

# HAPPY LIFE HOE EN WAAROM IN 12 STAPPEN



## #1 Schermtijd

Een kwart van alle kinderen brengt dagelijks drie uur of meer door achter het scherm, aldus lector Peter Nikken van Hogeschool Windesheim. Happy Life buigt deze inactiviteit om naar activiteit.

## #2 Overgewicht



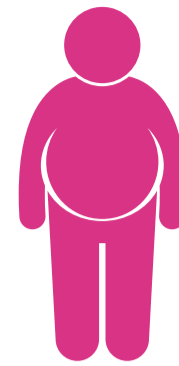
11,9%

van de kinderen in Nederland heeft overgewicht.



10%

van de kinderen in Overijssel heeft overgewicht.



## #3 Risicofactor

L'Hoir et al. (2008) stelt dat overgewicht op jonge leeftijd een risicofactor is voor overgewicht op latere leeftijd. Happy Life wil dit gezondheidsprobleem voorkomen door in te zetten op de jonge doelgroep, kinderen van acht tot twaalf jaar.

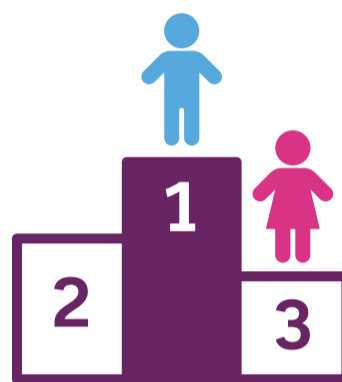


## #6 Gamification

Happy Life is een online platform gebaseerd op het concept gamification.

*“Gamification zijn game-mechanismen die worden gebruikt om het leren en instrueren leuker te maken.”*

- Kapp (2012) -



## #5 Minecraft

Wist je dat Minecraft (volgens TwinQ 2014) de meest gespeelde game is onder jongens van 5 - 12 jaar en dat dit spel bij meisjes van die leeftijd op nummer drie van meest gespeelde games staat?



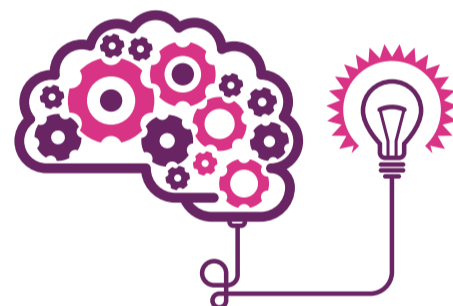
## #4 Beloning

Remmers (2017) concludeert dat er in het naschoolse beweggedrag enorm veel winst te behalen valt. Dankzij de Happy Life app op telefoons wordt hierop ingespeeld. Door na schooltijd te bewegen verdienen kinderen Happy Coins.

## #7 Beweging



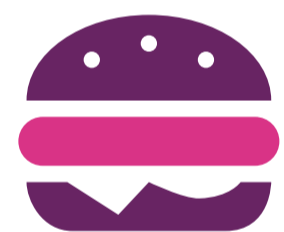
Groepen 3 tot en met 8 op de basisschool sporten gemiddeld 89 minuten per week (exact evenveel als in 2012/2013) en bewegen gemiddeld minder.



## #8 Intrinsieke motivatie

Door progressiegerichte technieken toe te passen in Happy Life helpen we kinderen de beleving van autonomie, competentie en verbondenheid te ondersteunen en te versterken met het doel ze op deze manier intrinsiek te motiveren om meer te bewegen en gezonder te leven.

## #9 Voeding



60%

van 1-12 jarigen haalt de richtlijnen van gezonde voeding niet.

## #11 Spelen & leren

Uit verschillende onderzoeken blijkt dat de belangrijkste component in computerspellen draait om de Self-Determination Theory (SDT) uit 1991 van Decy & Ryan. In Happy Life komen deze componenten – autonomie, bekwaamheid, verbondenheid – terug op verschillende manieren. Zo wordt de eigen stad nagebootst en zijn er verschillende mini-games die aansluiten op de bekwaamheid van het kind. Al deze elementen zorgen voor een intrinsieke motivatie bij spelers.

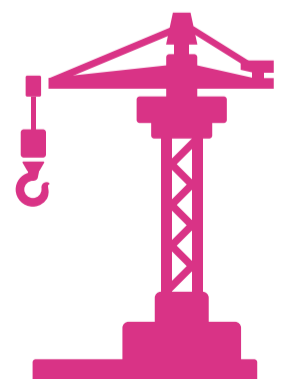


## #10 Klaar voor de toekomst

Happy Life leert kinderen 21e-eeuwse vaardigheden aan zoals kritisch, creatief en probleemoplossend denken, samenwerken, inzetten van virtual reality en sociaal- en culturele vaardigheden. Het is erg belangrijk dat de leerlingen kennis maken met deze nieuwe technieken.

## #12 Immersie

Rigby & Przybylski (2006) geven aan dat er nog een factor is die meespeelt in de mate van intrinsieke motivatie van computerspellen, namelijk de aanwezigheid in het computerspel. Het is de mate waarin een speler het gevoel heeft in een computerspel te zitten. Dit kan door een wereld er zo echt mogelijk uit te laten zien. In de Happy Life server wordt bijvoorbeeld Deventer 1-op-1 nagebouwd.



Kijk voor meer informatie op [www.happylife.nl](http://www.happylife.nl)

