

Activiteiten die bijdragen aan een gezonde leefstijl van leerlingen en medewerkers van het Mondial College in Nijmegen



Introductie van het Fitlab

PARTNERS:



Introductie

Vanuit de visie van directeur Thomas Klein, dat een middelbare school ook de taak heeft om de leefstijl van leerlingen te stimuleren, is in 2023 op het Mondial college Meeuwse Acker, een middelbare school in Nijmegen, het Fitlab opgericht.

Vanuit het Fitlab worden allerlei activiteiten ondernomen die bijdragen aan een gezonde leefstijl van leerlingen en medewerkers.

De wensen en behoeften voor de activiteiten vanuit het Fitlab komen voor een groot deel vanuit de leerlingen zelf. Bij de ontwikkeling van activiteiten door leerlingen is expertise aanwezig, welke ook de activiteiten uitvoert. De expertise wordt ingezet door een leefstijlcoach (M. De Wit).

Onderzoek vormt een belangrijk onderdeel van het Fitlab. Middels onderzoek wordt inzicht verkregen in wensen, behoeften en mogelijkheden van verschillende betrokkenen zoals: leerlingen, docenten en schoolbestuur. Een onderzoekscoördinator (J. Saat) begeleid stagiaires van meerdere opleidingen die praktijkonderzoek uitvoeren ten behoeve van het Fitlab.

In informatiebladen informeren en inspireren wij anderen graag over aspecten van het Fitlab en onze ervaringen.

Zo is er een informatieblad waarin je leest over onze visie en onze praktijkervaring bij het (duurzaam) uitvoeren van activiteiten op het gebied van een gezonde leefstijl op onze school.

Ook is er een informatieblad met een beschrijving van activiteiten die vanuit het Fitlab worden georganiseerd en zijn ervaringen van leerlingen beschreven die zij opdeden met behulp van het Fitlab.

Vele studenten bieden helpende handjes en/of inzichten vanuit hun onderzoek. Je kunt lezen over hun ervaringen en over de opbrengsten van hun (onderzoeks)stages, wat de meerwaarde laat zien van het aanbieden van stages bij meerdere opleidingen en bij meerdere onderwijsniveaus.

Thomas Klein, directeur Mondial college Meeuwse Acker
Jenneke Saat, onderzoekscoördinator Fitlab
Marieke de Wit, leefstijlcoach en coördinator Fitlab
Evi van Berkel, onderzoeksmedewerker Fitlab, Radboud Universiteit

Vragen of ideeën? Neem contact op via: info@mondialcollege.nl

Het Fitlab is opgericht en wordt onderhouden door ook de financiële ondersteuning en samenwerking met de HAN University of applied sciences, ROC Nijmegen en Radboud Universiteit, met ook input van de volgende partners: Nijmegen Groen Gezond & In Beweging, Bindkracht 10 en Sportcommunity Nijmegen.