

VMBO SPORTLAB

Geleerde lessen uit
een praktijkgericht onderzoek naar
het buitenschools beweegprogramma
van SEC

Lonneke van Leeuwen, Public Health Practice, UMC Utrecht
Job Gevers, Sport Expertise Centrum

December 2024

Dit project met projectnummer 05460072110001 wordt mogelijk gemaakt door



Introductie

- Lichamelijke activiteit tijdens de adolescentie heeft positieve effecten op gezondheid^[1,2].
- Positieve effecten werken door tot in de volwassenheid^[1].
- Minder vmbo-leerlingen bewegen voldoende vergeleken met havo- en vwo-leerlingen^[3].
- Meeste Nederlandse onderzoek richt zich op bewegen *tijdens school*^[4-6].



Introductie

- Doel van huidige praktijkgericht onderzoek:
 - Inzicht in de sport- en beweegbehoeften van jongeren op het vmbo
 - Ontwikkeling van een naschools sport- en beweegprogramma:
 - Om beweegmomenten te creëren
 - Dat aansluit bij behoeften
 - Om eraan bij te dragen dat meer jongeren op het vmbo structureel voldoende bewegen

Buitenschools sportaanbod van SEC

FAQs

<ul style="list-style-type: none">• Wat is het?	<ul style="list-style-type: none">• Een buitenschools beweegprogramma voor jongeren op het voorgezet onderwijs waaronder het vmbo
<ul style="list-style-type: none">• Voor wie is het bedoeld?	<ul style="list-style-type: none">• Jongeren met suboptimale mate van lichamelijke activiteit• Leerlingen van scholengemeenschap het Hooghuis• Leerlingen in leerjaar 1 en 2• Deelname is vrijwillig en na inschrijving
<ul style="list-style-type: none">• Wat is het doel?	<ul style="list-style-type: none">• Extra beweegmomenten creëren voor jongeren o.a. op het vmbo• Eraan bijdragen dat de jongeren na het programma deelnemen aan een structurele vorm van bewegen en sporten
<ul style="list-style-type: none">• Wat wordt er gedaan in het programma?	<ul style="list-style-type: none">• Per schooljaar worden 30 middagen met sport- en beweegactiviteiten aangeboden• Er worden uiteenlopende sporten en activiteiten gedaan o.l.v. een coach/trainer• Streven is om aanbod aan te laten sluiten bij lokale sport- en beweeginfrastructuur
<ul style="list-style-type: none">• Waar en wanneer wordt het programma aangeboden?	<ul style="list-style-type: none">• Na schooltijd• Locatie is afhankelijk van de geplande activiteit
<ul style="list-style-type: none">• Zijn er kosten aan verbonden?	<ul style="list-style-type: none">• Deelname is gratis voor de jongeren• Het programma wordt gefinancierd door scholengemeenschap het Hooghuis
<ul style="list-style-type: none">• Waar zal het uitgevoerd worden? (2024-2025)	<ul style="list-style-type: none">• Voor een scholengemeenschap met 6 scholen met vmbo-opleiding (2024)

Onderzoeksactiviteiten en methodologie



1

Groepsinterviews

- Gegevens verzameld van 3 vmbo-klassen en een leerlingraad

2

Photovoice en structured interview matrix (SIM) als methoden

- Photovoice: leerlingen uiten en bespreken wensen aan de hand van online gevonden beeldmateriaal
- SIM: leerlingen interviewen elkaar over behoeften en voorkeuren

3

Co-creatiesessies

- Bespreking van resultaten door onderzoeker en praktijkprofessional, formulering van ontwikkelplan en vervolgonderzoek.

Inzichten over behoeften



Diverse voorkeuren voor type activiteit

van georganiseerde activiteiten tot minder gestructureerde bezigheden



Diverse voorkeuren voor locatie

meeste leerlingen hebben voorkeur voor buitenactiviteiten, sommigen voorkeur voor binnen



Diverse motivaties voor sport

gezelligheid, winnen, avontuur/natuur, beter worden



Diverse voorkeuren voor tijdstip

direct na school of later

Aanbevelingen voor interventie-ontwikkeling

Variatie in aanbod

- Bied verschillende activiteiten aan op diverse tijdstippen en locaties.

Persona's

- Ontwikkel communicatie en aanbod op basis van vier persona's: chiller, avonturier, sporter, creatieveling.

Sociale aspect

- Stimuleer gezelligheid en samenzijn met vrienden tijdens activiteiten.

Gedragsdoelen

- Ontwikkel en implementeer per gedragsdoel gedragsveranderingstechnieken. Gedragsdoelen: deelname, actieve participatie, blijvend bewegen en mede-organiseren van het aanbod.

Methodologische inzichten

Voordelen SIM en Photovoice

- Laagdrempelige methodieken voor het concretiseren van behoeften.
- Leerlingen vonden het leuk om elkaar te interviewen.

Aandachtspunten

- De vragen binnen de SIM-methode zijn voor sommige jongeren te abstract. Aanpassingen aan de methode en een getrainde facilitator zijn nodig.
- Photovoice met online afbeeldingen zoeken en vinden is een uitdaging. Het vereist vaardigheden als de juiste zoektermen vinden, creativiteit, een beeld van en woorden vinden voor iets wat mogelijk nog niet bestaat.

Vervolgstappen schooljaar 2024-2025



Praktijk:
aanvraag ontwikkelen voor
financiering van aanbod

Onderzoek:
reflectie op dit proces t.b.v.
implementatie-inzichten



Praktijk:
4 naschoolse activiteiten worden
aangeboden voor de persona's
chiller/creatieleveling

Onderzoek:
evaluatie van de activiteiten en
gedragsveranderingstechnieken



Praktijk:
blauwdruk ontwikkelen voor
aanbod voor overige persona's

Onderzoek:
co-creatie sessie



Praktijk:
versterken van de samenwerking
met de scholengemeenschap

Onderzoek:
reflectie op dit proces t.b.v.
implementatie-inzichten



Conclusie en toekomstperspectief

- Het huidige praktijkgericht onderzoek naar het buitenschools sportaanbod van SEC heeft waardevolle inzichten opgeleverd voor programmaontwikkeling. Door de stem van de toekomstige deelnemers centraal te stellen, zijn concrete aanbevelingen geformuleerd die de effectiviteit en aantrekkelijkheid van het programma kunnen vergroten.
- Een verdere uitwerking van de persona's en afgestemde communicatie en aanbod kan jongeren stimuleren om deel te nemen.
- Ontwikkeling en implementatie van gedragsveranderingstechnieken is nodig voor gedragsverandering op de lange termijn.
- Voortdurende evaluatie en aanpassing blijven essentieel voor het succes van het buitenschools sportaanbod.



Vragen of suggesties?



Referenties

1. WHO, Physical activity. 2024.
2. Wu, X.Y., et al., The influence of physical activity, sedentary behavior on health-related quality of life among the general population of children and adolescents: A systematic review. PLoS One, 2017. 12(11): p. e0187668.
3. Leefstijlmonitor – Aanvullende module Bewegen en Ongevallen, RIVM, VeiligheidNL in samenwerking met CBS. 2019.
4. Evaluation of a participatory physical activity promotion intervention in Dutch adolescents: the SALVO study. A parallel group randomised trial. Journal of Physical Education and Sport, 2023. 23(7).
5. Anselma, M., E. Venneker, and S. Nouwens, Participatief actieonderzoek met leerlingen van het vmbo. Naar meer bewegen op school, of toch niet? Factsheet Mulier Instituut, 2023.
6. Boonekamp, G.M.M., J.A.J. Dierx, and E. Jansen, Motivating students for physical activity: What can we learn from student perspectives? European Physical Education Review, 2020. 27(3): p. 512-528.