

# Sporttest

## Werkblad GB 2018 beschrijving interventie

Gebruik de **HANDLEIDING** bij dit werkblad

Werkblad, versie augustus 2018

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstellingen:

Nederlands  
Jeugd  
instituut



## Colofon

### **Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie**

Naam organisatie: Nationaal Bureau Sport Stimulering

E-mail: [info@nbss.nl](mailto:info@nbss.nl)

Telefoon: 035 30 30 030

**Website** (van de interventie): [www.sporttest.nl](http://www.sporttest.nl)

### **Contactpersoon**

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam : Sander van Gent

E-mail : [sander.vangent@nbss.nl](mailto:sander.vangent@nbss.nl)

Telefoon : 035 30 30 030

### **Secundair contactpersoon**

Naam: Rik van Dinther

E-mail : [rik.van.dinther@nbss.nl](mailto:rik.van.dinther@nbss.nl)

Telefoon : 035 30 30 030

### **Referentie in verband met publicatie**

Naam auteur interventiebeschrijving:

Titel interventie:

Databank(en):

Plaats, instituut:

Datum:

Het werkblad is een invulformulier voor het maken van een interventiebeschrijving, geordend naar onderwerp (doelgroep, doel, enzovoort). De onderwerpen volgen de criteria voor beoordeling. De interventiebeschrijving is een samenvatting van de beschikbare schriftelijke informatie over de interventie voor de bezoeker van de databanken effectieve interventies en voor de erkenningscommissie interventies. De informatie is van belang voor de beoordeling van de kwaliteit, effectiviteit en randvoorwaarden van de interventie.

**[Kijk bij het invullen in de handleiding die bij dit werkblad hoort.](#)**

# Inhoud

<b>Colofon</b>	<b>2</b>
<b>Inhoud</b>	<b>3</b>
<b>Samenvatting</b>	<b>4</b>
Korte samenvatting van de interventie	4
Doelgroep	4
Doel	4
Aanpak	4
Materiaal	5
Onderbouwing	5
Onderzoek	5
<b>1. <u>6</u>Uitgebreide beschrijving — 6</b>	
Beschrijving interventie	6
1.1 <u>7</u> Doelgroep	6
1.2 <u>9</u> Doel	8
1.3 <u>10</u> Aanpak	9
<b>2. <u>14</u>Uitvoering — 14</b>	
<b>3. <u>21</u>Onderbouwing — 21</b>	
<b>4. <u>23</u>Onderzoek — 23</b>	
4.1 <u>24</u> Onderzoek naar de uitvoering	23
4.2 <u>28</u> Onderzoek naar de behaalde effecten	25
<b>5. <u>29</u>Samenvatting Werkzame elementen — 26</b>	
<b>6. <u>29</u>Aangehaalde literatuur 27</b>	
<b>7. <u>32</u>Praktijkvoorbeeld — 29</b>	

# Samenvatting

Eén A-4tje, max 600 woorden

## **Korte samenvatting van de interventie – max 150 woorden**

Sporttest is een initiatief van Nationaal Bureau Sport Stimulering en bevat een sportkeuzetest. De sportkeuzetest is wetenschappelijk onderbouwd door ex-wetenschappers, praktisch toepasbaar en ontwikkeld door sport-experts, zoals ex-topsporters, onderzoekers, wetenschappers en fysiotherapeuten. Er wordt in ontspannen sfeer naar fysieke en mentale aanleg van deelnemers gekeken, waarbij ervan uitgegaan wordt dat ieder kind meer talent heeft voor de ene dan de andere sport.

## **Doelgroep – max 50 woorden**

De uiteindelijke doelgroep voor de interventie Sporttest zijn basisschool leerlingen in de leeftijd van 8-12 jaar (groep 4-8). De interventie richt zich op deze leeftijdscategorie om juist daling in sportparticipatie op latere leeftijd (13-16 jaar) tegen te gaan. Op de middelbare school stoppen veel kinderen met sporten wegens te weinig intrinsieke motivatie en teveel afleiding van verschillende substituten. Ze krijgen andere interesses en verkiezen andere bezigheden boven sport. Sporttest probeert dit te voorkomen door te helpen met het maken van een bewuste sportkeuze.<sup>9,15</sup>

## **Doel – max 50 woorden**

Het hoofddoel van de interventie Sporttest is: langere en actievere sportdeelname door basisscholieren in de leeftijd van 8-12 jaar (groep 4 t/m 8). Door op de basisschool leerlingen te begeleiden naar de juiste sportkeuze waarbij succesbeleving en plezier voorop staan, werkt Sporttest preventief mee aan een duurzame sportdeelname en hiermee wordt sportuitval op de middelbare school tegengaan. Onder sportdeelname wordt verstaan; lid van een sportvereniging of bezig met het behalen van een zwemdiploma.

## **Aanpak – max 50 woorden**

*Stap 1. Het bepalen van de doelgroep.*

Doormiddel van het afnemen van een eenvoudige enquête over de sportdeelname bij de groepen 4 t/m 8 wordt de doelgroep bepaald.

*Stap 2. Maken van keuze en informeren van ouders*

Wanneer er een keuze is gemaakt in welke klas de sportkeuzetesten worden uitgevoerd zullen de ouders geïnformeerd worden.

*Stap 3. Planning*

Samen met de scholen wordt er gekeken wanneer de testen plaats zullen vinden.

*Stap 4. Uitvoering*

Er worden verschillende coördinatie testen bij de kinderen afgenomen.

*Stap 5. Rapportage*

Als de testen zijn uitgevoerd wordt er een rapport samengesteld die de kinderen mee naar huis krijgen.

*Stap 6. Kennismakingslessen tijdens de gymlessen*

Per sport categorie worden er twee kennismakingslessen in de gymlessen gegeven.

*Stap 7. Naar de sportvereniging*

Na de sportkennismakingslessen tijdens de gymlessen kunnen de kinderen zich opgeven voor kennismakingslessen bij sportverenigingen die op de sportmenukaart staan.

### Stap 8. Borging

Na 3, 6 en 12 maanden wordt er gekeken hoe de sportdeelname is bij de kinderen waar de sportkeuzetesten zijn afgenomen.

### Stap 9. Evaluatie

Achteraf wordt er separaat en op passende wijze geëvalueerd met scholen, gemeentes en kinderen over de ervaringen met de interventie Sporttest.

## **Materiaal** – max 50 woorden

### **Materialen**

Voor de uitvoering hebben we de in de testprotocollen beschreven benodigde specifieke testmaterialen tot onze beschikking. Om de sportkeuzetesten uit te voeren hebben we onze eigen meetapparatuur met bijbehorende referentiewaardes. Per test is berekend hoe 'goed' een testresultaat is voor een bepaalde leeftijd en geslacht. De behaalde score ten opzichte van leeftijdsgenoten kan laag, ondergemiddeld, gemiddeld, bovengemiddeld of hoog zijn. Tijdens de test werken we met standaard scoreformulieren waar de uitvoerders van de testen de behaalde testresultaten van de leerlingen op noteren.

Voor de werving van deelnemers zijn formats van informatieve mailingen naar alle partijen beschikbaar, waaronder gemeentes en scholen.

Voor de evaluatie van de interventie gebruiken we enquêtes die per doelgroep gespecialiseerd zijn. De leerkrachten krijgen een gespecificeerde enquête en de geteste leerlingen een enquête waaruit de impact van de interventie blijkt. De antwoorden van de enquêtes worden samengevoegd waaruit een gemiddeld tevredenheidpercentage wordt berekend. Met gemeentes houden we interviews, waarin specifieke ontwikkel punten schriftelijk genoteerd worden.

Hieronder de benodigde materialen per stap.

Intake betrokken partijen: checklist en handleiding

Het bepalen van de doelgroep: standaard hard-copy af te nemen (digitale) versie van de enquête

Maken van keuze en informeren ouders: format sportmenukaart, standaard brief

Planning: -

Uitvoering: lesvoorbereiding spel, briefing leerkracht, materiaal en handleiding.

Rapportage: -

Kennismakingslessen tijdens gymles: lesvoorbereiding kennismakingslessen, format type sporten kennismakingslessen in te vullen door verenigingen

Naar de sportvereniging: format hardcopy inschrijfformulieren (digitaal), (te printen) flyer

Borging: -

Evaluatie: standaard enquête leerkracht en leerling

## **Onderbouwing** – max 150 woorden

*Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.*

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

## Onderzoek – max 100 woorden

De effectiviteit van Sporttest wordt getest middels enquêtes die worden afgenomen bij de hoofddoelgroep, en de secundaire doelgroepen.

Daarnaast hebben we een wat meer kwalitatief onderzoek gedaan doormiddel van een interview. Dit wordt bijvoorbeeld gedaan met een sportdocent en met een medewerker van NBSS.

Middels een simpele vragenlijst (met vier vragen) kan de nodige informatie aan de kinderen gevraagd worden. Zo kom e erachter welke sport hij/zij beoefend, waarom ze deze sport doen, of ze deze sport zijn gaan doen na de afname van de sportkeuzetest en of het de sport was die daadwerkelijk werd geadviseerd.

# 1. Uitgebreide beschrijving

## Beschrijving interventie

*Het werkblad is ook geschikt voor een samenvattende beschrijving van complexe of samengestelde interventies. Dit zijn interventies die uit twee of meer afzonderlijke onderdelen bestaan. Denk aan interventies met aparte onderdelen voor verschillende doelgroepen, zoals een leefstijlinterventie die zowel gericht is op de community als op de school als op de individuele docent. Of aan interventies met verschillende modules die bij een doelgroep 'op maat' worden toegepast.*

*Naarmate er meer onderdelen zijn is het aan te bevelen de structuur visueel weer te geven in een schema. Dit geldt met name voor de subdoelen en voor de aanpak van de interventie. Zie ook de aanwijzingen in de handleiding.*

### 1.1 Doelgroep

**Uiteindelijke doelgroep** – max 100 woorden

*Wat is de uiteindelijke doelgroep van de interventie?*

De uiteindelijke doelgroep voor de interventie Sporttest zijn basisschoolleerlingen in de leeftijd van 8-12 jaar (groep 4-8). De interventie richt zich op deze leeftijdscategorie om juist daling in sportparticipatie op latere leeftijd (13-16 jaar) tegen te gaan. Op de middelbare school stoppen veel kinderen met sporten wegens te weinig intrinsieke motivatie en teveel afleiding van verschillende substituten. Ze krijgen andere interesses en verkiezen andere bezigheden boven sport. Sporttest probeert dit te voorkomen door te helpen met het maken van een bewuste sportkeuze.<sup>15</sup>

**Intermediaire doelgroep** – max 100 woorden

*Zijn er intermediaire doelgroepen? Zo ja, welke?*

Leerkrachten primair onderwijs:

Ieder kind is verplicht om naar school te gaan, dus het bereik is optimaal bij uitvoering tijdens gymlessen. De leerkracht en school zullen een belangrijke rol spelen in de communicatie, uitvoering en het creëren van draagvlak bij ouders en voor de interactie. Sporttest voorziet de leerkracht van informatie die verspreid moet worden aan kinderen en ouders. Tijdens het testen van de klas moet de leerkracht een door Sporttest voorbereide spelvorm begeleiden terwijl Sporttest de metingen uitvoert. Daarna (wanneer het sportadvies is uitgedeeld en toegelicht) zal de leerkracht het advies actief stimuleren bij de leerlingen, zodat zij er daadwerkelijk mee aan de slag gaan. Ook moet de leerkracht de opvolging in de gymlessen verzorgen (mits de school de opvolging in de gymlessen niet uitbesteedt aan Sporttest of een vereniging).

Trainers sportverenigingen:

Om de drempels optimaal te verlagen krijgen de kinderen eerst proeflessen tijdens de reguliere gymlessen en worden ze vervolgens gestimuleerd mee te doen aan de sportkennismakingsactiviteiten.

Sportverenigingen kunnen zich aanmelden voor de lokale sportmenukaart (een door ons ontwikkeld format wat de coördinerende partij kan invullen, m.b.t. kennismakingsaanbod bij verenigingen) en sportkennismakingslessen. Dit wordt gedaan in overleg met degene die zich bij de vereniging bezighoudt met ledenwerving of jeugdtrainingen. Wanneer kinderen een sportkeuzetest hebben gedaan, krijgen ze bij het sportadvies de sportmenukaart mee naar huis om te kijken waar ze de sport kunnen proberen die uit de sportkeuzetest is gekomen.

Ouders:

Voor de praktische haalbaarheid en invulling (stimulans) van de juiste sportkeuze moeten ouders betrokken worden bij de sportadviezen. Ze scheppen voorwaarden voor kinderen om te kunnen sporten. Ze zijn eindbeslissers, betalen de materialen en vereniging en faciliteren het vervoer.

### **Selectie van doelgroepen** – max 250 woorden

*Hoe wordt de (intermediaire)doelgroep geselecteerd? Zijn er contra-indicaties? Zo ja, welke?*

Hoe wordt de doelgroep en - indien van toepassing - de (intermediaire) doelgroep(en) geselecteerd?

Selectie bij intake (bepalen van de specifieke doelstelling en bijpassende strategie & doelgroep)

- a) Kinderen die niet mee kunnen doen: Bijvoorbeeld kinderen met ernstige psychische of mentale afwijkingen.
- b) Kinderen in overleg: bespreek gevallen, met minder ernstige aandoeningen.
- c) Gezonde kinderen: Kunnen altijd mee doen.

### **Betrokkenheid doelgroep** – max 150 woorden

*Was de doelgroep betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie, en op welke manier?*

De einddoelgroep is niet betrokken bij de ontwikkeling van de interventie. De interventie Sporttest is ontwikkeld door verschillende sport-experts, dit zijn (ex-)topsporters, onderzoekers en wetenschappers. Enkele voorbeelden van sport-experts die hieraan hebben bijgedragen zijn Eric Mol (inspanningsfysioloog), Emiel Mellaard (25-jarig Nederlands Recordhouder verspringen), Anthony Willems (fysiotherapeut, master interreligieuze spiritualiteit en gepromoveerd op de studie 'drijfveren in de sport'), Ron Groen (ex-prof baanwielrenner), Bert Flier (4-voudig Nederlands Kampioen Triatlon) en Eugene Diemel (fysiotherapeut). Samen met deze sport-experts hebben we de basis gelegd voor wetenschappelijke onderbouwing van de sportkeuzetest. De afzonderlijke testen die worden afgenomen zijn wetenschappelijk onderbouwd. Bij elkaar genomen vormt dit het test-protocol. <sup>11, 12, 13</sup>

Indirect wordt de doelgroep wel betrokken. Door de resultaten van de evaluatie toe te passen op de interventie verandert deze. We kunnen zien in hoeverre de interventie effectief is en passen deze daar op aan waar nodig.



## 1.2 Doel

**Hoofddoel** – max 100 woorden

*Wat is het hoofddoel van de interventie?*

Het hoofddoel van de interventie Sporttest is: langere en actievere sportdeelname door basisscholieren in de leeftijd van 8-12 jaar (groep 4 t/m 8). Door op de basisschool leerlingen te begeleiden naar de juiste sportkeuze waarbij succesbeleving en plezier voorop staan, werkt Sporttest preventief mee aan een duurzame sportdeelname en hiermee wordt sportuitval op de middelbare school tegengaan. Onder sportdeelname wordt verstaan; lid van een sportvereniging of bezig met het behalen van een zwemdiploma.

**Subdoelen** – max 350 woorden

*Wat zijn de subdoelen van de interventie? Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke intermediaire doelgroepen of subdoelgroep(en)?*

Het vergroten van de succes- en plezierbeleving van sportdeelname onder basisschoolleerlingen

Door kinderen een sport te laten kiezen die bij ze past, en ze er dus beter in zijn, is het leuker om te doen en wordt de succesbeleving vergroot. Er wordt meer plezier beleefd aan het sporten waardoor kinderen langer en actiever zullen blijven sporten.

Het maken van een bewustere sportkeuze

'Bestaande vriendschappen bepalen in grote mate de keuze van een sportclub of tak van sport en zijn een belangrijke stimulans om lid te worden', aldus het Nicis Institute (2007).<sup>14</sup> Door een bewuste sportkeuze te maken, kunnen kinderen een sport gaan beoefenen waar de juiste fysieke en mentale eigenschappen voor hebben en er hierdoor beter in zijn. Door iets te doen waar je goed in bent, ervaar je meer succesbeleving en blijf je het langer en actiever doen. Hierdoor stijgt de intrinsieke motivatie en blijft de sportdeelname hoog. Het doel van Sporttest is het maken van een bewustere sportkeuze door kinderen en ouders.

Drempels verlagen voor kinderen om lid te worden van een sportvereniging

Door een sportadvies, sportkennismakingslessen te organiseren in de gymles en bij de sportvereniging voor een laagdrempelige sportkennismaking. Kinderen weten niet op welke sport ze willen. Door deel te nemen aan sportkennismakingslessen, kan je kijken of je de sport leuk vindt en of je goed bent in de sport.

De kwaliteit van het beweegaanbod op scholen verbeteren

Sportkennismakingslessen kunnen kinderen ook op school in gymlessen volgen. Alleen niet iedere school heeft leraren die een ALO achtergrond hebben en sport en spel lessen ook professioneel kunnen geven. Wij begeleiden de leerkrachten zodat ze de lessen zelfstandig kunnen geven. Ook is er de mogelijkheid de lessen over te nemen van de leraren. De voorkeur heeft het laten verzorgen van sportkennismakingslessen door trainers van sportverenigingen.

Een duidelijk overzicht creëren voor ouders en kinderen waar welke sport beoefend kan worden

Eenvoudig en laagdrempelig maken van proeflessen bij verenigingen voor kinderen. Door sportmenukaarten samen te stellen en in combinatie met het sportadvies uit te delen, krijgen kinderen en ouders een beeld waar ze welke sport proberen of kunnen beoefenen. Ze krijgen een beter beeld van alle sporten in de omgeving en ze hoeven zelf niet op zoek te gaan naar de sportvereniging in de buurt. Dit is een drempel die weggenomen wordt om de juiste sport te kiezen en hier een proefles te nemen. Doel is om vanuit de gymles naar de sportvereniging te gaan.

## 1.3 Aanpak

**Opzet van de interventie** – max 200 woorden

*Hoe is de opzet van de interventie en wat is de omvang (duur, aantal contacten – indien van toepassing)?*

Voeg eventueel een schema toe als bijlage.

Stap 0		Week -8	uren	uren
Intake betrokken partijen			<u>eenmalig</u>	<u>per klas</u>
		Intake gesprek op locatie (4 x 1,5 uur)	6	
		Opvolging (4 x 2 uur)	8	
Stap 1		Week -6		
Het bepalen van de doelgroep				
		Enquête samenstellen*	2	
		Enquête interpreteren en schrijven rapportage**		4
		<i>Enquête afnemen</i>		0.5
Stap 2		Week -3		
Maken van een keuze en het informeren van ouders				
		Sportmenukaart samenstellen (incl. contact s.v.)	24	
		Ouders informeren - presentatie*		3
		Ouders informeren - brief*		1
		<i>Ouders informeren versturen digitale brief</i>		0.5
Stap 3		Week -2		
Planning				
		Planning uitvoering testen*		2
		Informeren scholen - uren*		2
		<i>Combinaties gemeentelijk beleid</i>		1
Stap 4		Week 0 + 1		
Uitvoering				
		Fysieke test*		6
		Mentale feitelijke waarneming*		1

		Materiaal*		1
		<i>Ondersteuning leerkracht</i>		2
Stap 5		Week 3		
Rapportage				
		Fysieke rapportage*		2
		Mentale rapportage*		2
		Advies*		3
		<i>Uitdelen advies**</i>		1
Stap 6		Week 4		
Kennismakingslessen tijdens de gymles				
	optie 1	Kennismakingslessen lesvoorbereiding*		6
		Kennismakingslessen Sporttest uren*		8
	optie 2	Kennismakingslessen lesvoorbereiding*		6
		<i>Kennismakingslessen uitvoering leerkracht</i>		8
	optie 3	Kennismakingslessen vereniging		8
Stap 7		Week 12		
Naar de Sportvereniging				
		<i>Leerkracht promoten deelname sportkennismaking</i>		1
		<i>Inschrijfformulieren hard-copy (gemeente)</i>	<i>ntb</i>	
Stap 8		Week 0 t/m 14		
Borging				
		Nader te bepalen acties en kosten	<i>ntb</i>	
Stap 9		Week 15 + 16		
Evaluatie				
		Afnemen enquête leerkracht*	1	
		<i>Leerkracht invullen en afnemen enquête</i>		1
		Interview uren	1	
		Interpretatie gegevens	3	
		Verslag gegevens	4	

## **Inhoud van de interventie** – max 1200 woorden

*Welke concrete activiteiten worden uitgevoerd en -eventueel- in welke volgorde? Geef geen uitputtende beschrijving van activiteiten; het is voldoende als de lezer zich een beeld kan vormen van wat er gedaan wordt en hoe dit gedaan wordt.*

*Indien van toepassing per onderdeel samenvatten. Vergeet niet aandacht te besteden aan de werving.*

*Bij interventies op maat: geef aan wat op basis van welke criteria wanneer wordt uitgevoerd. Geef ook aan wat minimaal moet worden uitgevoerd om de gestelde doelen te behalen.*

Om te kijken welke sport er bij iemand past worden er verschillende testen uitgevoerd. We testen fysieke en mentale vaardigheden. Onder fysieke vaardigheden vallen uithoudingsvermogen, coördinatie, lenigheid, snelheid, kracht en motoriek. Op mentaal gebied kijken we naar leersysteem, emotie, interactie, communicatie, motivatie, beweegstijl en omgaan met druk.

### **Het stappenplan van de interventie is als volgt:**

#### *Stap 1. Het bepalen van de doelgroep*

Door middel van het afnemen van een laagdrempelige enquête wordt de sportdeelname in verschillende klassen (groep 4 tot en met 8) gemeten. Onder sportdeelname wordt verstaan; lid van een sportvereniging of bezig met het behalen van een zwemdiploma. De enquête wordt opgesteld en geïnterpreteerd door Nationaal Bureau Sport Stimulering en afgenomen door leerkrachten per klas. Dit om te kijken in welke klas de meeste winst te behalen valt.

#### *Stap 2. Maken van een keuze en het informeren van ouders*

Na het afnemen van de enquêtes wordt er door NBSS gekeken in welke klassen de laagste sportdeelname is. Met deze leeftijdsgroep van alle deelnemende scholen gaan we aan de slag. De ouders worden geïnformeerd en op de hoogte gesteld van wat er gaat gebeuren tijdens de gymlessen. De school kan hierbij gebruik maken van het standaard communicatie format van Nationaal Bureau Sport Stimulering.

In dit stadium worden de sportverenigingen in kaart gebracht om op te nemen in de sportmenukaart van de regio, die uitgedeeld wordt bij de rapportage (stap 5) en gevraagd?? hun bijdrage te leveren aan de kennismakingslessen (stap 6 en 7).

#### *Stap 3. Planning*

De sportkeuzetesten worden in overleg met de scholen uitgevoerd. Dit vindt plaats tijdens de gymlessen per klas, die hiervoor in de meeste gevallen iets verlengd worden (benodigd: twee keer een uur effectieve tijd).

Wanneer er wordt aangehaakt bij gemeentelijke initiatieven is het van belang hierin een tijdsplanning in overleg met scholen en gemeente af te stemmen.

#### *Stap 4. Uitvoering*

Het fysieke gedeelte van het testprotocol wordt uitgevoerd door gespecialiseerde en intern opgeleide gymdocenten (met lesbevoegdheid) van Nationaal Bureau Sport Stimulering. De mentale waarneming wordt gedaan door specialisten, hiervoor is een collega van Nationaal Bureau Sport Stimulering aanwezig die zich op de achtergrond begeeft. De leerkracht van de klas is aanwezig om eventuele uitvallers of geblesseerden te ondersteunen.

#### *Stap 5. Rapportage*

Wanneer alle testen uitgevoerd zijn, worden de resultaten vergeleken met Nederlandse leeftijdsgenoten, dit wordt vergeleken met gevraagde fysieke en mentale eigenschappen voor een sport. Hierop wordt de rapportage gebaseerd.

In de persoonlijke rapportage (binnen twee weken achteraf), waarin naar voren komt welke sport er goed bij iemand past, wordt volledig inzichtelijk waarop het advies is gebaseerd. Dit om zoveel mogelijk begrip en draagvlak te realiseren. Voor leerkrachten komt er een totaaloverzicht van de testuitslagen (te gebruiken bij stap 7).

Bij de rapportage zit een 'sportmenukaart' met kennismakingsaanbiedingen georganiseerd door verenigingen uit de gemeente/regio, waar kinderen zich direct voor op kunnen geven. Dit kan eventueel gekoppeld worden met gemeentelijke sport kennismaking initiatieven. Op deze manier stimuleren wij het deelnemen aan kennismakingslessen, waardoor de drempel naar een daadwerkelijk lidmaatschap (sportdeelname) minder hoog wordt.

#### *Stap 6. Kennismakingslessen tijdens de gymles*

Wanneer de kinderen de rapportage hebben ontvangen, worden er kennismakingslessen tijdens reguliere gymlessen georganiseerd. Dit zijn twee lessen per sport categorie (teamsport / balsport / individuele sport / racketsport) met in totaal ten minste acht lessen, waarin kinderen nader kennis kunnen maken met de verschillende sportcategorieën. Dit programma wordt gebaseerd op het aanbod vanuit verenigingen, en op de sporten die als resultaat uit de testen kwamen. De kinderen worden ingedeeld op testresultaten.

Nationaal Bureau Sport Stimulering kan een bijdrage leveren aan de gymlessen, door ze te laten verzorgen door gymdocenten (met lesbevoegdheid), of lesvoorbereidingen aan te bieden voor bevoegde leerkrachten van de basisschool. Sportverenigingen bieden materiaal of mogelijk lessen aan wat gebruikt kan worden bij de kennismakingslessen voor de betreffende sporten.

Ook in de uitvoering van de kennismakingslessen tijdens de gymlessen kan aangehaakt worden bij bestaande initiatieven van de gemeente, zoals bijvoorbeeld 'trainers voor de klas'.

#### *Stap 7. Naar de Sportvereniging*

Na de sportkennismakingslessen tijdens de gymlessen kunnen kinderen zich opgeven voor kennismakingslessen aangegeven op de 'sportmenukaart'. Zo is duidelijk waar, wanneer en tegen welke kosten een sport beoefend kan worden, dus ook de aan het kind geadviseerde sport. De leerkracht heeft een overzicht van de sportadviezen (zoals aangegeven in stap 5), die kan dus actief sturen op deelname door kinderen.

In de klas komt een map te hangen met daarin hard-copy inschrijfformulieren voor sportkennismakingslessen, zodat er een 'sociale controle' en activering van elkaar ontstaat. Naast natuurlijk gemeentelijk georganiseerde vormen van inschrijven.

#### *Stap 8. Borging*

Om te zorgen dat de interventie geborgd blijft zijn meerdere initiatieven nodig. In de testgroep is aangehaakt bij de plaatselijke sportmenukaart en de daarmee samenhangende sportkennismakingslessen bij sportverenigingen.

Het is mogelijk om meer initiatieven te koppelen en hiermee efficiëntere inzet van middelen te realiseren. Toevoegingen aan de interventie om sportdeelname én te bereiken doelen te verhogen;

- Aanhaken bij initiatieven van de gemeente;
  - o Sportkennismakingslessen door sportverenigingen tijdens gymles
  - o Sportkennismakingscyclus door gemeentes op de sportvereniging
- Het Jeugdsportfonds in een gemeente een toegevoegde waarde om minder bedeelde kinderen te adviseren in het bewust kiezen van een juiste sport.

#### *Borging op lange termijn;*

- Oprichten stichting "<plaatselijke> sport stimulering"

- Zoeken van sponsors
- Organiseren van sportaanbod (tegen vergoeding)
- Onderdeel van gemeentelijk beleid en subsidie

### *Stap 9. Evaluatie*

#### **Scholen**

De betreffende leerkrachten van scholen die gebruik hebben gemaakt van de interventie Sporttest krijgen achteraf een enquête over hoe de ervaringen met de Sporttest waren. Sporttest wordt op zeven punten beoordeeld (Communicatie, Initiatief, Planning, Uitvoering, Opvolging, Advies en Algemeen). Ook is er ruimte voor de scholen om extra op- of aanmerkingen te geven. De enquêtes worden door Sporttest aandachtig bestudeerd en van alle deelnemende scholen samengevoegd, waaruit een gemiddelde wordt berekend en per keer concrete aanbevelingen volgen.

#### **Gemeentes**

Met de gemeentes wordt in de vorm van een interview geëvalueerd. De interviews worden gehouden met Beleidsmedewerkers Sport van de betreffende gemeente. Er worden een aantal standaard onderwerpen behandeld (Communicatie, Initiatief, Planning, Uitvoering, Opvolging, Advies en Algemeen), maar uiteindelijk loopt elk interview anders. Op deze manier creëren we veel diepgang en komen duidelijke aandachts- en verbeterpunten naar voren.

#### **Deelnemers Sporttest (kinderen)**

Om te meten of we inderdaad meer sportdeelname hebben gerealiseerd, nemen de leerkrachten namens ons een enquête af in de klas. Deze wordt 3, 6 en 12 maanden na de sportkeuzetesten afgenomen, waaruit duidelijk naar voren komt hoe veel van de leerlingen sporten. Dit is dezelfde enquête die wordt gebruikt om te bepalen welke klas van de groepen 4 t/m 8 moet worden getest (nulmeting). Er wordt gevraagd naar of er sprake is van sportdeelname bij de betreffende leerling. Zo ja, welke sport(en), zo nee, waarom niet. De enquêtes worden samengesteld en geïnterpreteerd door Nationaal Bureau Sport Stimulering. Voorbeelden van enquêtes komen later in dit document aan bod.

## 2. Uitvoering

### **Materialen** – max 200 woorden

*Welke materialen zijn beschikbaar voor de uitvoering, werving en evaluatie van de interventie?*

#### **Materialen**

Voor de uitvoering hebben we de in de testprotocollen beschreven benodigde specifieke testmaterialen tot onze beschikking. Om de sportkeuzetesten uit te voeren hebben we onze eigen meetapparatuur met bijbehorende referentiewaardes per test is berekend hoe 'goed' een testresultaat is voor een bepaalde leeftijd en geslacht. De behaalde score ten opzichte leeftijdsgenoten kan laag, onder gemiddeld, gemiddeld, boven gemiddeld of hoog zijn. Tijdens de test werken we met standaard scoreformulieren waar de uitvoerders van de testen de behaalde testresultaten van de leerlingen op noteren.

Voor de werving van deelnemers zijn formats van informatieve mailingen naar alle partijen beschikbaar, waaronder gemeentes en scholen.

Voor de evaluatie van de interventie gebruiken we enquêtes die per doelgroep gespecialiseerd zijn. De leerkrachten krijgen een gespecificeerde enquête en de geteste leerlingen een enquête waaruit de impact van de interventie blijkt. De antwoorden van de enquêtes worden samengevoegd waaruit een gemiddeld tevredenheidpercentage wordt berekend. Met gemeentes houden we interviews, waarin specifieke ontwikkel punten schriftelijk genoteerd worden.

Hieronder de benodigde materialen per stap.

Intake betrokken partijen: checklist en handleiding

Het bepalen van de doelgroep: standaard hard-copy af te nemen (digitale) versie van de enquête

Maken van keuze en informeren ouders: format sportmenukaart, standaard brief

Planning: -

Uitvoering: lesvoorbereiding spel, briefing leerkracht, materiaal en handleiding.

Rapportage: -

Kennismakingslessen tijdens gymles: lesvoorbereiding kennismakingslessen, format type sporten kennismakingslessen in te vullen door verenigingen

Naar de sportvereniging: format hardcopy inschrijfformulieren (digitaal), (te printen) flyer

Borging: -

Evaluatie: standaard enquête leerkracht

### **Locatie en type organisatie** – max 200 woorden

*Waar kan de interventie uitgevoerd worden en welk(e) soort(en) organisatie(s) kan/kunnen de interventie uitvoeren?*

Basisscholen:

Op basisscholen is er een groot bereik van kinderen. De testen vinden tijdens de gymlessen plaats.

Deze worden uitgevoerd door medewerkers van Sporttest (zie voor meer informatie locatie en uitvoerders). Basisschool is gedeeltelijk uitvoerend (uitdelen rapportages en geven van proefflessen) en faciliterend (gymles ter beschikking stellen voor Sporttest).

Sportverenigingen:

Kennismakingslessen worden georganiseerd vanuit en door de verenigingen, wat de stap tot daadwerkelijk lid worden kleiner maakt. Dit helpt ons ons doel te bereiken.

Gemeentes:

Gemeentes kunnen data vaststellen waar er testen gedaan worden. Iedereen kan zich hiervoor opgeven. Wel wordt dit uitgevoerd door medewerkers van Sporttest. De interventie wordt over het algemeen gecoördineerd en uitgevoerd door de gemeente of coördinerende instantie in een bepaald gebied.

#### Opleiding en competenties van de uitvoerders – max 200 woorden

*Wie zijn de uitvoerders en welke opleiding en competenties hebben zij nodig?*

Een sport gerelateerde opleiding (MBO niveau 4 of HBO) is een vereiste om sportkeuzetesten af te nemen bij Nationaal Bureau Sport Stimulering. De sportkeuzetesten worden meestal uitgevoerd door medewerkers van Sporttest met een ALO-diploma. Verder moeten de uitvoerders van de testen enkele interne (praktijk)trainingen ondergaan, waarna zij goed voorbereid aan de slag kunnen gaan.

#### Kwaliteitsbewaking – max 200 woorden Hoe wordt de kwaliteit van de interventie bewaakt?

Voordat we beginnen aan de sportkeuzetesten wordt een grondige intake gehouden. Er wordt gekeken naar welke klassen de minste sportdeelname hebben, want die willen we het liefst gaan testen. Daar is immers de meeste winst te behalen. Ook kijken we naar welke initiatieven de gemeente al heeft, waarbij we kunnen aansluiten. Daarnaast onderzoeken we de samenwerkingsmogelijkheden. Doordat we samenwerken met de scholen, sportverenigingen en de gemeente hebben we een groot draagvlak binnen de gemeentelijke sportcultuur/structuur.

De fysieke testen zijn gestandaardiseerd na ontwikkeling door specialisten (zoals eerder beschreven). De testen worden uitgevoerd door verschillende intern geschoolde en ervaren testpersonen. De testers zijn consistent door ervaring en interne opleiding, de kwaliteit van de testen blijft hoog. Door interne/onderlinge controle en continue ontwikkeling, wordt dit automatisch scherp in de gaten gehouden door de leidinggevende die aanwezig is tijdens het afnemen van de test. Onze eigen testpersonen weten hoe alles werkt tijdens de sportkeuzetesten, waardoor we sneller en accurater werken dan wanneer andere partijen de testen zouden uitvoeren. Nationaal Bureau Sport Stimulering (waar Sporttest onderdeel van is) doet dan ook altijd de testen zelf.

Daarnaast zijn we nauw betrokken bij de doelgroepen, er wordt veel overlegt met scholen en gemeentes. We hebben een standaard inkleding van de testen en een duidelijke uitleg. Deze protocollen worden tijdens de interne (praktijk)trainingen door personeel van Nationaal Bureau Sport Stimulering tot zich genomen. De protocollen zijn enkel voor intern gebruik, omvatten de verschillende testvoorwaarden en betrouwbaarheidsfactoren.

Onderstaand een samenvatting van een aantal specifieke testprotocollen:

Test	Doelgroep	Duur	Betrouwbaarheid (r)	Validiteit (r)	Referentiewaarden
Verticale spronghoogte test	6 – 18 jaar	Minder dan 5s	r = 0,45 – 0,96	r = 0,52 – 0,78	Nederlandse waarden 6 – 18 jaar
10x5 meter loop	Ouder dan 6 jaar	30 s	r = 0,62 – 0,96	r = 0,62 – 0,85	Nederlandse waarden 6 - 18 jaar
Sit-and-reach	5 – 18 jaar	30 s	r = 0,70 – 0,98	r = 0,60 – 0,73 en 0,27 – 0,30	Nederlandse waarden 5 - 18 jaar
Beenheffen in rugligging	6 – 18 jaar	< 2 min	r = 0,53 – 0,83	r = 0,52 - 0,72	6 – 18 jaar Nederlands
Sneltikken met 1 hand	Ouder dan 6 jaar	20 s	r = 0,46 – 0,91	r = 0,52 – 0,72	Nederlandse waarden 6 - 18 jaar

Verder, om de kwaliteit van de interventie te bewaken, wordt er na uitvoering van de interventie geëvalueerd met de doelgroep, leerkrachten en de gemeente. We hebben op twee manieren onderzoek gedaan. Door middel van enquêtes op basisscholen te laten invullen door leerlingen onder



begeleiding van leerkrachten hebben we veel respons kunnen krijgen. Onze eerste onderzoeksmethode is kwantitatief, nadeel is geringe diepgang. Daarom hebben we, naast de enquêtes, gekozen voor een kwalitatieve methode; interviews. Bij een interview kan je de diepte in omdat je face to face kunt praten. Zo krijgen vergaren we feedback waar we echt iets aan hebben. Waarbij het doel van het gesprek is algemene verbeterpunten van de interventie te kunnen achterhalen.

#### **Randvoorwaarden** – max 200 woorden

*Wat zijn de organisatorische en contextuele randvoorwaarden voor een goede uitvoering van de interventie?*

##### Accommodatie

Om de testen zo goed mogelijk uit te kunnen voeren is het belangrijk dat er een ruime, veilige accommodatie is. Een veilige accommodatie voldoet aan de huidige keurmerken en heeft actuele keuringen ondergaan, maar is ook groot genoeg om in 3 vakken aan de slag te gaan met de klas. De accommodatie waar de testen worden uitgevoerd zal de gymzaal zijn waar de gymlessen van de betreffende klas gegeven worden.

##### Begeleiding

De begeleiders zijn personeel van Nationaal Bureau Sport Stimulering. Ze weten hoe de testen uitgevoerd moeten worden. De begeleiders leggen de deelnemers aan de hand van het protocol uit wat er gedaan moet worden en beoordeeld deelnemers daarop. Begeleiders van Nationaal Bureau Sport Stimulering zijn o.a afgestudeerde ALO-ers, om aan kwaliteit en veiligheid te voldoen. De gymdocenten of ervaren leidinggevende hebben de leiding. Daarnaast wordt gewerkt met fysiotherapeuten of afgestudeerde sport- en bewegen MBO-ers.

##### *Competentie - Lesgeven*

Beroepstaak: Les(senreeks) ontwerpen en plannen

- leerstof selecteren en volgorde bepalen
- een les(senreeks) afstemmen op het sport- en bewegingsniveau van de leerlingen
- passende methodiek, werkvormen, materialen en media hierbij selecteren
- materialen en apparatuur adequaat gebruiken
- passende organisatieprincipes selecteren zoals klassikaal, docentgestuurd, gezamenlijk gestuurd, circuitles, vrij werken
- maatregelen nemen om de veiligheid van de leerling te waarborgen
- de voortgang van de leerlingen (laten) observeren met daartoe geëigende instrumenten

##### *Competentie - Begeleiden en coachen*

Leerprocessen organiseren en begeleiden

- de bedoeling van leersituaties uitleggen op het niveau van de leerlingen
- oefeningen (laten) voordoen op het niveau van de leerlingen
- pedagogische maatregelen nemen om de veiligheid van leerlingen te waarborgen
- sociale interactie met leerlingen aangaan, waaronder luisteren, een gesprek voeren, informatie geven, feedback geven en motiveren
- leerlingen en hun ouders informeren over de voortgang tijdens de lessen

Leerproblemen signaleren en hanteren:

- leer- en/of gedragsproblemen signaleren bij leerlingen en hiervoor maatregelen treffen
- motorische, sociale en emotionele hulpvragen van leerlingen signaleren en hierop inspelen

##### *Competentie - Onderzoek en beleid*

Deskundigheid voor het vak 'evidence based' legitimeren

- bewegings- en sociaalwetenschappelijk onderzoek analyseren op validiteit en betrouwbaarheid

- een onderzoek of werkopdracht opstellen, uitvoeren, rapporteren en presenteren

### Sportverenigingen

Een aantal sportverenigingen in de gemeente moet willen meewerken aan onze Sportmenukaart, zodat wij ze erop kunnen zetten. Ze moeten dan tijdens de kennismakingslessen geschikte trainers ter beschikking kunnen stellen. Het blijkt, wanneer een vereniging met alle gegevens en een contactpersoon op de Sportmenukaart staat, dat dit een enorme drempel wegneemt voor kinderen om daadwerkelijk lid te worden.

### Basisscholen en leerkrachten

Basisscholen en de leerkrachten van die scholen in de gemeente zullen ook moeten willen meewerken. Het vergt extra inspanning en er moet tijd een aandacht besteed worden aan het uitdelen van het sportadvies. Ook is de leerkracht aanwezig tijdens de testmomenten. Leerkrachten moeten er op toezien dat het sportkennismakingsaanbod in de gymlessen voor de kinderen aanspreekt en hier mogelijk tot evaluatie hebben via de gemeente.

### Gemeente

De gemeente is meestal verantwoordelijk voor de financiering van dergelijke projecten voor de basisscholen, omdat de scholen vaak een ontoereikend budget hebben. De gemeente moet dus wat zien in het initiatief en er vervolgens geld voor vrijmaken.

### Borging

Om ervoor te zorgen dat de kwaliteit van de testafnames goed blijft is het belangrijk dat er een leidinggevende per moment is. Deze leidinggevende doet de briefing, voert controle uit en zorgt voor overdracht van gegevens.

De borging van de voortgang van de volledige interventie is aan de hand van de externe coördinator (vanuit NBSS) en beleidsmedewerker bij de gemeente. De proeflessen worden beoordeeld door de leerkracht van de groep, proeflessen bij de verenigingen zijn in het belang van de vereniging en worden niet beoordeeld.

### Draagvlak

Daarnaast draagt Sporttest bij aan een maatschappelijk verantwoord aspect, namelijk de mensen op een goede manier (langer) laten bewegen. Dit zorgt voor het voorkomen van blessures en draagt direct bij aan de verbetering hun fysieke gezondheid.

### **Implementatie** – max 200 woorden

*Is er een systeem voor implementatie? Geef een samenvatting.*

De gemeente biedt Sporttest aan. Daarnaast neemt de gemeente ook de taak van coördinator op zich. De scholen worden hierbij facilitator en deels uitvoerder. De verenigingen zijn uitvoerder van een onderdeel. Tot slot gaat NBSS de sporttesten uitvoeren. Sporttest is een initiatief dat past bij het sportbeleid van veel gemeentes. We creëren duidelijkheid via onze handleiding, en in de uitvoering zijn we erg flexibel. Omdat we korte communicatielijnen hebben is er veel duidelijkheid over de gang van zaken.

De aanvraag gaat als volgt:

*Stap 1. Het bepalen van de doelgroep*

*Door middel van het afnemen van een laagdrempelige enquête wordt de sportdeelname in verschillende klassen (groep 4 tot en met 8) gemeten. Onder sportdeelname wordt verstaan; lid van een sportvereniging of bezig met het behalen van een zwemdiploma. De enquête wordt opgesteld en geïnterpreteerd door Nationaal Bureau Sport Stimulering en afgenomen door leerkrachten per klas. Dit om te kijken in welke klas de meeste winst te behalen valt.*

### Stap 2. Maken van een keuze en het informeren van ouders

Na het afnemen van de enquêtes wordt er door NBSS gekeken in welke klassen de laagste sportdeelname is. Met deze leeftijdsgroep van alle deelnemende scholen gaan we aan de slag. De ouders worden geïnformeerd en op de hoogte gesteld van wat er gaat gebeuren tijdens de gymlessen. De school kan hierbij gebruik maken van het standaard communicatie format van Nationaal Bureau Sport Stimulering.

In dit stadium worden de sportverenigingen in kaart gebracht om op te nemen in de sportmenukaart van de regio, die uitgedeeld wordt bij de rapportage (stap 5) en hun bijdrage te leveren aan de kennismakingslessen (stap 6 en 7).

### Stap 3. Planning

De sportkeuzetesten worden in overleg met de scholen uitgevoerd. Dit vindt plaats tijdens de gymlessen per klas, die hiervoor in de meeste gevallen iets verlengd worden (benodigd: twee keer een uur effectieve tijd).

Wanneer er wordt aangehaakt bij gemeentelijke initiatieven is het van belang hierin een tijdsplanning in overleg met scholen en gemeente af te stemmen. Het complete stappenplan is te vinden in de handleiding.

### Kosten – max 200 woorden

Wat zijn de kosten van de interventie? Benoem daarbij de personele (in aantallen uren) en de materiële kosten.

Stap 0						
Intake betrokken partijen					<u>eenmalig</u>	<u>per klas</u>
		Reiskosten	4	€ 40,00	€ 160,00	
		Gesprek	6	€ 65,00	€ 390,00	
		Opvolging	8	€ 65,00	€ 520,00	
Stap 1						
Het bepalen van de doelgroep						
		Enquête samenstellen*	2	€ 65,00	€ 130,00	
		Enquête interpreteren en schrijven rapportage**	4	€ 65,00		€ 260,00
		<i>Enquête afnemen</i>	0,5	€ 65,00		€ 32,50
Stap 2						
Maken van een keuze en het informeren van ouders						
		Sportmenukaart samenstellen (incl. contact s.v.)	24	€ 65,00	€ 1.560,00	
		Ouders informeren - reiskosten*	1	€ 40,00		€ 40,00
		Ouders informeren - presentatie*	3	€ 65,00		€ 195,00

		Ouders informeren - brief*	1	€ 65,00		€ 65,00
		<i>Ouders informeren versturen digitale brief</i>	0,5	€ 65,00		€ 32,50
Stap 3						
Planning						
		Planning uitvoering testen*	2	€ 65,00		€ 130,00
		Informeren scholen - reis*	1	€ 40,00		€ 40,00
		Informeren scholen - uren*	2	€ 65,00		€ 130,00
		<i>Combinaties gemeentelijk beleid</i>	1	€ 65,00		€ 65,00
Stap 4						
Uitvoering						
		Reiskosten*	2	€ 40,00		€ 80,00
		Fysieke test*	6	€ 65,00		€ 390,00
		Mentale feitelijke waarneming*	1	€ 87,50		€ 87,50
		Materiaal*	1	€ 27,50		€ 27,50
		<i>Ondersteuning leerkracht</i>	2	€ 65,00		€ 130,00
Stap 5						
Rapportage						
		Fysieke rapportage*	2	€ 47,50		€ 95,00
		Mentale rapportage*	2	€ 87,50		€ 175,00
		Advies*	3	€ 65,00		€ 195,00
		<i>Uitdelen advies**</i>	1	€ 65,00		€ 65,00
Stap 6						
		Kennismakingslessen tijdens de gymles				
	optie 1	Kennismakingslessen Sporttest reis*	8	€ 40,00		€ 320,00
		Kennismakingslessen lesvoorbereiding*	6	€ 65,00		€ 390,00
		Kennismakingslessen Sporttest uren*	8	€ 65,00		€ 520,00
	optie 2	Kennismakingslessen lesvoorbereiding*	6	€ 65,00		€ 390,00
		<i>Kennismakingslessen uitvoering leerkracht</i>	8	€ 65,00		€ 520,00
	optie 3	Kennismakingslessen vereniging	8	€ 30,00		€ 240,00
Stap 7						

Naar de Sportvereniging					
		<i>Leerkracht promoten deelname sportkennismaking</i>	1	€ 65,00	€ 65,00
		<i>Inschrijfformulieren hard-copy (gemeente)</i>			ntb
Stap 8					
Borging					
		Nader te bepalen acties en kosten			ntb
Stap 9					
Evaluatie					
		Afnemen enquête leerkracht*	1	€ 65,00	€ 65,00
		<i>Leerkracht invullen en afnemen enquête</i>	1	€ 65,00	€ 65,00
		Interview reiskosten	1	€ 40,00	€ 40,00
		Interview uren	1	€ 65,00	€ 65,00
		Interpretatie gegevens	3	€ 65,00	€ 195,00
		Verslag gegevens	4	€ 65,00	€ 260,00

### 3. Onderbouwing

**Probleem** – max 400 woorden

*Voor welk probleem of (mogelijk) risico is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, ernst, spreiding en gevolgen.*

Er is veel sportuitval bij kinderen vanaf de leeftijd 13-14 jaar. Dit blijkt uit de (geleidelijke) daling sporters die minimaal 4x per maand sporten. Bij de leeftijd 5-12 jaar sportte in 2016 77% en bij de leeftijd 13-18 jaar was dit in 2016 nog maar 69%. Bij de leeftijd 19-30 jaar daalde dit in 2016 zelfs naar 63%. Gekeken naar clublidmaatschap valt op dat in 2016 78% 6-11 jarigen lid is, terwijl van de 12-19 jarigen slechts 56% nog lid is.<sup>1</sup>

De reden om te stoppen met sport is vaak een te lage intrinsieke motivatie. Andere interesses winnen het van sport<sup>14</sup>. Volgens de SportersMonitor heeft 50% van de doelgroep 5-20 jarigen te weinig tijd of andere/leukere bezigheden te doen in plaats van sporten. Ook het Nationaal Sportonderzoek wijst op tijdgebrek bij 16- 20 jarigen (2016)<sup>15</sup>.

Meestal wordt de sportkeuze gemaakt in de leeftijdscategorie 4-8 jaar.<sup>18</sup> Dit komt omdat kinderen op deze leeftijd vaak klaar zijn met zwemles en dus overgaan op andere wekelijkse activiteit. Het is belangrijk om voordat uitval plaatsvindt op 13-14 jarige leeftijd de sport te hebben gekozen waar je voldoende succesbeleving en motivatie uithaalt.<sup>18</sup> Ter illustratie: Uit cijfers van voetbal blijkt dat 2,87% van de ruim 450.000 jeugdleden stopt onder 15 op 14 jarige leeftijd. Bij de jongens is dit percentage zelfs 16,43.<sup>4</sup> Wat blijkt, het aantal jongeren onder de 14 dat aan voetbal doet (25% van alle sporten) is hoger dan het aantal adviezen voor voetbal dat NBSS uitgeeft bij de Sportkeuzetesten (19,05%).<sup>19</sup> Achteraf beredenerend maken veel jongeren op jonge leeftijd de verkeerde sportkeuze.

Niet-sportdeelname heeft ernstige gevolgen voor de gezondheid, zoals overgewicht, het vergroot het risico op chronische aandoeningen zoals hartziekten, diabetes, osteoporose, beroerte en depressie. Bij 80% van de kinderen die kampen met overgewicht in de jeugd, heeft hier op volwassen leeftijd nog last van. Deze 80% zal gewichtsproblemen houden, met alle gevolgen van dien.<sup>3,4</sup> Sport is een belangrijke factor bij de (sociale) ontwikkeling van kinderen. Er blijkt dat de minst actieve personen het grootste risico hebben op negatieve gezondheidseffecten.<sup>5</sup>

Naast gebrek aan intrinsieke motivatie kunnen andere redenen doorslag geven om niet te beginnen met sporten of om ermee te stoppen. Zo zijn er mensen die geen geld hebben om deel te nemen aan een sport. 323.000 minderjarige kinderen groeiden in 2015 op in een huishouden met een laag inkomen. Dit is 9,8 procent (één op de tien) van alle minderjarige kinderen.

Een test die ouders en kinderen helpt bij deze keuze kan uitkomst bieden om ineens een juiste sport te kiezen. Dit bespaart voor ouders kosten voor eenmalige aanschaf van sport artikelen en vergroot dan de kans dat kinderen actief blijven bij een sport.

Daarom is 'het voorkomen van sportuitval' het belangrijkste doel van Sporttest. Voor succesbeleving is nodig dat je enigszins goed bent in de sport, wat lastig te bepalen is door het kind zelf (of door ouders/docenten), wat onderbelicht wordt bij een keuze zonder bewuste begeleiding. Een test die hen helpt bij deze keuze kan uitkomst bieden. Daarom is Sporttest ontwikkeld.

**Oorzaken** – max 400 woorden

*Welke factoren veroorzaken het probleem of (mogelijk) risico?*

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

*Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.*

**Aan te pakken factoren** – max 200 woorden

*Welke factoren pakt de interventie aan en welke onder 1.2 benoemde (sub)doelen horen daarbij?*

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

*Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.*

**Verantwoording** – max 1000 woorden

*Maak aannemelijk dat met deze aanpak ook daadwerkelijk de doelen bij deze doelgroep bereikt kunnen worden.*

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

*Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.*

## 4. Onderzoek

### 4.1 Onderzoek naar de uitvoering – max 600 woorden

*Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de uitvoering van de interventie?*

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van ieder genoemd onderzoek mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave (indien gepubliceerd)
- b) Het type onderzoek, de onderzoeksmethode en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot inzicht in de mate waarin activiteiten zijn uitgevoerd volgens plan, het bereik van de interventie, de waardering en ervaring van de uitvoerders en doelgroep, succes- en faalfactoren, en -indien beschikbaar- de uitvoerbaarheid, de randvoorwaarden en de omgevingsvariabelen.

**2017:**

#### Praktijkervaringen uitvoerders

De organisatie verliep soepel dankzij scholen die goed meedachten met Sporttest. De planning was duidelijk en kon worden nageleefd dankzij goede communicatie tussen school en uitvoerder. Dit alles zorgde ervoor dat de uitvoering van de sportkeuzetesten vlekkeloos verliep. Doorontwikkeling op het gebied van draagvlak over inhoud is de volgende stap. Advies is om alle doelgroepen een brief te sturen wat er te wachten staat, denk hierbij aan ouders van kinderen, leerkrachten, scholen en evt. andere belanghebbende. Ook adviseren de uitvoerders dat we meer aandacht moeten besteden aan het digitaal invullen van alle testresultaten.

#### Praktijkervaringen einddoelgroep

'De ervaringen van de einddoelgroep zijn op twee manieren gemeten. Ten eerste d.m.v. mondeling afgenomen enquêtes waarbij soms, buiten de vragen om, uitspraken worden gedaan door kinderen waaruit hun tevredenheid blijkt. Over het algemeen waren de leerlingen enthousiast over de sporttesten en vonden zij het erg leuk. Ze waren erg benieuwd in welke sport zij goed waren en of ze de juiste sport hebben gekozen.

Twee voorbeelden van citaten uit Bunschoten:

*'De Sporttest was erg leuk om te doen, ik ben erg benieuwd waar ik goed in ben. De opdrachten waren best makkelijk om te doen en het was helemaal niet spannend' – Joris 8 jaar*

*'Ik vond de hordes erg leuk om te doen. Ik was erg goed bij de sneltik test. Ik denk dat ik wel goed ben in tennis. Ik zou het ook erg leuk vinden om op tennis te gaan. Esmee – 7 jaar*

Ten tweede blijkt de tevredenheid van deze doelgroep uit de reacties van docenten/scholen. In Bunschoten werd bijvoorbeeld gezegd: "Over het algemeen werd het als een leuk initiatief ervaren, om eens na te denken wie de sportkeuze van het kind heeft gemaakt en waarop deze gebaseerd was. Ook waren de geteste leerlingen achteraf bewuster van het belang van sport(keuze)."

#### Praktijkervaringen professionals

Het onderzoek is uitgevoerd onder leerkrachten en schooldirecteuren. De directeuren geven aan op de hoogte te zijn van de interventie Sporttest en geven de communicatie daaromtrent een 8,5. Er wordt meermaals aangegeven dat de interventie als zeer waardevol en passend op het gewenste sportaanbod wordt ervaren.



Ook de docenten geven aan positief te zijn over Sporttest en geven de communicatie een 8 en de aanwezige begeleiding tijdens de uitvoer van de interventie een 7. Volgens de docenten vinden de kinderen de testen erg interessant en zijn ze benieuwd naar de uitkomsten.

#### Resultaat van de interventie

Na uitvoering van de sportkeuzetesten op verschillende scholen heeft Sporttest enquêtes laten afnemen door leerkrachten bij leerlingen van de geteste klassen. Dit gebeurt altijd vooraf en na 3, 6 en 12 maanden. Zeker 20% (20,86%) van de ondervraagde kinderen geeft aan na de afname van de interventie een andere sport te zijn gaan doen. Nog eens 37,93% van die groep zegt dat dat een sport was die op het rapport stond.

Van de ondervraagde kinderen doet 18,71% een sport omdat de ouders dat willen. Zowel een keus uit eigen wil (43,17%) als een keuze omdat hij/zij er goed in is (39,57%) komt niet boven de 50% uit.

#### Aandachtspunten van de interventie

- *Vooraf gedetailleerder en persoonlijker communiceren over waarom en hoe de sportkeuzetesten worden uitgevoerd, en specifiek over wat van de leerkrachten wordt verwacht.*
- *Betrek ouders meer bij de Sporttest, bijvoorbeeld door middel van een presentatie voor de ouders met de mogelijkheid om vragen te stellen.*
- *Stuur het rapportje ook digitaal naar de kinderen toe, dit zorgt ervoor dat het beter bij de ouders terecht komt.*
- *Een duidelijkere 'sportmenukaart' is gewenst om het voor kinderen zo laagdrempelig mogelijk te maken om een sport te gaan beoefenen.*

#### Hier hebben wij op de volgende manier invulling aan gegeven:

- We geven leerkrachten duidelijkere informatie over wat de bedoeling is en wat van hen verwacht wordt. Verder gaan we in het vervolg zelf de sportadviezen uitdelen, in plaats van de leerkracht dit te laten doen.
- Ouders gaan we er meer bij betrekken door hun goed te informeren wat er gaat gebeuren door middel van een (digitale) brief.
- We sturen de rapportjes ook in PDF naar de leerkrachten toe, die deze kunnen doorsturen naar de ouders van de kinderen.

#### Bereik van de interventie

	2014/2015	2015/2016	2016/2017	2017/2018	Aantal deelnemers
<i>Amstelveen</i>	3 klassen	4 klassen	4 klassen	-	226
<i>Bilthoven</i>	-	-	5 klassen	-	147

<i>Bunschoten</i>	-	10 klassen	9 klassen	10 klassen	839
<b>Totaal</b>					1212

### Uitvoerders

Het onderzoek, procesevaluatie Sporttest Goed Beschreven 2017-2018, is uitgevoerd door NBSS, onder leiding van Sander van Gent.

### **2014:**

#### Bereik van de interventie

Via basisscholen hebben we een groot bereik aan kinderen, elk kind moet immers naar school. Dit jaar heeft Sporttest in verschillende gemeentes testen uitgevoerd. Deze is uitgevoerd op onderstaande 3 locaties:

In Amstelveen zijn sportkeuzetesten gehouden bij de groepen 4 van verschillende basisscholen, waar we 153 leerlingen hebben getest. Dit hebben wij gedaan in samenwerking met Saskia van der Meer van Sportbedrijf Amstelveen. In Baarn zijn de groepen 7 van acht basisscholen getest, in samenwerking met Rob van Ginkel, Irene de Jong en Pieter Brandjes, allen van de gemeente Baarn. Hier hebben we 278 kinderen mogen voorzien van een passend sportadvies. Samen met Marlon van Zal en Wendy de Bonte van de gemeente Soest, heeft Sporttest nog eens 108 leerlingen uit groep 5 getest. Daarnaast worden tijdens events van Sportivun ook sportkeuzetests uitgevoerd, naar schatting 50 per jaar. Het totale bereik in 2014 t/m juli is 589 kinderen. Onder al deze kinderen is mondeling een enquête afgenomen.

#### Praktijkervaringen uitvoerders

De organisatie verliep soepel dankzij scholen die goed meedachten met Sporttest. De planning was duidelijk en kon worden nageleefd dankzij goede communicatie tussen school en uitvoerder. Dit alles zorgde ervoor dat de uitvoering van de sportkeuzetesten vlekkeloos verliep. Doorontwikkeling op het gebied van draagvlak over inhoud is de volgende stap. Advies is om beter met de leerkracht te communiceren omdat die niet precies weet wat er verwacht wordt van hem/haar. Ook adviseren de uitvoerders dat we voortaan zelf de sportadviezen uit te delen.

#### Praktijkervaringen einddoelgroep

'De ervaringen van de einddoelgroep zijn op twee manieren gemeten. Ten eerste d.m.v. mondeling afgenomen enquêtes waarbij soms, buiten de vragen om, uitspraken worden gedaan door kinderen waaruit hun tevredenheid blijkt. Over het algemeen waren de leerlingen enthousiast over de sporttesten en vonden zij het erg leuk. Sommige kinderen beschreven de begeleiders als grappig en andere kinderen als heel aardig en professioneel. Twee voorbeelden van citaten uit Baarn:

*'De Sporttest was super leuk om te doen en alle opdrachten werden leuk meegedaan. Er waren aardige juffen en meesters die ons hielpen met de testen. De sport die ik kreeg was er één waar ik nog niet aan had gedacht, maar ik ben het wel gaan proberen. Nu weet ik tenminste waar ik goed in ben!' Luciano – 11 jaar*

*'Met de sporttesten leerden ze ons de sporten en oefeningen beter te doen, ik leerde daardoor veel van de sporttesten en het was leuk om zo nieuwe sporten te ontdekken!' Lianne – 10 jaar*

### Praktijkervaringen professionals

Dit onderzoek is uitgevoerd onder 22 professionals (leerkrachten en beleidsmedewerkers sport). De Sporttest was super leuk om te doen en alle opdrachten werden fanatiek meegedaan. Er waren aardige juffen en meesters die ons hielpen met de sporttesten. Er worden nu sporten beoefend waar de kinderen zelf nooit aan gedacht zouden hebben. Ook wordt er succesbeleving ervaren doordat de kinderen zich realiseren dat ze beter zijn in hun nieuwe sport. De school was enthousiast over het initiatief en hebben het achteraf erg leuk gevonden.

In Baarn hebben acht basisscholen gebruik gemaakt van onze interventie Sporttest. Achteraf hebben de scholen een enquête ingevuld, waarin Sporttest werd beoordeeld op zeven punten. Gemiddeld heeft Sporttest een tevredenheidpercentage 80% gescoord!

### Resultaat van de interventie

Na uitvoering van de sportkeuzetesten op verschillende scholen heeft Sporttest enquêtes laten afnemen door leerkrachten bij leerlingen van de geteste klassen. Dit gebeurt altijd vooraf en na 3, 6 en 12 maanden. Voordat de sportkeuzetesten werden uitgevoerd, sportte 38% van de leerlingen niet. Drie maanden later was het percentage niet-sporters nog maar 25%, wat in de maanden hierna gelijk bleef. Sporttest heeft dus 13 procentpunt minder niet-sportdeelnemers binnen 3 maanden gerealiseerd. Ook bij andere initiatieven (van de gemeente) die gekoppeld zijn aan Sporttest, werd een stijging van het aantal deelnemers geconstateerd.

### Aandachtspunten van de interventie

- *Vooraf gedetailleerder en persoonlijker communiceren over waarom en hoe de sportkeuzetesten worden uitgevoerd, en specifiek over wat van de leerkrachten wordt verwacht.*
- *Betrek ouders meer bij de Sporttest, bijvoorbeeld door middel van een presentatie voor de ouders met de mogelijkheid om vragen te stellen.*
- *Deel de sportadviezen zelf in de klas uit, zodat het juiste verhaal erbij verteld kan worden. Organiseer de kennismakingslessen in de gymlessen zelf, dan wel door een lesvoorbereiding te maken voor de gymdocent, dan wel door de gehele gymlessen over te nemen of door de sportverenigingen de les te laten invullen.*

### Hier hebben wij op de volgende manier invulling aan gegeven:

- We geven leerkrachten duidelijkere informatie over wat de bedoeling is en wat van hen verwacht wordt. Verder gaan we in het vervolg zelf de sportadviezen uitdelen, in plaats van de leerkracht dit te laten doen.
- Ouders gaan we er meer bij betrekken door hun goed te informeren wat er gaat gebeuren door middel van een (digitale) brief.
- Er zijn nu drie opties voor de opvolging van de sportadviezen door sportkennismakingslessen. In de eerste optie besteedt de school dit aan ons uit, wij organiseren de sportkennismakingslessen en houden die tijdens de reguliere gymlessen op school. De tweede optie is dat wij lesvoorbereidingen maken zodat de leerkracht zelf eenvoudig tijdens de gymlessen de sportkennismakingslessen kan geven.
- De laatste optie is dat wij de kennismakingslessen organiseren in samenwerking met de sportverenigingen zelf.

### Uitvoerders

Het onderzoek, procesevaluatie Sporttest Goed Beschreven 2014, is uitgevoerd door NBSS, onder leiding van Arjen Hop.

#### 4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten – max 600 woorden

*Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de behaalde effecten met de interventie?*

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van iedere genoemde studie mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave
- b) Het type onderzoek, de meetinstrumenten en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot het bereik van de interventie, de gevonden effecten en -indien beschikbaar- de door de doelgroep ervaren effectiviteit en de mate waarin de veronderstelde werkzame elementen daadwerkelijk zijn uitgevoerd.

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

*Let op: dit onderdeel (4.2) hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op de niveaus 'Goed beschreven' en 'Goed onderbouwd'.*

## 5. Samenvatting Werkzame elementen

*Wat zijn de werkzame elementen van deze interventie waardoor de gestelde doelen bij de doelgroep gerealiseerd worden? Geef een puntsgewijs overzicht van de belangrijkste werkzame elementen van de interventie. Denk daarbij aan inhoudelijke en praktische elementen.*

Max 250 woorden

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

*Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.*

## 6. Aangehaalde literatuur

Maak een alfabetische lijst van alle in deze beschrijving aangehaalde literatuur en gebruik hiervoor de APA-normen (variant met kleine letters, zie aanwijzingen in de handleiding).

1. NOC\*NSF, Sportdeelname Jaaroverzicht 2013-2016 van <https://www.nocnsf.nl/in-2016-recordaantal-sporters-in-nederland>
2. Van den Dool, R. en Elling, A. (2009) SportersMonitor 2008, geraadpleegd 27-7-2014, van <http://www.mulierinstituut.nl/projecten/monitoringprojecten/sportersmonitor/factsheet-niet-sporters.pdf>
3. KNVB (2012) Jaaverslag 2011/'12 geraadpleegd 26-7-2014, van <http://www.knvb.nl/clubsenleden/ledental>
4. KNVB (2017) Jaarverslag 2016/2017. Geraadpleegd op 11-05-2018 van [http://knvb.h5mag.com/knvb/jaarverslag\\_2016/de\\_knvb\\_in\\_cijfers/53956/KNVB\\_Cijfers\\_2016\\_17.pdf](http://knvb.h5mag.com/knvb/jaarverslag_2016/de_knvb_in_cijfers/53956/KNVB_Cijfers_2016_17.pdf)
5. Stuij, M., op 't Veld, G. en van de Put, V. (2011) Sportuitval bij 13-16 jarigen, geraadpleegd op 21-7-2014, van <http://www.netwerkinbeweging.nl/?file=10062&m=1322665550&action=file.download>
6. RIVM (2014) Hoeveel mensen zijn voldoende lichamelijk actief?, geraadpleegd 21-7-2014, van <http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/leefstijl/lichamelijke-activiteit/hoeveel-mensen-zijn-voldoende-lichamelijk-actief/>
7. Jeugd sportfonds (2014) waarom jeugd sportfonds nodig is, geraadpleegd 28-6-2014, van [http://www.jeugd sportfonds.nl/56/dit\\_doen\\_we](http://www.jeugd sportfonds.nl/56/dit_doen_we)
8. RIVM (2014) Wat zijn de mogelijke gezondheidsgevolgen van lichamelijke (in)activiteit?, geraadpleegd 4-7-2014, van <http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/leefstijl/lichamelijke-activiteit/wat-zijn-de-mogelijke-gezondheidsgevolgen-van-lichamelijke-activiteit/>
9. Dieëtenlijst.nl (2014) gevolgen van overgewicht bij kinderen, geraadpleegd 28-6-2014, van [http://www.dietenlijst.nl/overgewicht/kinderen\\_overgewicht/gevolgen\\_overgewicht/](http://www.dietenlijst.nl/overgewicht/kinderen_overgewicht/gevolgen_overgewicht/)
10. SociaalVerhaal (2014) Doelgroep basisschoolkind 4 t/m 12 jaar, geraadpleegd 2-7-2014, van <http://www.sociaalverhaal.nl/361/nl/doelgroep-basisschoolkind-4-t-m-12-jaar>
11. Diverse publicaties (1980-2000) Bovende'eerde et al., 1980; Franks, 1989; Freedson et al., 2000; Leyten, 1982; Leyten et al., 1982; Van Mechelen et al., 1991; Safrid, 1995, Fjørtoft, 2000
12. Chris Mooij (2011) Basisdocument bewegingsonderwijs voor het basisonderwijs (6<sup>e</sup> druk) Nieuwwege: Arko Sports Media
13. J. Van Den Bosch, C. De Cocq (2006) Sportief talent ontdekken (1<sup>e</sup> druk) Leuven: Acco Uitgeverij

14. M. Frelier & J. Janssens (2007). Wat beweegt kinderen? Een onderzoek naar het sport- en beweeggedrag van kinderen. Den Haag: Nicis Institute
15. A. Elling en I. Selten (2016) (2016). Werkzame elementen sportstimulering jongeren. Mulier Instituut. Geraadpleegd op 31-10-2017, van <http://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=6797&m=1464784041&action=file.download>
16. CBS (2017). Maatwerktabel laag inkomen 2011-2015. Geraadpleegd op 31-10-2017 van <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2017/06/meer-huishoudens-langdurig-onder-lage-inkomensgrens-in-2015>
17. Alles over Sport (2017). Motieven en belemmeringen om te sporten en bewegen naar levensfase. Geraadpleegd op 31-10-2017 van <https://www.allesoversport.nl/artikel/motieven-en-belemmeringen-om-te-sporten-en-bewegen-naar-levensfase/>
18. Opstoel K, Pion J, Elferink-Gemser M, Hartman E, Willemse B, Philippaerts R, et al. (2015) Anthropometric Characteristics, Physical Fitness and Motor Coordination of 9 to 11 Year Old Children Participating in a Wide Range of Sports. PLoS ONE 10(5): e0126282. Geraadpleegd op 11-05-2018 van: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0126282>
19. NBSS (2017). Resultaten Sporttest gemeente Bunschoten 2017-2018. Geraadpleegd op 11-05-2018.

## 7. Praktijkvoorbeeld

*Beschrijf, indien beschikbaar, in max. 600 woorden een praktijkvoorbeeld van de uitvoering van de interventie: hoe was de situatie voor, tijdens en na de interventie?*

In Bunschoten zijn er in het schooljaar 2017/2018 277 kinderen van 9 scholen en 10 klassen getest met de interventie Sporttest. Tijdens de gymlessen zijn de kinderen getest op hun fysieke en mentale sportkwaliteiten middels de testen die Sporttest heeft ontwikkeld.

Bij alle klassen gingen steeds drie begeleiders van Sporttest mee waarvan er twee de fysieke kwaliteiten testte en één de mentale aspecten toetste. Dit om een zo duidelijk mogelijk beeld te krijgen.

Achteraf is uit onderzoek gebleken dat ruim één-vijfde van de kinderen een andere sport is gaan doen na het afnemen van de testen. De testen die, zo werd aangegeven door zowel leerlingen als leerkrachten en directeuren, als zeer leuk en positief werden ervaren. Uit de cijfers blijkt dat het daarnaast ook effectief is.