

TNO-rapport

PG/B&G 2004.178

Sport- en bewegingsactiviteiten op het VMBO

Datum	12 juli 2004
Auteur(s)	J.P. Stege A.T.H. van Hespen W.T.M. Ooijendijk
Aantal pagina's	22
Aantal bijlagen	2
Opdrachtgever	NISB
Projectnummer	011.75020

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, foto-kopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande toestemming van TNO.

Indien dit rapport in opdracht werd uitgebracht, wordt voor de rechten en verplichtingen van opdrachtgever en opdrachtnemer verwezen naar de Algemene Voorwaarden voor onderzoekopdrachten aan TNO, dan wel de betreffende terzake tussen de partijen gesloten overeenkomst.

Het ter inzage geven van het TNO-rapport aan direct belang-hebbenden is toegestaan.

© 2004 TNO

Voorwoord

Dat bewegen bijdraagt aan een goede gezondheid is bij de meeste mensen bekend. Toch zijn er veel mensen in Nederland die te weinig lichaamsbeweging krijgen en daarmee een verhoogde kans hebben op ziekten zoals diabetes mellitus type 2 en de kans op hart- en vaatziekten. Hier wil de overheid wat aan doen en heeft daarom het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen de opdracht gegeven om een meerjarige campagne op te zetten waarmee de meest risicovolle doelgroepen bereikt worden. In het komende jaar zijn dat de VMBO-leerlingen.

Om te kunnen bepalen op welke onderdelen de campagne ingezet moet worden, is het noodzakelijk dat er eerst een inventarisatie gemaakt wordt van de huidige structuur omtrent het beweegonderwijs op scholen die het VMBO aanbieden. Hiervoor is TNO Preventie en Gezondheid ingezet, die in vier maanden een onderzoek heeft uitgevoerd naar het beweegaanbod op de scholen.

Het onderzoek is uitgevoerd door vier stagiaires van de Hanzehogeschool. Wij willen Marten Houkes, Gido Mensinga, Sandra van Ooijen en Robbert de Zwart dan ook bedanken voor het vele werk wat zij hebben verzet in een tijd waarin strak gepland moest worden en waarin de scholen niet altijd even makkelijk te benaderen waren.

Ook gaat een woord van dank uit naar Kerstin van Overbeek en Sanne de Vries van TNO Preventie en Gezondheid, voor het ondersteunen en begeleiden van de stagiaires bij het opzetten van het onderzoek. Samen hebben ze een project uitgevoerd, wat hopelijk zijn steentje bij gaat dragen aan het slagen van de FLASH!-campagne.

Uiteindelijk is dit rapport verschenen voor de projectleiders van FLASH!, zodat zij zich kunnen beroepen op gegevens uit een praktijkgericht onderzoek, waarmee de juiste aanpak kan worden geconstrueerd. We wensen de mensen achter FLASH! veel plezier bij het lezen van onze uitkomsten en conclusies, en hopen dat het bijdraagt aan een geslaagde campagne!

Leiden, 13 juli 2004

Jasper Stege
Ariëtte van Hespen
Wil Ooijendijk

Inhoudsopgave

1	Inleiding	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
2	Werkwijze	5
3	Onderzoeksresultaten	6
3.1	Algemene gegevens van de scholen	6
3.2	Lichamelijke opvoeding op de scholen	7
3.2.1	Keuzeactiviteiten	11
3.2.2	Inspelen op trends	11
3.2.3	Problemen in de les	12
3.3	Sport- en spelfaciliteiten	12
3.4	Sport- en beweegactiviteiten van de leerlingen buiten het lesprogramma	13
3.4.1	Wensen van de school ten aanzien van meer beweegactiviteiten	14
3.4.2	Samenwerking met externen op het gebied van sport en bewegen	16
3.5	Beleid ten aanzien van sporten en bewegen op de scholen	17
3.6	Bewegen buiten de school	18
4	Conclusies en aanbevelingen	19
5	Literatuur	22
	Bijlage(n)	
	A Enquête	
	B Verslag focusgroep interview	

1 Inleiding

Nederlanders moeten meer bewegen. Dat is het doel van de landelijke campagne *FLASH!*. De gezondheidsvoordelen van meer bewegen zijn immers groot: de kans op bijvoorbeeld hart- en vaatziekten, overgewicht en diabetes mellitus type 2 neemt door voldoende bewegen enorm af (www.flash123.nl).

Volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen moeten jongeren elke dag een uur (matig) intensief bewegen. Hierbij moeten de bewegingsactiviteiten minimaal twee dagen per week gericht zijn op het verbeteren van de algemene conditie (Kemper et al, 2000).

Momenteel haalt slechts de helft van alle 13 tot 17-jarigen deze beweegnorm. Vooral allochtone jongeren (en dan met name Turkse en Marokkaanse meisjes) en jongeren van wie de ouders een lage sociaal-economische positie hebben, bewegen te weinig (www.flash123.nl). Deze groepen zijn sterk vertegenwoordigd op het VMBO. VMBO'ers zijn in het algemeen minder actief dan hun leeftijdsgenoten. Zo zijn VMBO'ers ten opzichte van HAVO- en VWO'ers minder vaak lid van een sportvereniging (Duijvenstijn, 2004; Ros, 2003; Vos de, 2001). Om deze jongeren tot meer bewegen aan te zetten, richt *FLASH!* zich van april 2004 tot en met november 2004 speciaal op VMBO'ers. Door middel van *FLASH!* moeten scholen geïnspireerd worden tot actie en jongeren worden verleid tot bewegen. Tevens moeten jongeren na de campagne beter bekend zijn met de Nederlandse Norm Gezond Bewegen en het beweeggedrag daar ook aan meten.

Op 16 april is de *FLASH!*-campagne voor het VMBO van start gegaan. Deze campagne bestaat grofweg uit drie onderdelen:

1. een communicatieprogramma, specifiek gericht op VMBO'ers, met als doel *FLASH!* en haar boodschap onder de aandacht van deze jongeren te brengen;
2. een groot aantal kleinschalige lokale en regionale sport- en beweevenementen, die *FLASH!* in nauwe samenwerking met lokale en regionale betrokkenen organiseert om VMBO'ers een positieve beweegervaring te laten opdoen;
3. een landelijke *FLASH!* praktijkweek op het VMBO in het najaar van 2004 om de *FLASH!* boodschap meer inhoud te geven.

Voor een succesvol verloop van de gehele *FLASH!*-campagne is het van belang om aan het begin van de campagne inzicht te krijgen in de huidige stand van zaken van sporten en bewegen op het VMBO. Het NISB (Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen), die deze campagne leidt, heeft daarom TNO Preventie en Gezondheid ingeschakeld om een 'nulmeting' te houden op het VMBO.

Die 'nulmeting' heeft als doel *het in kaart brengen van de sport- en bewegingsactiviteiten op het VMBO en inzicht krijgen in het beleid van de scholen om sporten en bewegen onder de leerlingen te bevorderen*. De resultaten worden in dit rapport beschreven. Tevens worden de resultaten en de conclusie beschreven, die een aanzet kunnen zijn voor een bepaalde aanpak door de uitvoerende organisaties van *FLASH!*.

2 Werkwijze

Om een beter beeld te krijgen van de sport- en bewegingsactiviteiten op het VMBO en tevens inzicht te krijgen in het beleid van de scholen om sporten en bewegen te stimuleren, is er in opdracht van het NISB een onderzoek opgezet door TNO Preventie en Gezondheid. Dit onderzoek bestaat uit een schriftelijke enquêtering van 475 VMBO-scholen in Nederland met een beroeps- en kadergerichte leerweg. Er is gekozen om alle VMBO-scholen te benaderen met een schriftelijke enquête, omdat de bereikbaarheid van de docenten lichamelijke opvoeding over het algemeen slecht is. Een schriftelijke enquête heeft verder als voordeel, dat er feitelijke informatie beschikbaar is. Ter voorbereiding op dit onderzoek is gekeken wat er in de literatuur bekend is over dit onderwerp. Met behulp van deze literatuur is de enquête ontwikkeld. Deze enquête vindt u in bijlage 1 en bestond uit de volgende onderwerpen:

- Algemene gegevens;
- Lessen lichamelijke opvoeding binnen de school;
- Sport- en spelfaciliteiten op de school;
- Sport- en bewegingsactiviteiten buiten het lesprogramma om;
- Contact / Samenwerking met externen op het gebied van sport en bewegen;
- Enkele vragen tot slot.

De enquête is op 23 april 2004 verzonden met een begeleidende brief. In deze begeleidende brief is gevraagd de enquêtes voor 30 april te retourneren. Naar aanleiding van een lage respons op 10 mei 2004 (mede in verband met schoolvakantie), is er deze dag een reminder verstuurd naar de scholen die nog niet gereageerd hadden. Tevens heeft er op 18 en 19 mei 2004 een telefonische follow-up plaatsgevonden, waarbij er mondeling nog enkele enquêtes zijn afgenomen. Wat hierbij opviel, was dat veel docenten lichamelijke opvoeding de enquête niet hadden ontvangen. Daarbij ontstond het idee dat de scholen erg groot waren waardoor de onderlinge communicatie daar soms te wensen overliet en er twijfel is ontstaan of de enquêtes wel allemaal zijn aangekomen bij de juiste personen en instellingen. Op 24 mei 2004 is de data-invoer gesloten. Er zijn uiteindelijk 150 enquêtes verwerkt en geanalyseerd met behulp van SPSS 11.5. De resultaten hiervan vindt u in dit rapport. Bij het beschrijven van de resultaten is dezelfde volgorde aangehouden als in de enquête.

Tevens is er een focusgroep interview gehouden op een VMBO-school in Groningen. In dat gesprek met een tiental VMBO'ers is er gesproken over een aantal onderwerpen met betrekking tot het bewegen en het beweeggedrag van de leerlingen. Het verslag van dit interview is opgenomen in de bijlagen.

3 Onderzoeksresultaten

De enquête die naar de scholen is gestuurd had een omvang van 36 vragen, waarbij de deelvragen niet zijn meegeteld. Om de vragen goed in te vullen moesten de respondenten ruim 20 minuten de tijd nemen. Uiteindelijk heeft dit geleid tot enquête met 267 variabelen, die in de volgende paragrafen worden behandeld. De titels van de paragrafen zijn dezelfde zoals die in de enquête gebruikt zijn.

3.1 Algemene gegevens van de scholen

De eerste vragen behandelen de NAW-gegevens van de scholen. Tevens geven ze inzicht in de opbouw van het onderwijssysteem en de afkomst van de leerlingen.

Het blijkt dat de scholen uit de noordelijke provincies beduidend minder hebben gereageerd dan de scholen uit het overige gedeelte van Nederland. Een verklaring hiervoor zou kunnen zijn dat die scholen bij het versturen van de enquêtes in eerste instantie slechts een week de tijd hadden om respons te geven, dit in verband met de tweewekelijkse meivakantie in die regio. Er is getracht dit te ondervangen door de retourtermijn te verlengen. Een beduidend hogere respons kwam uit Zuid-Holland (21%), Noord-Holland (14%) en Noord-Brabant (17%), zie hiervoor ook tabel 3.1.

Uit een latere telefonische follow-up blijkt dat de scholen wel bereidwillig zijn om een bijdrage te leveren, maar dat de communicatie op de scholen niet optimaal is. Van alle scholen die wel mee hebben gedaan zijn de respondenten betrokken als vakleerkracht lichamelijke opvoeding.

Tabel 3.1. Percentage respondenten per provincie (n=150).

Provincie	%
Groningen	1,3
Friesland	6,0
Drenthe	0,7
Overijssel	6,0
Flevoland	1,3
Gelderland	10,0
Utrecht	10,0
Noord-Holland	14,0
Zuid-Holland	21,3
Zeeland	2,0
Noord-Brabant	16,7
Limburg	10,7
Totaal	100,0

Op het VMBO onderscheidt men verschillende leerwegen. De respons vanuit die verschillende leerwegen was redelijk verspreid. In onderstaande tabel is een opsomming van de verschillende leerwegen gemaakt, zoals die aangeboden worden door de scholen die hebben meegedaan aan de enquête.

- De basisvorming (de eerste twee leerjaren voor iedere VMBO'er) 61%
- De basisberoepsgerichte leerweg 50%
- De kaderberoepsgerichte leerweg 52%
- De gemengde leerweg 41%
- De theoretische leerweg 90%

Binnen de leerwegen worden profielen of sectoren onderscheiden, die leerlingen kunnen kiezen na de basisvorming. Met die profielen maken ze een eerste, brede keuze voor een werkterrein. Ruim 80 % van de scholen biedt het profiel '*zorg en welzijn*' aan. Zowel '*techniek*' als '*economie*' wordt op bijna 80% van de scholen aangeboden. Het profiel '*landbouw*' neemt een laatste plaats in met 29%.

3.2 Lichamelijke opvoeding op de scholen

Eén van de onderzoeksvragen vooraf was: 'Hoeveel uren lichamelijke opvoeding (bewegingsuren) worden er gemiddeld aan een VMBO'er gegeven, per week?' In de enquête is dat vertaald naar het aantal praktijklessen per week en het aantal minuten dat een dergelijke les gemiddeld duurt. De overheid heeft de scholen hiervoor een bepaalde richtlijn gegeven, waar deze zich aan dienen te houden. Die richtlijn is: 'Over alle vier de leerjaren samen, moeten er minimaal 10 lessen per week besteed worden aan lichamelijke opvoeding.' Hoe een school dit verdeelt is een vrije keuze. In de onderstaande tabel staat het aantal lessen per week en het gemiddelde aantal minuten L.O.

Tabel 3.2.: Verdeling van het gemiddeld aantal praktijklessen en minuten LO per week, per leerjaar (n=147).*

Leerjaar	Praktijklessen	Minuten
1 ^e jaar	3,0	150
2 ^e jaar	2,5	127
3 ^e jaar	2,0	113
4 ^e jaar	2,0	96

* Een praktijkles duurt gemiddeld 50 minuten

Het blijkt dat de scholen redelijk voldoen aan de eis van de overheid met betrekking tot het aanbod van beweegonderwijs. Wat de werkelijke invulling van de lessen is, wordt beschreven in tabel 3.7.

De grootte van de scholen die hebben meegedaan aan de enquête, verschilt nogal (zie tabel 3.3.). Zo zijn er scholen die slechts één docent in dienst hebben voor L.O., terwijl er ook scholen hebben meegedaan met vijftien leerkrachten voor L.O. Gemiddeld beschikt een VMBO-school in Nederland over zes leerkrachten voor de lichamelijke opvoeding.

Hierbij moet wel opgemerkt worden dat het vermoeden bestaat dat een aantal respondenten uitgegaan is van het totale aantal ingeschreven leerlingen op de school, terwijl in de enquête gevraagd is naar het aantal ingeschreven VMBO-leerlingen.

Tabel 3.3. Verdeling aantal leerlingen over de scholen in percentage van de scholen (n=131).

Aantal leerlingen	%
0-250	19,8
251-500	38,9
501-750	16,0
751-1000	16,0
1001-1250	3,8
1251-1500	3,8
1501-1750	0,0
1751-2000	1,5
Totaal	100,0

Uit de enquête blijkt dat het beweegonderwijs op de scholen voornamelijk in een gymnastieklokaal (87%), op een sportveld (81%) of in een sporthal (58%) plaatsvindt, zie hiervoor ook tabel 3.4.

*Tabel 3.4. Bezettingsgraad van de accommodaties weergegeven in gemiddeld aantal dagdelen per week**

Accommodatie	Aantal dagdelen
Gymnastieklokaal	9,0
Sportveld	8,4
Sporthal	7,1
Fitnesscentrum	3,3
Zwembad	2,2

* Het betreft hier ook accommodaties gebruikt tijdens de Sportoriëntatie -keuze

Andere accommodaties die (minder) in gebruik zijn, staan in tabel 3.5. Van de bovengenoemde accommodaties is alleen het gymnastieklokaal veelvuldig in eigen beheer (88%). Slechts een derde van de scholen heeft het sportveld in eigen beheer en een kwart van de scholen heeft de sporthal in eigen beheer (zie tabel 3.6.).

Tabel 3.5. Percentage van de scholen dat gebruik maakt van accommodaties tijdens de lessen LO (n=149).

Accommodatie	%	Aantal
Gymnastieklokaal	88,6	132
Sportveld	81,2	121
Sporthal	57,7	86
Fitnesscentrum	33,6	50
Zwembad	27,5	41
Kunstgrasveld	19,5	29
Tennis- squashhal	18,1	27
Atletiekbaan	18,8	28
Tennisbaan	15,4	23
Klimhal	16,1	24
IJsbaan	12,1	18
Andere accommodaties	10,1	15
Golfbaan	8,8	13
Skibaan	6,7	10

Onderstaande tabel geeft aan welke accommodaties door de scholen het meeste in eigen beheer zijn.

Tabel 3.6. Percentage accommodaties (top 5) dat in eigen beheer is van de VMBO-instellingen.

Accommodatie	%	Aantal
Gymnastieklokaal	78	114
Sportveld	28	45
Sporthal	18	25
Fitnesscentrum	3	8
Zwembad	1	1

Naast de school zelf wordt er ook vaak door andere organisaties gebruik gemaakt van de accommodaties die in het beheer zijn van de scholen. Ruim een vijfde van de scholen geeft aan dat de accommodaties alleen door de school zelf gebruikt worden. Twee op de drie scholen verhuurt zijn accommodatie(s) aan sportverenigingen in de buurt. Daarnaast wordt er bij een kwart van de scholen de accommodatie verhuurd aan individuen. Op 15% van de VMBO-scholen maakt het basisonderwijs gebruik van een accommodatie.

Bij slechts 9% van de scholen huurt de gemeente een accommodatie van de school en bij 7% maken andere scholen uit het voortgezet onderwijs gebruik van de accommodatie(s).

Om inzicht te krijgen in de beweegvormen die de school aanbiedt, is er gevraagd aan te geven welke domeinen er op de school aangeboden worden en vervolgens welke beweegvormen binnen dit domein naar voren komen in de lessen lichamelijke opvoeding. Met domeinen wordt hier bedoeld de beweegvormen, zoals die gelden voor alle scholen binnen het voortgezet onderwijs, te weten: het domein 'spel', het domein 'turnen', het domein 'bewegen op muziek (BOM)', het domein 'atletiek' en het domein 'zelfverdediging'. De laatste drie onderwerpen worden niet op alle scholen aangeboden die hebben meegewerkt aan het onderzoek. In onderstaande tabel staat dit uitgewerkt.

Tabel 3.7. Percentage van de scholen die betreffende domeinen en beweegvormen aanbieden (n=150).

Domein	Beweegvorm	%		%	
Spel (100%)	Voetbal	100	Handbal	73	
	Basketbal	100	Tafeltennis	71	
	(een vorm van) volleybal	100	Rugby	68	
	Hockey	99	Korfbal	59	
	Badminton	99	Tennis	44	
	(vormen van)	98	Squash	38	
	softbalspelen				
	Turnen (100%)	Verskillende vormen van springen			100
Verskillende vormen van zwaaien				99	
Verskillende vormen van balanceren				91	
				94	
Bewegen op muziek (94%)	Conditionele vormen op muziek (steps, aerobics)			88	
	Ritme en bewegen			67	
	Streetdance			61	
	Jazzdance			30	
	Volksdansen			4	
	Atletiek (99%)	Verskillende vormen van lopen			99
		Verskillende vormen van springen			97
		Verskillende vormen van werpen			96
Zelfverdediging (96%)		Stoeispelen (vormen van judo)			94
	Trefspelen (vormen van boksen, karate, schermen)			57	
	Zelfverdediging (voor meisjes)			42	
	Overige bew.vormen (86%)	Fitness conditie	76	Bowling	18
Klimsport		59	Kano	16	
Fitness kracht		59	Andere bew.vormen	17	
Schaatsen		39	Paardensport	15	
Zwemsport		34	Handboogschieten	13	
Skeeleren		33	Duiksport	10	
Skiën		25	Roeien	9	
Wielrennen/mountainbiken		18			

De keuze voor een bepaalde beweegvorm is voor de verschillende onderwijsinstellingen zeer divers. Deze keuze wordt bepaald door de onderwijsinstellingen zelf. De respondenten is verzocht om het motief van de school voor de keuze voor bepaalde beweegvormen aan te geven. Hieruit blijkt dat het merendeel van de ondervraagden (68%) aangeeft dit voornamelijk te doen om te voldoen aan de kerndoelen, zoals die zijn vastgesteld door de overheid. De kerndoelen geven aan hoe de scholen 75% van de tijd van hun programma lichamelijke opvoeding moeten indelen. De scholen kunnen de overige 25% van de tijd naar eigen inzicht en goeddunken invullen.

Een tweede, belangrijk motief voor ruim de helft van de scholen is dat een aangeboden beweegvorm leuk moet zijn voor de leerlingen. Tevens vindt ruim de helft dat een aangeboden beweegvorm in ieder geval goed te organiseren moet zijn op de school.

Op de derde plaats bij het kiezen voor een bepaalde beweegvorm staat enerzijds het motief dat de beweegvorm goed moet aansluiten op de mogelijkheden van de leerlingen (42%) en anderzijds dat de beweegvorm leerzaam is of goed voor de lichamelijke gezondheid van de leerlingen (39%). Een minder grote rol bij het maken van een keuze voor een beweegvorm speelt de mogelijkheid om die beweegvorm in samenwerking met een sportvereniging te geven (20%).

Scholen hadden ook de mogelijkheid om aan te geven welke factoren nog meer een rol spelen, wanneer ze een keuze moesten maken voor een bepaalde beweegvorm. Hieruit komt naar voren dat een aantal scholen (5%) de mate van variatie in het programma-aanbod belangrijk vinden. Nog eens 3% geeft aan dat het belangrijk is om aan te sluiten bij de beweegcultuur van de doelgroep, in dit geval VMBO'ers.

3.2.1 *Keuzeactiviteiten*

Veel scholen bieden hun leerlingen (vaak in het laatste jaar) de mogelijkheid om deel te nemen aan beweegactiviteiten die niet in het reguliere lesprogramma zitten, het zogenaamde sportoriëntatie –keuze programma (SOK). De leerkrachten stellen meestal gezamenlijk de keuzemogelijkheden van tevoren vast. De leerlingen kunnen zich vervolgens inschrijven voor de verschillende beweegactiviteiten, waarna de activiteiten in de loop van het jaar binnen, dan wel buiten de school plaatsvinden.

Dit is in kaart gebracht tijdens het onderzoek en het blijkt dat bijna driekwart van de ondervraagden keuzeactiviteiten aanbiedt aan zijn of haar leerlingen. Hiervan geeft ruim een derde aan dat de leerlingen aan meer dan twee keuzeactiviteiten deelneemt, bij een kwart is dit precies twee keer en bij slechts 8% nemen de leerlingen één keer deel aan een keuzeactiviteit.

Ook is er gevraagd naar de manier waarop een bepaald keuzepakket wordt bepaald. In de meeste gevallen (59%) wordt met het gehele docententeam bepaald welke activiteiten er aangeboden zullen worden. Bij ruim de helft van de scholen wordt er overlegd met de leerlingen welke keuzeactiviteiten er gewenst zijn.

3.2.2 *Inspelen op trends*

In de maatschappij zijn er vele trends, ook op het gebied van sport. Zo zijn er vaak periodes dat een bepaalde sport erg populair is en veel wordt beoefend. Vaak zijn nieuwe sporten, die snel en extreem zijn, erg populair. Scholen kunnen op deze trends inspringen en zo aan de behoefte van de leerlingen voldoen. De helft van de respondenten geeft aan tijdens de uren lichamelijke opvoeding meestal in te spelen op de sporten die op dat moment populair zijn.

Ongeveer 40% van de respondenten geeft aan dat ze meestal niet inspelen op populaire sporten met hun lesprogramma, nog eens 5% zegt dat nooit te doen.

Om leerlingen meer te betrekken bij het bewegingsonderwijs en ze daar tegelijkertijd meer invloed op te geven, kunnen scholen ervoor kiezen leerlingen te betrekken bij de organisatie en uitvoering van de bewegingsactiviteiten. Uit het onderzoek blijkt dat tweederde van de scholen dit meestal wel doet, wanneer dit in alle redelijkheid mogelijk is. Bij 15% van de scholen is het zelfs zo dat leerlingen altijd betrokken worden bij de organisatie en uitvoering van de activiteiten.

3.2.3 *Problemen in de les*

De enquête gaat ook in op de eventuele problemen die de leerlingen belemmeren bij het meedoen aan beweegactiviteiten tijdens de lessen lichamelijke opvoeding. Een derde van de respondenten geeft dit ook als zodanig aan. Het grootste probleem, volgens een kwart van die respondenten, is de motivatie van de leerlingen om deel te nemen aan een gymles. Tijdens een focusgroep interview met een twintigtal VMBO'ers, in mei 2004, is dit nog eens geverifieerd. Hieruit blijkt onder andere dat leerlingen elkaar beïnvloeden als het gaat om 'anti-beweeggedrag'. Voornamelijk de meisjes kijken naar het gedrag van de groep en passen hun eigen gedrag daarop aan (Ooijen et al, 2004).

Verder gaven de respondenten aan dat er serieuze problemen veroorzaakt worden door de accommodaties waarvan gebruik gemaakt moet worden. Dit varieert van problemen van kwalitatieve aard, zoals een gebrekkige gymzaal, tot problemen van kwantitatieve aard, zoals de beschikbaarheid van accommodaties.

Een even groot probleem schijnen de bijbaantjes te zijn. Op sommige scholen komen leerlingen niet opdagen bij de lessen lichamelijke opvoeding, vanwege het feit dat ze op dat moment prefereren te werken voor geld. Of en op welke manier hier tegen opgetreden wordt is niet naar voren gekomen bij deze enquête.

Sporten en bewegen heeft veel belangrijke aspecten. Iedereen heeft een andere motivatie om te sporten. De lessen lichamelijke opvoeding zullen ook vanuit veel verschillende achterliggende gedachten gegeven worden. Uit het onderzoek is naar voren gekomen welke aspecten van het sporten en bewegen men als belangrijk ervaart. Een ruime meerderheid (79%) geeft aan het aspect van het leren samenwerken en samenspelen het belangrijkste te vinden. Tevens geeft (bijna) tweederde van de respondenten aan de aspecten plezier en het leren bewegen (de motorische ontwikkeling) belangrijk te vinden. Zie hiervoor onderstaande tabel.

Tabel 3.8. Oordeel van docenten over de mate van belangrijkheid van aspecten van sport voor leerlingen (in percentage van de docenten die het betreffende aspect genoemd heeft).

Aspect van sport en bewegen	%
Leren samenwerken/samenspelen	78
Leren van bewegingsvaardigheden, motorische ontwikkeling	66
Plezier	61
Leren deelnemen aan de bewegingscultuur/vrijtijdskeuze	57
Gezondheid(bevordering)	29
Energie/agressie kwijtraken	17
Anders	5

3.3 **Sport- en spelfaciliteiten**

Om een campagne op het voortgezet onderwijs te laten slagen, is het belangrijk te achterhalen in welke situatie de scholen verkeren. In deze paragraaf komen de faciliteiten aan bod. Er is niet alleen gekeken naar de materialen die een school beschikbaar heeft en hoeveel ze daar gebruik van maken, maar ook naar de mogelijkheden voor de leerlingen om extra gebruik te maken van die materialen. Niet alleen tijdens de schooluren, maar ook daarbuiten.

Bij bijna de helft van de ondervraagde scholen mogen leerlingen buiten de lesuren gebruik maken van materialen en sport- en spelfaciliteiten van de school. In bovenstaande paragraaf wordt gerefereerd aan het groepsgedrag van VMBO'ers wat

een belangrijke rol speelt bij de keuze voor beweegactiviteiten. Dit is in eerdere onderzoeken ook al naar voren gekomen en daarom is er als vervolg op de vraag of leerlingen gebruik mogen maken van voorzieningen van de school, gevraagd of leerlingen er dan ook daadwerkelijk gebruik van maken. Dit blijkt bij ruim 90% van de scholen het geval te zijn. De reden waarom op de andere helft van de scholen in de vrije uren geen gebruik gemaakt mag worden van faciliteiten is gerelateerd aan de mogelijkheden om toezicht te houden. Ruim de helft van de scholen waar leerlingen niet in de vrije uren kunnen sporten geven aan dat er een restrictie geldt vanwege een tekort aan begeleiders.

De respondenten konden in dit blok verder aangeven hoe tevreden ze zijn met de faciliteiten op de school, die benodigd zijn voor het beweegonderwijs. Ook hier geeft ruim de helft van de ondervraagden aan dat men niet tevreden is met de faciliteiten. De redenen die hiervoor aangedragen worden zijn:

- het aantal faciliteiten is niet toereikend 56%
- de faciliteiten zijn aan vervanging toe door intensief gebruik 25%
- de faciliteiten voldoen niet aan de wensen van de leerlingen 12%

3.4 Sport- en beweegactiviteiten van de leerlingen buiten het lesprogramma

In het voortgezet onderwijs krijgen de leerlingen naast de reguliere lichamelijke opvoeding vaak ook de mogelijkheid om op andere manieren actief te zijn. Dit kan dan door bijvoorbeeld mee te doen aan sportdagen die meestal verplicht zijn voor de leerlingen en meerdere keren per jaar worden gehouden. Een andere mogelijkheid die sinds een aantal jaren door leerlingen gekozen kan worden is het aansluiten bij een bepaald sportstimuleringsplan. Deze zijn de laatste jaren door verschillende organisaties en in verschillende vormen op de markt gezet. De respondenten konden aangeven hoeveel er met dergelijke stimuleringsplannen gewerkt wordt.

Qua sport- en beweegactiviteiten die buiten het lesprogramma om worden aangeboden, geeft ruim de helft aan meer dan twee keer per jaar activiteiten te organiseren voor de leerlingen. Een vijfde van de scholen geeft aan twee keer per jaar een activiteit of meerdere activiteiten te organiseren en nog eens een vijfde geeft aan dat één keer per jaar te doen. Minder dan tien procent van de respondenten geeft aan helemaal niets extra's aan te bieden voor de leerlingen.

Naast de deelname aan sport- en spelactiviteiten is het ook mogelijk dat leerlingen betrokken worden bij de organisatie en uitvoering van de activiteiten. Hier wordt de laatste jaren op de opleiding voor L.O.-docenten ook extra aandacht aan besteed. Desalniettemin zegt tweederde van de respondenten (meestal) geen leerlingen te betrekken bij de organisatie.

Naast de *FLASH!*-campagne bestaan er al langere tijd een aantal andere sportstimuleringsprojecten. Om te achterhalen hoeveel animo er voor dergelijke projecten is bij de scholen, is er gevraagd naar de mate waarmee er met verschillende projecten wordt gewerkt. Opmerkelijk is dat bijna de helft van de scholen op geen enkele wijze met dergelijke projecten bezig is. Nog eens een derde geeft aan dat ze wel met stimuleringsprojecten bezig zijn, maar dat zijn lokale projecten, door de school zelf en soms met behulp van plaatselijke instanties opgezet. Afgaande op de gegevens die in de volgende paragraaf zullen worden behandeld, zullen de meeste samenwerkingspartners bij die projecten de gemeente en de lokale sportverenigingen zijn.

Een vijfde van de respondenten geeft aan het ‘sportoriëntatie en -keuze (SOK)’ programma te gebruiken. Hierbij wordt ook de samenwerking met de lokale sportaanbieders gezocht, maar voor dit project bestaan landelijke richtlijnen.

Van de landelijke campagnes wordt het project ‘Fit & Fun’ van het NOC*NSF en de Stichting Jeugd in Beweging nog het meest (9%) ingezet. Daarna volgt de campagne ‘WhoZnext’, opgezet door het NISB met een score van 7% bij de respondenten, en als minst gebruikte bij de referentiegroep is het project ‘School en Sport’ van de samenwerkingspartners KVLO, NOC*NSF, LC en het NISB, met een score van 2%. Deze gegevens zetten aan tot denken, omdat de campagne ‘FLASH!’ in principe in hetzelfde rijtje valt. Het is dus zaak om in ieder geval zoveel mogelijk bekendheid te geven aan de campagne.

- Fit & Fun 9%
- WhoZnext 7%
- School en Sport 2%

3.4.1 *Wensen van de school ten aanzien van meer beweegactiviteiten*

Dat de leerlingen op het VMBO beduidend minder bewegen dan medeleerlingen op andere niveau’s is bij de meeste scholen wel bekend. Slechts de helft van alle jeugd van 13 tot 17 jaar voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. In het bijzonder jongeren uit lagere sociaal-economische milieus en allochtone jeugd vormen risicogroepen als het gaat om bewegen. Deze groepen zijn sterk vertegenwoordigd in het VMBO. VMBO leerlingen zijn in het algemeen minder actief dan hun leeftijdsgenoten. Zo zijn VMBO leerlingen ten opzichte van HAVO en VWO leerlingen minder vaak lid van een sportvereniging (Duivestijn, 2004; Ros, 2003; Vos de, 2001). Minder bekend is echter in hoeverre de scholen dit zelf als een probleem zien en of er ideeën zijn over het verhogen van het aantal (verplichte) beweegactiviteiten voor de leerlingen. Hierbij kan er onderscheid gemaakt worden tussen de extra uren binnen het lesprogramma en het aantal extra uren buiten het lesprogramma.

Meer dan de helft (60%) zou meer activiteiten aan willen bieden aan de leerlingen, waarvan ongeveer een kwart dit alleen binnen het programma wil doen en een kwart dit juist alleen buiten het programma zou willen doen. De helft van de scholen die meer activiteiten wil aanbieden wil dit zowel binnen als buiten het lesprogramma opnemen. Ook hier is gevraagd naar de domeinen en de spelvormen die een school dan meer zou willen aanbieden, dit is uiteen gezet in de volgende tabel.

Tabel 3.9. Percentage van de scholen die betreffende domeinen en beweegvormen extra willen aanbieden.

Domein	Beweegvorm	%	%	
Spel (n=82; 71%)				
	Tennis	55	Tafeltennis	20
	Squash	45	Badminton	17
	Voetbal	31	Hockey	17
	Basketbal	31	Vorm van volleybal	16
	vormen van softbal	26	Handbal	10
	Rugby	22	Korfbal	5
Turnen (n=80; 16%)				
	Verskillende vormen van springen		100	
	Verskillende vormen van zwaaien		50	
	Verskillende vormen van balanceren		50	
Bewegen op muziek (n=80; 44%)				
	Streetdance		67	
	Conditionele vormen op muziek (steps, aerobics)		54	
	Jazzdance		28	
	Ritme en bewegen		24	
	Volksdansen		3	
Atletiek (n=77; 21%)				
	Verskillende vormen van springen		57	
	Verskillende vormen van lopen		50	
	Verskillende vormen van werpen		48	
Zelfverdediging (n=80; 50%)				
	Trefspelen (vormen van boksen, karate, schermen)		60	
	Zelfverdediging (voor meisjes)		55	
	Stoeispelen		21	
Overige bew.vormen (n=81; 86%)				
	Klimsport	54	Roeien	30
	Skeeleren	46	Fitness kracht	26
	Wielrennen/mountainbik en	41	Schaatsen	25
	Fitness conditie	37	Handboogschieten	17
	Skiën	35	Paardensport	13
	Duiksport	33	Andere bew.vorm	13
	Kano	32	bowling	12
	Zwemsport	32		

Opvallend is dat het zogenaamde ‘BOM’ en veel interesse opwekt bij de respondenten. Met name de beweegvorm streetdance en de conditionele vormen op muziek zoals aerobics en steps zouden de scholen meer willen aanbieden.

Er is ook gevraagd wat de redenen zijn voor de scholen die hebben aangegeven waarom zij niet meer activiteiten op het gebied van sport en bewegen willen aanbieden (zie ook tabel 3.10.). De helft van die scholen heeft daarbij aangegeven dat er al voldoende aangeboden wordt op hun school. De helft geeft ook aan dat er te weinig geld

beschikbaar is voor extra activiteiten. Minder vaak (21%) genoemd, maar niet onbelangrijk, is het probleem met het vervoer van leerlingen naar de locatie en een onderbezetting bij het personeel.

Nog eens 19% geeft aan dat er te weinig materiaal beschikbaar is om meer activiteiten aan te bieden en 13% vindt dat er niet meer activiteiten nodig zijn, omdat er geen behoefte aan is. Een ogenschijnlijk probleem bij 15% van de respondenten bij het organiseren van activiteiten buiten het lesprogramma om, is dat er in de omgeving te weinig aanbod is.

Tabel 3.10. Redenen om niet meer beweegvormen aan te bieden.

Redenen	%
Er is al voldoende aanbod	50
Onvoldoende financiën	46
Andere reden	30
Problemen met vervoer leerlingen	22
Onvoldoende personeel	21
Onvoldoende materiaal	19
Onvoldoende aanbod in de omgeving	15
Er is geen behoefte aan	13
Onvoldoende expertise binnen de school	6
Onvoldoende informatie beschikbaar	2

3.4.2 *Samenwerking met externen op het gebied van sport en bewegen*

Om landelijke campagnes te doen slagen is het noodzaak om lokale organisaties en partijen te betrekken bij de opgestelde plannen. Vaak scheelt het dan als de doelgroep reeds contacten heeft met belangrijke beoogde samenwerkingpartners. Zo kan ook een school die het VMBO programma aanbiedt contacten hebben met externen. Een mogelijkheid is dat er samen wordt gewerkt binnen de zogenaamde BOS-driehoek (Buurt, Onderwijs en Sport).

Uit de enquête blijkt dat meer dan de helft (57%) van de ondervraagde scholen op geen enkele wijze samenwerkt met externe organisaties op het gebied van sport- en bewegen. Eén op de vijf scholen werkt samen met organisaties binnen de BOS-driehoek en bijna een kwart (23%) werkt met externen zowel binnen als buiten de BOS-driehoek samen op het gebied van sport- en bewegen.

De respondenten die positief hebben geantwoord (samen 43%) is daarna gevraagd met wie ze samenwerken. Hieruit blijkt het volgende:

• de gemeente	67%
• reguliere sportverenigingen	67%
• sportopleidingen	24%
• andere scholen binnen het voortgezet onderwijs	21%
• buurtwerk/welzijnsinstellingen	15%
• sportbonden	11%
• een lokale sportraad	8%
• de GG(G)D	2%

Het terrein waarop men samenwerkt varieert, maar is voornamelijk gericht op het samen organiseren van buitenschoolse sport (78%). Verder werkt men samen op het terrein van accommodatiebeleid (38%), wat voornamelijk in de gevallen zal zijn wanneer er een accommodatie gedeeld wordt met een andere organisatie. Ruim een derde werkt ook nog samen op het gebied van materialengebruik. Kennisuitwisseling en de spreiding van het personeel onder verschillende organisaties wordt bij een kwart van de scholen toegepast. Ongeveer een tiende van de scholen ontvangt subsidie van een samenwerkingspartner, of krijgt voorlichting over het aanvragen en verkrijgen van subsidies.

3.5 **Beleid ten aanzien van sporten en bewegen op de scholen**

Om VMBO'ers actiever na te laten denken over hun lichamelijke activiteiten en te stimuleren om zich in ieder geval aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen te houden, zal er bij die doelgroep een gedragsverandering nodig zijn. Dit heeft alleen een kans van slagen wanneer er beschikking komt over een beleidsplan om hier de komende jaren aan te werken. De huidige situatie is bekend, maar minder bekend is wat voor beleid de scholen momenteel hanteren ten aanzien van het sporten en bewegen van hun leerlingen. Dit is in kaart gebracht en wordt in deze paragraaf omschreven.

Een manier om leerlingen actief bij de beleidsvorming te betrekken is het oprichten van een leerlingen-sportraad, waarmee samen met de leerlingen afgekaderd wordt wat haalbaar is op een school en voor welke beweegvormen animo is. Uit de enquête blijkt dat momenteel het overgrote deel (93%) van de scholen niet beschikt over een dergelijke sportraad. De reden daarvoor is niet achterhaald.

Een andere manier om het beleid in de praktijk uit te voeren is het werken met een vakwerkplan. Dit plan wordt door de docenten opgesteld en ten uitvoer gebracht. Een dergelijk plan is tevens verplicht door de overheid. Bijna alle scholen (98%) die hebben meegewerkt aan dit onderzoek werken met een vakwerkplan.

Bij gezondheid speelt niet alleen het beweeggedrag een (belangrijke) rol, maar zijn er ook tal van andere zaken die de mens in een voldoende conditie houden. Een school kan daar vorm aan geven door te kiezen voor het opstellen van een algemeen gezondheidsbeleid, waarin ook regels over het beweeggedrag zijn opgenomen. Van de respondenten geeft 17% aan een dergelijk plan te hebben opgesteld.

Informatie verstrekken over sport en bewegen zou ook een onderdeel van het gevoerde beleid kunnen zijn. Ruim de helft van de scholen heeft aangegeven voorlichting te geven over de voor- en nadelen van sport en bewegen.

Ten slotte is in dit kader gevraagd of het fietsen en wandelen naar school gestimuleerd wordt. Een aantal respondenten geeft hierbij aan dat het voor hun school niet

noodzakelijk is om daar in te stimuleren, omdat er al veel door hun leerlingen wordt gefietst en gewandeld. Toch zegt een derde van de respondenten de leerlingen actief te stimuleren om met de fiets of lopend naar school te komen.

3.6 Bewegen buiten de school

De enquête is afgesloten met een aantal stellingen, waar de respondenten konden invullen in hoeverre ze het met die stellingen eens waren.

- Ruim driekwart (76%) geeft aan dat er binnen een straal van drie kilometer van de school voldoende mogelijkheden voor de leerlingen zijn om lichamelijk actief te zijn;
- Minder dan de helft (48%) van de respondenten geeft aan dat de lokale sportverenigingen en gerelateerde sportaanbieders in de omgeving van de school een aantrekkelijk aanbod voor VMBO'ers hebben;
- Een derde (35%) van de respondenten geeft aan dat de gemeente genoeg doet voor de jongeren om hun lichamelijke activiteit te stimuleren;
- Nog geen kwart (23%) van de respondenten geeft aan dat het VMBO schoolsysteem ervoor zorgt dat jongeren regelmatig sporten en lichamelijke activiteiten in hun dagelijkse leven inpassen.

Tot slot heeft 85% van de scholen aangegeven geïnteresseerd te zijn in de *FLASH!*-campagne en er graag meer informatie over zou ontvangen.

4 Conclusies en aanbevelingen

Het resultaat van deze enquête geeft een beeld van het beweegaanbod op de Nederlandse scholen die het VMBO aanbieden. Er is uitgegaan van een adressenbestand van 475 scholen die verspreid over de 12 provincies liggen. Uiteindelijk hebben er 150 scholen meegewerkt aan de nulmeting. Daarnaast heeft er ook een focusgroep interview plaatsgevonden. Een dergelijk interview geeft een goed beeld van hoe de leerlingen zelf tegen het probleem aankijken. Hierbij moet in het achterhoofd gehouden worden dat dit slechts een momentopname is geweest, op maar één school in Nederland.

Allereerst blijkt dat de scholen zich (bijna) allemaal aan de richtlijnen van de overheid houden, als het gaat om het aantal uren lichamelijke opvoeding per leerjaar. Gemiddeld gezien verspreiden de scholen de lessen onevenredig. De meeste scholen bieden de leerlingen de eerste twee jaar de meeste lessen lichamelijke opvoeding aan en doen in de laatste twee jaar van de opleiding op dat gebied een stapje terug. De eerste twee jaren krijgt een leerling gemiddeld tussen de tweeënhalf en de drie lessen per week en in de laatste twee jaren zijn dit gemiddeld twee lessen per week. De enquête ging niet verder in op de vraag waarom er voor een dergelijke verdeling is gekozen, maar een discussiepunt is dit zeker. Vaak krijgen jongere leerlingen buiten de schooluren om meer lichaamsbeweging dan de oudere leerlingen. De vraag is daarom of het niet beter zou zijn om de oudere leerlingen meer lichamelijke opvoeding aan te bieden, om op die manier meer leerlingen de NNGB na te laten komen.

Bij ruim driekwart van de scholen wordt er door externe instanties gebruik gemaakt van de accommodatie(s) van de school. Hiermee biedt de school anderen de mogelijkheid om te bewegen. Uit de enquête kon niet opgemaakt worden of er ook aparte regelingen getroffen worden om leerlingen van de scholen bij dergelijke externe instanties te laten sporten. Hierbij moet dan gedacht worden aan het sporten met korting of in tussenuren leerlingen de mogelijkheid geven om een training van een vereniging of sportschool te volgen. De vraag is echter in hoeverre daar VMBO'ers mee worden bereikt.

Op het VMBO gelden voor de lessen lichamelijke opvoeding verschillende eindtermen die een school daadwerkelijk moet gebruiken in het lesprogramma. Deze eindtermen komen terug in de domeinen van het beweegonderwijs en worden door alle scholen aangeboden. Dit houdt in dat alle VMBO klassen een gevarieerd aanbod krijgen van beweegactiviteiten.

Om VMBO'ers te motiveren meer te gaan bewegen, zijn er verschillende projecten opgestart om de leerlingen kennis te laten maken met (voor hen) nieuwe sporten. De bedoeling is dat de leerlingen geïnteresseerd raken in een sport en die sport dan ook blijven beoefenen. Dit principe wordt vaak met lokale sportverenigingen in de buurt opgezet. Het blijkt dat ruim 70% van de scholen met het VMBO leersysteem hun leerlingen de mogelijkheid biedt om, middels die sportoriëntatie –keuze, deel te nemen aan keuzetrajecten. Hoeveel leerlingen op die manier blijven hangen in een bepaalde tak van sport is met dit onderzoek niet gemeten. Wat wel gemeten is, is dat in de meeste gevallen (60%) het docententeam bepaald welke keuzetrajecten er aangeboden worden. De vraag is of leerlingen actiever zouden worden, wanneer ze meer betrokken zouden worden bij het maken van bepaalde keuzes voor een sportoriëntatie-traject. Wel worden de leerlingen vaker (81%) betrokken bij de organisatie en uitvoering van

bewegingsactiviteiten tijdens de L.O.-lessen. Hier zou men vaste afspraken over kunnen maken met de leerlingen, door het instellen van een leerlingen-sportraad. Uit de enquête blijkt dat er op dit moment zeer sporadisch met een dergelijke sportraad wordt gewerkt (6,7%).

De docenten L.O. hebben aangegeven het leren samenwerken en samenspelen als meest belangrijke aspect te zien van de lessen lichamelijke opvoeding bij (VMBO) leerlingen. Andere aspecten die men belangrijk vindt, zijn het aanleren van bewegingsvaardigheden (66%), het plezier in bewegen (61%) en het deelnemen aan de bewegingscultuur (57%). Wat opvalt, is dat er geen woord wordt gerept over het overbrengen van de boodschap van de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. Simpel gezegd wordt de les L.O. niet gezien als middel om leerlingen te helpen aan hun aanbevolen hoeveelheid dagelijks bewegen te voldoen. Bij het opzetten van de campagne moet er dus rekening gehouden worden met het feit dat docenten geconfronteerd kunnen worden met een nieuwe doelstelling voor de gymles.

Een ander punt waarmee leerlingen wellicht gestimuleerd kunnen worden is het inspelen op actuele trends. Een voordeel is niet alleen dat leerlingen daar meer oog voor hebben, maar ook dat je als school makkelijker aan kan sluiten bij verenigingen en andere sportaanbieders die ook op de trends inspelen.

Het onderzoek gaat ook in op de mogelijkheden in de omgeving van de school om voor leerlingen aan actieve lichaamsbeweging te doen. De drempel zou op dat gebied in ieder geval laag moeten zijn om VMBO'ers de kans te geven in een georganiseerd verband aan hun lichaamsbeweging te werken. Ruim driekwart van de respondenten geeft aan dat er binnen een straal van drie kilometer voldoende faciliteiten en mogelijkheden zijn om lichamelijk actief te zijn. Daaraan gerelateerd is het aanbod van de lokale sportverenigingen binnen die straal en de inzet van de gemeente om de jongeren ook actief bij het sporten en bewegen te betrekken. Dit valt tegen. Minder dan de helft heeft aangegeven dat de jongeren uit een aantrekkelijk aanbod van beweegactiviteiten kan kiezen bij de sportverenigingen en slechts een derde geeft aan dat de gemeente de taak om zich neemt om voldoende voor de jongeren te organiseren op het gebied van bewegen en gezondheid.

Uit bovenstaande blijkt dat het aanbod buiten het lesprogramma om, voor VMBO'ers (nog) niet optimaal is en dat er op dit moment te weinig wordt ingesprongen op de wensen van de jongeren. Om hieraan te voldoen zou er goed geïnventariseerd moeten worden wat de jeugd voor ogen heeft als het gaat om sporten en bewegen.

Naast het aanbod van instanties buiten de school is er ook ingegaan op het aanbod van de scholen zelf buiten de lessen om. Op 45% van de scholen blijkt namelijk dat naast de reguliere lessen lichamelijke opvoeding de leerlingen de mogelijkheid wordt geboden om tijdens tussenuren en/of na schooltijd, gebruik te maken van sport- en spelfaciliteiten op school. Op ruim 90% van die scholen gebeurt dit ook daadwerkelijk. Dit gegeven is gunstig voor de FLASH!-campagne, omdat hierop ingespeeld kan worden.

Buiten het lesrooster om worden de leerlingen over het algemeen mogelijkheden geboden om meer te sporten en te bewegen. Meer dan 90% van de scholen biedt hun leerlingen buitenschoolse sport- en beweegactiviteiten aan. Hoewel op sommige scholen (18%) ook nog sportstimuleringsprojecten gebruikt worden, gebeurt dit vaak vanuit de eigen organisatie, scholen zijn hier weinig bekend mee. Externe

stimuleringsplannen, waarvan de *FLASH!*-campagne er ook een is, worden weinig gebruikt. Om *FLASH!* wél goed op de kaart te zetten bij scholen is het van essentieel belang dat scholen goed op de hoogte worden gebracht van het bestaan van *FLASH!* en de mogelijkheden die daarbij voor een school zijn ontwikkeld.

In iets minder dan de helft van de gevallen wordt bij de organisatie van deze buitenschoolse sport samengewerkt met zowel partijen binnen, als buiten de BOS-driehoek. VMBO-scholen werken weinig samen met andere partijen. Er zal nog veel in de ontwikkeling van een netwerk geïnvesteerd moeten worden. De gemeente en sportverenigingen zijn de meest geliefde organisaties om mee samen te werken. De mogelijkheden voor (andere vormen van) sport worden hierdoor breder, en de drempel om deel te nemen aan de bewegingscultuur wordt op deze wijze verlaagd. Voor partijen waar tot op heden nog weinig mee wordt samengewerkt (bijvoorbeeld de GGD) liggen hier wellicht kansen. Dit is misschien ook mogelijk door het geven van goede voorlichting over de voor- en nadelen van sporten en bewegen. Op dit moment gebeurt dit op slechts 58% van de scholen.

Het tekort aan lichaamsbeweging kan niet volledig afgeschoven worden op een beperkt aanbod en het ontbreken van een luisterend oor vanuit de lokale politiek. Juist bij de jongeren zelf ligt een groot probleem, geven de respondenten in verschillende bewoordingen aan. Wanneer de lessen lichamelijke opvoeding namelijk tegen het licht worden gehouden, blijkt dat leerlingen veel moeite hebben voldoende motivatie op te brengen voor de lessen. Het gaat dan niet om individuen alleen, maar juist het groepsgedrag bepaald in belangrijke mate de motivatie voor het actief volgen van de beweegactiviteiten op de school. Dit probleem speelt een grote rol bij de groeiende bewegingsarmoede onder de jeugd in Nederland. Vertaald naar de *FLASH!*-campagne betekent dit dat de beoogde activiteiten die met de leerlingen gedaan zullen worden, in een vorm gegoten moeten worden die de leerlingen aanspreekt.

De beoogde *FLASH!*-dance events zijn dan ook een goed voorbeeld van hoe er op de wensen en de trends ingespeeld kan worden. Dit sluit goed aan op de wensen van de docenten om meer te willen doen met het zogenaamde 'bewegen op muziek'.

5 Literatuur

ANONIEM Samenvatting deelcampagne II, het VMBO. Papendal: Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen, 2004

DUIVESTIJN P. FLASH! Funky Dance Tour: richtlijnen voor de organisatie van sport- en beweegevents voor VMBO-jeugd. Amsterdam: DSP-groep BV, 2004

EGDOM H van, DIJK, D van. Wijkgericht werken is summum van vruchtbare samenwerking. Sport, Bestuur en Management 2004 (april/mei)44-45.

KEMPER HCG, OOIJENDIJK WTM, STIGGELBOUT M. Hoeveel lichaamsbeweging is gezond? Lichamelijke opvoeding, 2000 (1) 4-9.

OOIJEN S van, ZWART R, MENSINGA GT, HOUKES ML. Sport- en bewegingsactiviteiten op het VMBO. Leiden: TNO Preventie en Gezondheid, 2004. Stageverslag

OVERBEEK K VAN, VRIES SI de, OOIJENDIJK WTM. Evaluatie VMBO beweegwijzer. Leiden: TNO Preventie en Gezondheid, 2004. Publ. nr. 04. 073

ROS B.VMBO trekt klanten met (top)sportklas. Didaktief & School 2003 (7)11-3.

VERMEULEN M. Te dik, te stijf, leerling op IJdoorn bevestigt alle clichés. De Volkskrant, dinsdag 6 april 2004

VOS D de. Gewoon, lekker bewegen! Kwalitatief onderzoek naar de sportbeleving van Utrechtse VMBO jongeren. Utrecht: Gemeente Utrecht, 2001.

Gebruikte websites

<http://www.flash123.nl/>

<http://www.minvws.nl/>

<http://www.nisb.nl/>

<http://www.vmbo.nl/>

A Enquête

B Verslag focusgroep interview

Focusgroep interview

Woensdag 2 juni hebben we een interview gehouden met 12 leerlingen uit de eerste klas van het VMBO van De Hamrik in Groningen.

Wij waren met drie mensen aanwezig; Robbert de Zwart was de gespreksleider, Marten Houkes notulist en Gido Mensinga observant. De docent L.O., Marten Scheensma, was ook aanwezig.

We hebben de vragenlijst van Maarten Stiggelbout als leidraad gebruikt, maar we hebben niet alle vragen gesteld vanwege een tekort aan tijd; de 30 minuten bleek niet genoeg, dus hebben we het uit laten lopen tot 40 minuten. Toch hebben we de belangrijkste zaken aan de orde gesteld.

In de inleiding hebben we kort verteld wat onze bedoeling was van dit interview, voor wie we werkten en wat we van de kinderen verwachtten.

Daarna begonnen we met een kennismakingsronde bij ons en daarna bij de leerlingen zelf. Hierbij werd meteen gevraagd of ze aan sport deden en of ze met de fiets naar school gingen. Hieruit bleek dat maar 1 van de 12 leerlingen op een sportvereniging zit (voetbal) en 1 leerling op fitness zit. Daarentegen is er maar 1 leerling die niet op de fiets naar school gaat, maar meestal de bus neemt. Bij iedereen vroeg Robbert of ze ook op een andere manier bewegen, zoals de hond uitlaten. Dit wordt door een aantal leerlingen gedaan.

Na de kennismakingsronde vroeg Robbert waarom ze niet aan sport doen. Het bleek dat er een aantal leerlingen wel aan sport deden, maar er vanaf zijn gegaan omdat ze het niet meer leuk leek. Dit kwam onder andere door een saaie trainer.

Binnen school hebben ze 3 uren gym (50 minuten, dus 150 minuten per week)

Niet iedereen gymt altijd; de jongens zeggen dat de meisjes minder vaak gymmen en als er eentje niet wil gymmen, de rest volgt. De meisjes waren het er eerst niet mee eens, maar daarna stelden ze dat dit te maken heeft met het meisjes zijn en dat de jongens dit niet zouden begrijpen. Later kwam nog naar voren dat dinsdag de eerste twee uren gym wordt gegeven en ze niet altijd even veel zin in hebben om zo vroeg al zich in te moeten spannen.

De school stimuleert de kinderen niet om op een sportvereniging te gaan. De leerlingen gaven aan dat dit hun wel leuk leek. De docent lo die aanwezig was, gaf aan dat dit in de vierde klas zal komen.

Om erachter te komen wat ze in hun vrije tijd allemaal al niet doen, vroeg Robbert ze eerst of ze een bijbaantje hebben; een paar jongens helpen hun vader wel eens met een klusje in de tuin, verder hebben ze geen bijbaantje. Wat ze wel doen in hun vrije tijd in naar buiten gaan, eten, tv. kijken en achter de computer zitten chatten (msn-en). Robbert stelde daarna dat ze dus wel tijd hebben, maar liever tv. kijken. Waarom ga je dan niet op een sportvereniging? Allen antwoordden daar geen tijd voor te hebben sinds ze op de middelbare school zitten. Een jongen merkte op dat het allemaal te makkelijk gaat; je komt er mee weg als je niets doet, de Nederlandse jeugd wordt lui, er mag teveel. Ouders doen ook al niet aan sport; maar een leerling gaf aan dat zijn vader aan sport deed. Ook worden ze nauwelijks gestimuleerd van huis uit om op een sportvereniging te gaan. Zoals eerder vermeldt deden er een aantal leerlingen wel aan sport. Dit gebeurde vaak doordat er een broer/zus was die hen aanmoedigde om hun sport te gaan doen. Dit hebben ze even gedaan, maar daarna vonden ze het niet leuk meer.

Om terug te gaan naar de mogelijkheid om op sport te gaan, gaven de leerlingen wel toe dat de optie om te sporten wel ruim aanwezig is, maar toch lijkt het dat de drempel om daadwerkelijk te gaan sporten te hoog ligt. Men ervaart het traplopen (er zijn 8 trappen, 4 verdiepingen) al als genoeg bewegen.

Toch wilden we weten waarom ze nou niet sporten. Zijn er andere dingen die leuker zijn? Hieruit blijkt dat er twee dingen ze weerhouden om te gaan sporten; de televisie en de computer. Het is soms schrikbarend hoelang ze achter een beeldscherm zitten; Bijna iedereen zit wel achter de computer. Per week verschilt dit tussen 0 of 1 uur en 64 uur; omgerekend is dit 8 uur per dag(!) Gemiddeld zit de leerling in dit groepje ongeveer 30 uur per week achter de computer, wat overeenkomt met meer dan 4 uur per dag.

Ook wordt er veel televisie gekeken; dit varieert tussen ½ uur per dag en 8 uur per dag (weekend meegerekend). Gemiddeld zit een leerling uit dit groepje ongeveer 5 uur per dag achter de televisie.

Om toch nog positief te eindigen, blijkt dat iedereen in het huishouden meehelpt, op een iemand na. Bijna iedereen gaf aan meer dan 2 uur per week mee te helpen in het huishouden.

Op de vraag of de leerlingen meer wilden bewegen, zei iedereen ja. Het leek hun wel wat iedere dag gym te krijgen. Bewegen zien ze niet als noodzaak, maar als ze dreigen te dik te worden, gaven de leerlingen wel aan hieraan wat te willen doen door middel van sport.

Tenslotte is gevraagd of het wel nut zou hebben als de FLASH!-campagne bij hun school langs zou komen. De meeste leerlingen zeiden het niet zoveel uit te maken, ze besloten uiteindelijk zelf wel wat ze doen en laten.

Nabeschuwing

Het doel van het interview is het in beeld krijgen wat de VMBO leerlingen aan sport doen. Wat hen stimuleert, of juist niet, om aan sport te doen. Wat zijn de keuzes om wel of niet te sporten.

Aan de school zal het niet liggen, deze bieden in principe voldoende aan.

Tijdens het gesprek kon al vrij snel de conclusie getrokken worden dat er een groot motivatie probleem heerst onder de leerlingen. Ook de motivatie om de gymlessen te volgen is ver beneden pijl, dit komt vooral voor bij de meisjes. Echter geven ze even later weer aan meer gymlessen te willen doen.

Het gebrek aan beweging is geen oorzaak van het feit dat leerlingen het te druk hebben. De leerlingen hebben voldoende vrije tijd, maar de concurrenten op het gebied van vrijetijdsbesteding zoals computers en de tv overheersen en gaan ten koste van actief bezig zijn in hun vrije tijd.

Verder lijkt het alsof het deelnemen aan sport bij een sportvereniging niet "cool" is.. Ook blijken omgevingsfactoren van erg groot belang te zijn op het wel of niet actief

bewegen van de leerlingen. Wanneer bijvoorbeeld de ouders, broers of zussen een bepaalde sport beoefenen, wordt de drempel een stuk kleiner.

Echter blijken de leerlingen in het verleden wel actief geweest te zijn bij sportverenigingen. Naarmate ze ouder werden hebben ze hun interesse en motivatie verloren. Ze geven aan het saai en niet leuk meer te vinden.

Kanttekening bij deze groep is dat de kinderen bijna allemaal uit eenoudergezinnen komen. Het aspect opvoeding wordt dus wel beïnvloed bij deze groep kinderen.

Groningen, 7 juni 2004

Gido Mensinga
Marten Houkes
Robbert de Zwart
Sandra van Ooijen