



### 1. Referentie

Referentie	Cardon, G., De Clercq, D. & De Bourdeaudhuij, I. (2004). Sitting habits in elementary school children: comparative study between a traditional and a moving school. Patient education and counseling, 54(2): p 133-142.
Taal	Engels
ISBN - ISSN	/
Publicatievorm	Tijdschriftartikel

### 2. Abstract

Deze studie evalueert de zitgewoontes van acht- jarige kinderen in de klaslokalen. Men wil nagaan of er een verschil bestaat tussen het project 'Moving school' en de traditionele school. 22 kinderen van de 'moving school' werden vergeleken met 25 kinderen van de traditionele school. Hiervoor maakte men gebruik van the Portable Ergonomic Observation (PEO).

### 3. Trefwoorden

Thema('s)	Onderwijs, welzijn en gezondheid
Trefwoord(en)	Basisonderwijs, beweging

### 4. Onderzoeker

Oprachtgever	/
Onderzoeker(s)	Cardon, G., De Clercq, D. & De Bourdeaudhuij, I.

### 5. Onderzoeksvraag

Onderzoeksvraag	Bestaat er een verschil tussen de zitgewoontes van kinderen uit een traditionele school en kinderen uit een 'Moving school' ?
Hypothesen	1. Leerlingen van de 'Moving school' zitten tijdens kortere periodes, zitten dynamischer, maken minder gebruik van zitposities die de belasting op de ruggenwervel vergroten en veranderen meer van positie in vergelijking met leerlingen van de traditionele school. 2. 'Moving schools' zijn actiever tijdens de lessen en rapporteren minder rug- en nekpijn.

## 6. Methode

Onderzoeks- methode	Kwantitatief onderzoek met behulp van Observaties via Portable Ergonomic Observation (PEO) en SCA accelerometer
Onderzochte groep	Interventiegroep: 22 leerlingen van het tweede leerjaar van een basisschool in Hanover, Duitsland Controlegroep: 25 leerlingen van het tweede leerjaar, willekeurig geselecteerd uit de Vlaamse scholen. 167 leerkrachten van willekeurig geselecteerde basisscholen in Vlaanderen.
Bereik	Vlaanderen

## 7. Resultaten

	<p>Men stelde vast dat kinderen van de traditionele school gemiddeld 97% van de tijd stil zitten. Hierbij zit een derde in een gebogen rughouding over de 45 graden.</p> <p>In de 'Moving school' verving men deze houding door dynamisch zitten (53%), staan (31%) en rond wandelen (10%). Hierbij kon men bijna geen gebogen rughouding over 45 graden observeren.</p> <p>Kinderen van de 'Moving School' hadden significant minder nekpijn en rugpijn. Data toonde ook aan dat significant meer activiteit plaatsvond in de 'Moving school.'</p>

## 8. Publicaties op basis van hetzelfde onderzoek

/