 4 – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 11 tot 14 jaar
- Gezonde School-thema: Roken en alcohol
- Doel: BWTT heeft als doel de leerlingen bewust te maken van de risico's van middelengebruik en daarmee hun houding ten opzichte van middelengebruik op een gunstige manier te beïnvloeden.

Samen Slagen

Youz

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: vso cluster 4 – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 12 tot 18 jaar
- Gezonde School-thema: Roken en alcohol
- Doel: Het hoofddoel van Samen Slagen is het terugdringen van middelengebruik onder leerlingen tussen 12 en 18 jaar op het vso cluster 4.

Take it personal!

Pluryn

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: so en vso – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 14 tot 30 jaar
- Gezonde School-thema: Roken en alcohol
- Doel: Het hoofddoel van Take it personal! is het verminderen van alcohol- en drugsgebruik bij jongeren met een lichte verstandelijke beperking en gedragsproblemen.

HotSpot

Theatergroep PlayBack

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: vso – met (eventuele) aanpassingen geschikt, acteurs en groepsgrootte kunnen op vso worden afgestemd.
- Leeftijd: 13 tot 17 jaar
Gezonde School-thema: Roken, alcohol- en drugspreventie
- Doel: Jongeren (14-17) hebben meer kennis en inzicht met betrekking tot – de sociale normen en attitudes rond- het gebruik van alcohol en softdrugs.

Be Aware

Stichting Be Aware

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: vso – met (eventuele) aanpassing geschikt voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 12 tot 18 jaar
- Gezonde School-thema: Roken en alcohol
- Doel: Het hoofddoel van de interventie is bij jongeren van 13-16 jaar kennis te bevorderen over verslaving in brede zin, de symptomen van een beginnende verslaving te leren herkennen en kennis over mogelijke gedragsopties om verslaving te voorkomen.

Mediawijsheid

Kriebels in je buik SO

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: so – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Mediawijsheid, Relaties en seksualiteit
- Doel: Kriebels in je buik SO heeft als doel om een gezonde, prettige en veilige relationele en seksuele ontwikkeling te bevorderen bij leerlingen van 4 tot 12 jaar in het speciaal onderwijs. In de bovenbouw leren leerlingen verantwoord omgaan met internet en seksualiteit. En ze leren kritisch kijken naar schoonheidsidealen en geseksualiseerde beelden in (online) media.

Make a Move+

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: vso – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 14 tot 21 jaar
- Gezonde School-thema: Mediawijsheid, Relaties en seksualiteit
- Doel: Make a Move+ heeft als doel de seksuele weerbaarheid van jongens met een lichte verstandelijke beperking te vergroten. Dit voorkomt seksuele grensoverschrijding (als slachtoffer en pleger, online en offline) en bevordert seksuele gezondheid.

Girls' Talk+

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: vso – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 14 tot 21 jaar
- Gezonde School-thema: Mediawijsheid, Relaties en seksualiteit
- Doel: Girls' Talk+ heeft als doel de seksuele weerbaarheid van meiden met een lichte verstandelijke beperking te vergroten om seksuele grensoverschrijding (online en in real life), ongeplande zwangerschap en soa's te voorkomen. Dit voorkomt seksuele grensoverschrijding (online en offline) en bevordert seksuele gezondheid.

Lang Leve de Liefde VSO

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: vso – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 12 tot 20 jaar
- Gezonde School-thema: Mediawijsheid, Relaties en seksualiteit
- Doel: Het doel van het lespakket is dat zeer moeilijk lerende jongeren prettige, veilige en vrijwillige relaties hebben en respect hebben voor ieders seksuele identiteit. Het lespakket behandelt onder andere (online) seksueel gedrag en seksuele weerbaarheid.

Milieu en natuur

Smaaklessen

Steunpunt Smaaklessen & EU-Schoolfruit

- Erkenningsniveau: Eerste aanwijzingen voor effectiviteit
- Doelgroep: so - (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Voeding, Milieu en natuur
- Doel: In dit lespakket gaan kinderen door middel van proefjes en testjes aan de slag met gezond en lekker eten. Proeven, ruiken, horen, voelen en kijken: met al hun zintuigen verkennen leerlingen het dagelijkse eten. De onderwerpen die aan bod komen zijn opgedeeld in vijf pijlers: smaak, gezondheid, voedselproductie, consumentenaardigheden en koken. De Smaaklessen worden door de eigen leerkracht verzorgd.

GrowWizzKid

GrowWizzKid

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: so – (door)ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Voeding, Milieu en natuur
- Doel: Het doel van GWK is om kinderen van 4 tot 12 jaar bewust maken van gezonde voeding door middel van praktisch en innovatief voedselonderwijs zodat zij leren bewustere keuzes te maken die zorgen voor een smaakvol, gezond en duurzaam voedingspatroon, nu en in de toekomst.

Gehoor

OORzaken magazine

VeiligheidNL

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: so – met (eventuele) aanpassing geschikt voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 9 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Gehoor
- Doel: Het creëren van bewustwording bij leerlingen van het belang van een goed gehoor en het risico op gehoorschade, en leerlingen aanzetten tot bescherming van het gehoor.

Hygiëne

Kriebels in je buik SO

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed onderbouwd
- Doelgroep: so – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 4 tot 12 jaar
- Gezonde School-thema: Relaties en seksualiteit, Mediawijsheid, Hygiëne
- Doel: Kriebels in je buik SO heeft als doel om een gezonde, prettige en veilige relationele en seksuele ontwikkeling te bevorderen bij leerlingen van 4 tot 12 jaar in het speciaal onderwijs. Met de les over geslachtsdelen leren leerlingen over geslachtsorganen, de verschillen tussen mensen, en hoe ze hygiënisch omgaan met hun eigen geslachtsdelen. Hiervoor is er een werkblad. Gericht op leerlingen van 10-11 jaar.

Lang Leve de Liefde VSO

Rutgers

- Erkenningsniveau: Goed beschreven
- Doelgroep: vso – ontwikkeld voor het speciaal onderwijs
- Leeftijd: 12 tot 20 jaar
- Gezonde School-thema: Relaties en seksualiteit, Mediawijsheid, Hygiëne
- Doel: Het doel van het lespakket is dat zeer moeilijk lerende jongeren prettige, veilige en vrijwillige relaties hebben en respect hebben voor ieders seksuele identiteit. Leerlingen laten nadenken over hun uiterlijk en hoe ze hun lichaam verzorgen? Les 1.1. bevat daarvoor een oefening en werkblad. En in les 1.2. leren leerlingen de onderdelen van geslachtsdelen herkennen en hoe ze hun geslachtsdelen schoon houden.