

LICHAMELIJKE MAGAZINE opvoeding

NUMMER 9 Jaargang 109 | december 2021

Uitgebreid
artikel

Dit is de uitgebreide versie van het artikel dat staat in LO Magazine 9 2021 met alle tabellen en de vragenlijsten die zijn voorgelegd aan de geënquêteerden.

Bewegen en sporten in de vrije tijd door leerlingen uit het VO

De meerwaarde van de sportstroom

Al diverse jaren wordt er op scholen voor voortgezet onderwijs (VO) door studenten van de academie voor lichamelijke opvoeding (ALO) in Amsterdam en omgeving onderzoek gedaan naar de meerwaarde van de sportstroom (sportklassen, L02 en BSM). Afgelopen jaar betrof dat leerlingen van acht BSM convenantscholen¹. Er is onderzocht of leerlingen uit de sportstroom ook buiten school actiever met bewegen en sporten zijn dan de leerlingen uit de andere klassen. Daarnaast is het interessant om de motieven van leerlingen te achterhalen voor bewegen en sporten buiten school. Wat zijn de verschillen tussen leerlingen uit de sportstroom en de leerlingen uit de andere klassen?

TEKST HILDE BAX EN STUDENTEN

Scala aan mogelijkheden voor bewegen en sporten buiten school

Traditioneel vond sporten vroeger plaats in verenigingsverband, maar de variëteit aan anders en ongeorganiseerd sporten en bewegen is tegenwoordig veel breder. Al jaren zijn er sportverenigingen die klagen dat het aantal jeugdleden afneemt. Maar er zijn ook sportverenigingen die juist groeien. Wellicht sporten jongeren inderdaad minder in verenigingsverband, maar bewegen ze ook minder buiten school? Aan het einde van de vorige eeuw stelde Crum (1992) al dat de sport in onze samenleving steeds belangrijker is geworden. De sport is aan de ene kant versport, de topsport wordt professioneler, en aan de andere kant ontsport. Met de ontsporting bedoelt Crum dat traditionele sportwaarden als prestatiegerichtheid en wedijver aan betekenis verliezen ten

gunste van lichaamservaring, plezier en sociale contacten.

Omdat in onze samenleving iedereen moet kunnen bewegen en sporten is het belangrijk dat de aanbieders inspelen op uiteenlopende motieven van jonge, volwassen en oudere consumenten. Crum categoriseert de sportwerkelijkheid in zeven 'sportmodi'.

- Topsport: hierin gaat het om absoluut presteren, status en inkomen.
- Wedstrijdsport: belangrijk is de gezamenlijke ervaring van de wedstrijdspanning, subjectief presteren, ontspanning en sociaal contact.
- Recreatiesport: sportieve recreatie, gezamenlijkheid en ontspanning worden belangrijk gevonden. Dit kan zelfstandig en georganiseerd plaatsvinden.
- Fitnesssport: beweegreden is het verbeteren van fysieke fitheid en gezondheid
- Avontuursport: avontuur en spanning

staan centraal. Het zijn bewegingsactiviteiten waarbij je jezelf tegenkomt en waarbij je je grenzen verlegt.

- Lust/prest/pleziersport: het plezier en de fun staan voorop. In deze s-sporten zijn sun, sea, snow, sex, speed and satisfacti-on meestal in ruime mate aanwezig.
- Cosmetische sport: belangrijk is het verbeteren van je uiterlijk en je figuur.

De profit sector, denk daarbij onder meer aan sportcentra, vakantieparken en bedrijven voor actieve vakanties (watersport, wintersport en buitensport), speelt in op de wensen en verwachtingen van hun markt. De bedrijven zijn dynamisch en

¹ De acht convenantscholen die participeerden in het onderzoek waren: het Amstelveen College, Copernicus College, Da Vinci College, Haarlemmermeerlyceum, Katholieke Scholengemeenschap Hoofddorp, Het Schoter, Michaël College en Sancta Maria. Met dank aan de studenten die aan het onderzoek werkten: Mark Kruiswijk, Lars van Langen, Linde Overmars, Brian Rijkenberg, Gaby Prepost, Tom Klinkenberg, Roos v.d. Sluis, Bo Westrik en Sem van Zuijlen.

flexibel. Klanten betalen graag voor een product dat hen aanstaat (Bax & Van den Heuvel, 2008).

Opvallend is verder dat er steeds meer beweegactiviteiten verzonden worden die alleen of met kleine aantallen gedaan kunnen worden, dicht bij huis en tijdens een groot deel van het jaar, ongeorganiseerd of in een tijdelijk georganiseerd verband. Enkele voorbeelden hiervan zijn: hardlopen, inlineskaten, skateboarden en streetsoccer, maar denk ook aan al die gezondheidsapparaten om thuis te roeien, te fietsen en te lopen. Sinds de coronatijd is bovendien het aantal challenges exponentieel gestegen en dat geldt ook voor wandelen en fietsen.

Meestal spelen er verschillende motieven een rol. Dat is niets nieuws.

Zo was het vroeger gebruikelijk, en waarschijnlijk nu ook nog, om als zesjarig jongetje lid te worden van de voetbalclub. Iedere jongen en tegenwoordig ook ieder meisje gaat toch op voetbal? Voetbal is gewoon een toffe sport. Echter, veel jongeren nemen rond hun veertiende jaar afscheid van de georganiseerde sport. Zowel voor het verenigingswezen als voor de profit sector is het de kunst om consumenten van verschillende leeftijden aan zich te binden (Bax & Van den Heuvel, 2008).

Sportactieve scholen

Kenmerkend voor bewegen & sport (B&S)² op school is dat alle jeugdigen worden bereikt. Ook de leerlingen die vanuit zichzelf niet veel sporten en bewegen. Leerlingen worden tijdens de lessen B&S geïntroduceerd in veel verschillende beweeg- en sportactiviteiten en er dient aandacht te zijn voor verschillen tussen leerlingen. Op school ligt de basis voor levenslang bewegen en het plezier dat deze activiteiten met zich meebrengen. In de school dient sprake te zijn van een pedagogisch, didactisch verantwoord en veilig leef- en leerklimaat. De leerervaringen op school zouden moeten maken dat leerlingen hun keuze voor sport en bewegingssituaties buiten de school kritischer en meer verantwoord kunnen maken. Ook zouden leerlingen in de lessen moeten leren samen aan de slag te gaan met sport en bewegingssituaties en regeltaken op zich te nemen. Sociale vaardigheden komen op een speelse manier aan bod. Verder levert B&S op school een (bescheiden) bijdrage aan de beweegrichtlijnen 2017 (KVLO, 2020).

Het is en blijft noodzakelijk flink te

Tabel 1 Overzicht deelnemers van de acht convenantscholen in Amsterdam en omgeving (sept 21)

Aantal en percentage	sportstroom	andere klassen	missend	totaal
Leerlingen	685 (42,1) ♂ 381(55,6) ♀ 296 (43,2)	888 (54,5) ♂ 369 (42,4) ♀ 502 (56,2)	56 (3,4) ♂ ♀ 73 (4,5)	1629 (100,0)
Onderbouw	424 (61,9)	520 (58,6)	49 (3,0)	951
Bovenbouw	261 (38,1)	368 (41,4)		629
Gem. Leeftijd	14,03 (SD 1,79)	14,16 (SD 1,86)		14,10 (SD 1,83)

*= significant verschil (p <0,05)

Tabel 2 Overzicht van de deelnemers verdeeld over de schooltypen

Schooltype	sportstroom	andere klassen	totaal
VMBO (basis, kader, gemengd)	13	2	15 (0,9)
VMBO tl (mavo)	103	110	215 (13,2)
HAVO	299	344	647 (39,7)
VWO (atheneum, technasium, gymnasium)	203	332	535 (32,8)
ANDERS	66	100	167 (10,3)
MISSEND	1	0	50 (3,1)
TOTAAL	685	888	1629 (100)

Tabel 3 Sportiviteit en het belang van B&S(LO) op school

percentage	sportstroom	andere klassen	totaal
Gem. tot supersportief	94,7*	77,8*	85,2
Sportief-supersportief	66,3*	35,6*	49,0
B&S is gem. tot zeer belangrijk	95,0*	86,1*	90,0
B&S is (zeer) belangrijk	72,1*	47,3*	57,9

investeren in de kwaliteit van B&S. Enerzijds omdat de overheid kwaliteitseisen oplegt en scholen zelf verantwoordelijkheid geeft bij de realisering van haar taakstelling. Anderzijds omdat het kwaliteitsbewustzijn in de samenleving toeneemt, B&S moet waar voor haar geld bieden!

De laatste decennia komen er steeds meer scholen voor voortgezet onderwijs die zich profileren met een sportprofiel. In de onderbouw kunnen leerlingen kiezen voor een sportklas, gekenmerkt door meer lessen B&S per week en meer deelname aan sportactiviteiten, ook buiten de reguliere lestijd (Haverkamp & Van Mossel, 2016). In de bovenbouw hebben leerlingen van het vmbo de mogelijkheid om LO2 te kiezen. Op de havo/vwo-scholen kunnen leerlingen vaak kiezen voor het keuze-examenvak Bewegen, Sport en Maatschappij (BSM). De teller staat inmiddels op meer dan 200 scholen waar dit keuze examenvak gegeven wordt (Swinkels, 2019). De doelgroep betreft leerlingen met een ruim voldoende bewegingsvaardigheid en die het regelen van bewegingssituaties interessant vinden.

Het leidend principe van BSM is 'het kunnen kiezen, arrangeren en begeleiden van bewegingssituaties voor zichzelf maar vooral voor anderen' (Klein Lankhorst, Bax 2010, p. 44).

Het onderzoek en de resultaten

De onderzoeksvraag, zijn leerlingen uit de sportstroom (sportklassen, LO2 en BSM) ook buiten school actiever met bewegen en sporten dan leerlingen uit de andere klassen, is met een vragenlijst bestudeerd. Dat geldt ook voor de vraag naar de motieven van de leerlingen om te bewegen en sporten in hun vrije tijd. Het eerste gedeelte bevatte vragen over achtergrondvariabelen en het tweede deel ging over sportbeoefening van

² In dit artikel wordt bewegen & sport (B&S) als overkoepelend begrip gebruikt voor het verplichte schoolvak. Het is de naam voor het leergebied in de onderbouw van het VO en in Curriculum.nu. Voor de keuzevakken in het voortgezet onderwijs wordt aangesloten bij de wettelijke termen. In het vmbo (voorbereidend beroepsonderwijs) heet het keuzevak LO2. In het havo en vwo is de naam van het keuze examenvak sinds augustus 2007 Bewegen, Sport en Maatschappij (BSM).

Tabel 4 Populaire sport- en beweegactiviteiten buiten school

Beweegactiviteit en percentage	Sportstroom	Andere klassen	Alle leerlingen
Voetbal	398 (58,1)	328 (36,9)	732 (44,9)
Hardlopen	330 (48,2)	326 (36,7)	660 (40,5)
Basketbal	269 (39,3)	194 (21,8)	466 (28,6)
Fitness	232 (33,9)	289 (32,5)	522 (32,0)
Schaatsen	179 (26,1)	209 (23,5)	389 (23,9)
Danssport	149 (21,8)	169 (19,0)	320 (19,6)
Badminton	157 (22,9)	156 (17,6)	315 (19,3)
Tennis	159 (23,2)	146 (16,4)	306 (18,8)
Hockey	149 (21,8)	127 (14,3)	277 (17,0)
Volleybal	161 (23,5)	95 (10,7)	256 (15,7)

leerlingen buiten school. De vragen waren afgestemd op het onderzoek *Naar beter bewegingsonderwijs* (Stegeman (red), 2007) en op de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO) (Van Bottenburg & Smit, 2000). De overige vragen uit het tweede deel hadden betrekking op de frequentie, de motieven van de leerlingen en de stimulering vanuit school om meer te bewegen en te sporten in hun vrije tijd. Voor de analyse van de resultaten is het programma SPSS versie 25 gebruikt.

Onderzoeksvraag: zijn leerlingen uit de sportstroom (sportklassen, L02 en BSM) ook buiten school actiever met bewegen en sporten dan leerlingen uit de andere klassen?

Aan het onderzoek namen leerlingen van acht VO-scholen, in totaal 1629, deel (zie tabel 1). Daarvan zaten er 685 leerlingen in de sportstroom, 888 niet en 56 leerlingen vulden deze vraag niet in. In de sportstroom zaten 381 jongens en 296 meisjes, de populatie van de andere klassen was 369 jongens en 502 meisjes en 73 leerlingen vulden deze vraag niet in. De verdeling van de leerlingen over de onderbouw en de bovenbouw van de sportstroom was 424 en 261. Uit de andere klassen deden er 520 leerlingen van de onderbouw en 368 leerlingen uit de bovenbouw mee. De vraag werd door 49 leerlingen niet ingevuld. De gemiddelde leeftijd van de sportstroom leerlingen was 14,03 (sd 1,80) en die van de andere leerlingen 14,16 (sd 1,86).

Uit de verdeling van de leerlingen over de verschillende schooltypen blijkt dat de vmbo (basis, kader, gemengd = 15 en tl 215) leerlingen zijn ondervertegenwoordigd ten opzichte van de leerlingen uit havo (647) en vwo (535) (zie tabel 2). Deze vraag werd door 50 leerlingen genegeerd en 169 leerlingen vulden het antwoord 'anders' in.

Bijna alle leerlingen van de sportstroom vinden zichzelf gemiddeld tot supersportief 94,7% (zie tabel 3). Van de andere leerlingen was dat percentage 77,8%. Het verschil tussen de beide groepen is significant ($p=0,00$). Ook werd er gevraagd naar het belang van B&S op school. De leerlingen uit de sportstroom scoren het

vak met 95,0% als gemiddeld tot zeer belangrijk. Bij de leerlingen uit de andere klassen is dat percentage 86,1%. Ook dit verschil is significant ($p=0,00$).

Populariteit van beweegactiviteiten en sporten buiten school

De top drie van meest beoefende sport en beweegactiviteiten, waarbij de leerlingen er maximaal tien mochten kiezen, was bij de totale groep voetbal (732, 44,9%), hardlopen (660, 40,5%) en fitness (522, 32,0%) (zie tabel 4). Bij de sportstroomleerlingen werd de top drie gevormd door voetbal (398, 58,1%), hardlopen (330, 48,2%) en basketbal (269, 39,3%). Bij de andere leerlingen waren dat voetbal (328, 36,9%), hardlopen (326, 36,7%) en fitness (289, 32,5%). Opvallend is dat bij de reguliere leerlingen voetbal en hardlopen vergelijkbaar scoren. Het percentage van de top-10 sporten varieert bij de sportstroomleerlingen tussen 21,8 en 58,1% en bij de andere klassen tussen 10,7 en 36,9%.

Motieven van leerlingen om te bewegen en te sporten in de vrije tijd

Ook is er aan de leerlingen gevraagd wat voor hen de drie belangrijkste

redenen/motieven zijn om te bewegen en te sporten in hun vrije tijd? De leerlingen lijken, zeker wat betreft hun belangrijkste motieven, eensgezind. Het motief dat bij de sportstroom en de andere leerlingen op de eerste plek staat is 'omdat ik het plezierig vind om te doen, op de tweede plek staat 'omdat het goed is voor mijn gezondheid' en dit motief wordt door alle leerlingen gevolgd door 'omdat ik er een goede conditie van krijg' (zie tabel 5). Op de laatste plek staat bij beide groepen 'omdat het niet duur is'. Het motief 'omdat ik lichamelijke opvoeding op school leuk vind' scoort bij sportstroom leerlingen nog 14,1%, maar bij de andere leerlingen is dat slechts 4,1%.

Hoe zit het met de verschillen in motieven voor het beweeg- en sportgedrag buiten school tussen jongens en meisjes? Zowel bij de jongens als bij de meisjes zijn de drie belangrijkste redenen/motieven voor sporten en bewegen buiten school 'omdat ik het plezierig vind om te doen', 'omdat het goed is voor mijn gezondheid' en 'omdat ik er een goede conditie van krijg' (zie tabel 6). Ze zijn ook eensgezind als het gaat om de minst belangrijke reden. Op de laatste plaats staat 'omdat het niet duur is' en ook 'omdat ik lichamelijke





Tabel 5 Motieven om te bewegen en te sporten in de vrije tijd

Redenen/motieven	Sportstroom	Andere klassen	Alle leerlingen
Aantal en percentage			
Omdat ik het plezierig vind om te doen	566 (82,6)	599 (67,5)	1171 (71,9)
Omdat ik het goed kan	185 (27,0)	188 (21,2)	376 (23,1)
Omdat ik graag een goede sporter ben	178 (26,0)	116 (13,1)	297 (18,2)
Vanwege de sociale contacten	159 (23,2)	197 (22,2)	356 (21,9)
Omdat ik er een goede conditie van krijg	284 (41,5)	363 (40,9)	648 (39,8)
Omdat ik er een beter figuur van krijg	168 (24,5)	226 (25,5)	395 (24,2)
Omdat het goed is voor mijn gezondheid	338 (49,3)	451 (50,8)	792 (48,6)
Omdat ik het prettig vind om mijn grenzen te verleggen	85 (12,4)	74 (8,3)	160 (9,8)
Omdat het niet duur is	7 (1,0)	12 (1,4)	19 (1,2)
Omdat ik lichamelijke opvoeding op school leuk vind	102 (14,7)	36 (4,1)	138 (8,5)
Ik sport niet	12 (1,8)	72 (8,1)	84 (5,2)

opvoeding op school leuk vind' scoort laag, bij de jongens 10,3% en bij de meisjes 7,1 %. De leerlingen die geen geslacht hebben ingevuld zijn wel geteld bij de categorie alle leerlingen maar niet bij de deelgroepen.

4 Stimulering vanuit school om meer te gaan bewegen en sporten

Is het belangrijk dat de docent

leerlingen stimuleert om buiten school meer te sporten en te bewegen? Welke mogelijkheden heeft de docent om dat te bereiken?

Op de vraag of de leerlingen door hun docent zijn gestimuleerd scoorden de sportstroomleerlingen op een 5-puntschaal 3,20 (sd 1,20) en de leerlingen uit de andere klassen 2,75 (sd 1,16) (zie tabel 7). Dit verschil is significant ($p=0,00$). Op de vraag welke invloed

andere sportactiviteiten op school hebben zijn de scores voor de sportstroomleerlingen 3,17 (sd 1,21) en voor de andere leerlingen 2,71 (sd 1,12) en dit verschil is ook significant ($p=0,00$).

Wat heeft er op school toe bijgedragen dat je (meer) bent gaan sporten en bewegen? Ook bij deze vraag mochten de leerlingen drie antwoorden invullen. De top drie van redenen wordt gevormd door 'niets' (35,9%), 'kennismaken met nieuwe activiteiten' (29,5%) en ervaring dat het plezierig is om te bewegen en te sporten (28,5%) (zie tabel 8). Bij de leerlingen van de sportstroom is de volgorde 'kennismaken met nieuwe activiteiten' (35,5%), ervaring dat het plezierig is om te bewegen en te sporten (33,9%) en 'ervaring dat ik goed ben in bepaalde sporten' (29,5%). Bij de leerlingen uit de andere klassen is de volgorde aan redenen hetzelfde als die van de totale groep met de percentages (43,2%, 26,5% en 26,0%).

Tenslotte was er ook nog een vraag of leerlingen door school andere sporten zijn gaan doen. De percentage liggen onder de 20 % bij beide groepen, maar het verschil tussen de leerlingen uit de sportstroom en de andere klassen is wel significant ($p=0,00$) (zie tabel 9).

De betekenis van de resultaten voor het schoolvak B&S

De vragenlijst *Bewegen en sporten in de vrije tijd* (zie bijlage) heeft veel resultaten opgeleverd. Diverse resultaten waren verwacht. De leerlingen van de sportstroom scoorden zichzelf hoger op sportiviteit dan de leerlingen uit de andere klassen en dat geldt ook voor het belang van B&S op school. Dit betekent dat de onderzoeksvraag, zijn leerlingen uit de sportstroom (sportklassen, LO2 en BSM) ook buiten school actiever met bewegen en sporten dan leerlingen uit de andere klassen, wordt bevestigend. Voor beide groepen geldt dat voetbal en hardlopen het meeste worden gedaan. De groepen scoorden ook identiek op de belangrijkste motieven om te bewegen en sporten. Plezier staat op de eerste plaats gevolgd door gezondheid en een goede conditie. Dit geldt trouwens zowel bij de jongens als bij de meisjes. Naast deze vooral als positief te waarderende resultaten, zijn er ook resultaten naar voren gekomen die voor de

Tabel 6 Motieven om te bewegen en te sporten in de vrije tijd van meisjes en jongens

Redenen/motieven	jongens	meisjes	Alle leerlingen
Aantal en percentage			
Omdat ik het plezierig vind om te doen	569 (75,4)	584 (72,9)	1171 (71,9)
Omdat ik het goed kan	213 (28,2)	154 (19,2)	376 (23,1)
Omdat ik graag een goede sporter ben	173 (22,9)	119 (14,9)	297 (18,2)
Vanwege de sociale contacten	165 (21,9)	187 (23,3)	356 (21,9)
Omdat ik er een goede conditie van krijg	335 (44,4)	300 (37,5)	648 (39,8)
Omdat ik er een beter figuur van krijg	178 (23,6)	211 (26,3)	395 (24,2)
Omdat het goed is voor mijn gezondheid	365 (48,3)	417 (52,1%)	792 (48,6)
Omdat ik het prettig vind om mijn grenzen te verleggen	91 (12,1)	67 (8,4)	160 (9,8)
Omdat het niet duur is	14 (1,9)	5 (0,6)	19 (1,2)
Omdat ik lichamelijke opvoeding op school leuk vind	78 (10,3)	57 (7,1)	138 (8,5)
Ik sport niet	33 (4,4)	51 (6,4)	84 (5,2)

lichamelijke op school leuk vind' als één van de motieven om te bewegen en sporten in de vrije tijd. De meeste leerlingen geven aan dat 'niets' op school daaraan heeft bijgedragen. Op de tweede plek komt 'kennismaken met nieuwe sportactiviteiten en vervolgens 'de ervaring dat het plezierig is om te bewegen en te sporten. Bij de sportstroom leerlingen staat 'niets' echter niet in de top drie en staat 'kennismaken met nieuwe sportactiviteiten' op de eerste plek. Het lijkt erop dat de invloed van de school en de docent gering is als het gaat om stimuleren van meer en nieuwe beweeg- en sportactiviteiten voor leerlingen in de vrije tijd.

De docent en het vak lijken vrij onbelangrijk om buiten school meer te gaan bewegen en sporten.

Tabel 7 Stimuleren om (meer) te gaan bewegen en sporten in de vrije tijd

Gemiddelde	Sportstroom	Andere klassen	Alle leerlingen
Ik ben door de lessen lichamelijke opvoeding gestimuleerd om (meer) te gaan sporten en bewegen	3,20 (sd 1,20)*	2,75 (sd 1,16)*	2,94 (sd 1,20)
Ik ben door andere sportactiviteiten in en rondom de school gestimuleerd om (meer) te gaan sporten en bewegen	3,17 (sd 1,21)*	2,71 (sd 1,12)*	2,91 (sd 1,23)

*= significant verschil ($p < 0,05$)

Aanbeveling voor de vakwereld

De vraag die opkomt is of we het stimuleren van leerlingen voor actief bewegen en sporten in de vrije tijd als taakstelling van de school en de vakwereld zien. Volgens het *Beroepsprofiel Leraar Lichamelijke Opvoeding*, 'kan de leraar zijn leerlingen (1) beter leren bewegen, (2) leren samen te bewegen, (3) leren bewegen te regelen en (4) leren over bewegen. Hij heeft daarbij aandacht voor persoonlijke beweeginteresses en richt zich op het realiseren van een actieve en gezonde leefstijl.' (Bax, Brouwer, Klaassen, Van der Palen, Roelofsen, Vervoorn, Weeldenburg, & Wit, 2017, p.18). Verder is bekend dat de beweeg- en sportcultuur volop in beweging zijn. Er ontstaan geregeld nieuwe activiteiten en sporten, binnen een club, vereniging of daarbuiten. Binnen Curriculum.nu, leergebied Bewegen & Sport (2019) heeft één van de grote opdrachten betrekking op de verbinding tussen activiteiten binnen en buiten de school. De bouwstenen die daarbij aansluiten zijn vooral 'bewegen betekenis geven' en 'beweegcontexten verbinden'. Het is de bedoeling dat de leerlingen relaties leren leggen tussen datgene wat zij leren op school en wat zich buiten school afspeelt. Het is een aanbeveling om vanuit de vakwereld ook serieus aandacht te geven aan het stimuleren van bewegen en sporten buiten school in het hier en nu en voor later en straks. Een leven lang actief

Tabel 8 Bijdragen vanuit school aan meer bewegen en sporten in de vrije tijd

Wat heeft er op school toe bijgedragen dat je (meer) bent gaan sporten en bewegen?	Sportstroom	Andere klassen	Alle leerlingen
Aantal en percentage			
Leraar lichamelijke opvoeding	133 (19,4)	91(10,2)	224 (13,8)
Kennismaken met nieuwe sportactiviteiten	243 (35,5)	235 (26,5)	480 (29,5)
Schoolsportactiviteiten zoals naschoolse sport, sportkampen en sportdagen	96 (14,0)	42 (4,7)	138 (8,5)
Ervaring dat het plezierig is om te bewegen en te sporten	232 (33,9)	231 (26,0)	465 (28,5)
Ervaring dat ik goed ben in bepaalde sporten	202 (29,5)	157 (17,7)	360 (22,1)
Niets	197 (28,8)	384 (43,2)	585 (35,9)
Ik doe niet (meer) aan sport en bewegen	15 (2,2)	59 (6,6)	74 (4,5)

*= significant verschil ($p < 0,05$)

vakwereld (opleidingen, vakorganisaties en werkveld) inspanningen vragen. De docent lijkt nauwelijks een reden

te zijn om buiten school meer te gaan bewegen en sporten. Minder dan 10% van de leerlingen kiest 'omdat ik

Tabel 9 Door school zijn leerlingen andere sporten in de vrije tijd gaan doen

Aantal en percentage	Sportstroom	Andere klassen	Alle leerlingen
Ben je door school (ook) andere sporten (dan die je al deed) gaan doen in de vrije tijd?	133 (19,6)*	102 (11,6)*	238 (15,2)

*= significant verschil ($p < 0,05$)

met bewegen en sport vanuit autonomie, motivatie bevorderend (Ryan & Deci, 2000), is een belangrijk streven. De vraag die nog opgelost moet worden is: Hoe kunnen leerlingen beter gestimuleerd worden om meer deel te nemen aan diverse beweeg- en sportactiviteiten buiten schooltijd?

Hoe kunnen leerlingen beter gestimuleerd worden om meer deel te nemen aan diverse beweeg- en sportactiviteiten buiten schooltijd?

Hilde Bax is hogeschool hoofddocent aan de Hogeschool van Amsterdam, Academie van Lichamelijke Opvoeding

Bronnen

Bax, H. (2010). *De samenleving over de kwaliteit van bewegen & sport op school, een spiegel voor de vakwereld*. Jan Luiting Fonds, Zeist.

Bax, H., Brouwer, B., Klaassen, C. Palen, H. van der, Roelofs, S., Vervoorn, A., Weeldenburg, G., & Wit, G. de (2017). *Beroepsprofiel leraar Lichamelijke Opvoeding*. Zeist: Jan Luiting Fonds.

Bax, H., & Swinkels, E. (2019). Kiezen voor bewegen, sport en maatschappij als examenvak (1 en 2). *Lichamelijke Opvoeding*, 107(3 en 4) 48-50; 22-24.

Bax, H., & Van den Heuvel, A. (2008). *Ethiek in beweging: over bewegen en ethiek in onderwijs, sport en gezondheidssector*. Assen: Van Gorcum, 3e druk.

Bax, H., Stegeman, H., Hoekman, R., & Slotboom, M. (2007). Aspecten van de kwaliteit van lichamelijke opvoeding. *Lichamelijke Opvoeding*, 95(12), 38-41.

Bottenburg, M. van, & Smit, S. (2000). *Richtlijn sportdeelname-onderzoek (RSO): definitief basis-startdocument*. Den Bosch: Diopter - Janssens & Van Bottenburg bv., opgehaald 18-10-21.

Crum, B. (1992). *Over versporting van de samenleving*. Haarlem: De Vrieseborch.

Curriculum.nu (2019). *Bewegen & Sport*, file:///C:/Users/baxhh/Downloads/Voorstellen-ontwikkelteam-Bewegen-Sport-1%20(2).pdf, opgehaald 18-10-2021.

Haverkamp, M., & Van Mossel, G. (2016). *Sportieve leerlingen in de bovenbouw van vmbo-bb/kb*. Enschede: SLO.

Klein Lankhorst, G., & Bax, H. (2010). Bewegen, Sport en Maatschappij, een prachttvak. *Lichamelijke opvoeding*, 98(5)44-46.

Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO) (2020). *Goed leren bewegen; een leven lang actief! Koers KVLO 2020-2024*. Zeist: KVLO.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). *The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior*. *Psychological Inquiry*, 227-268.

Stegeman, H. (red) (2007). *Naar beter bewegingsonderwijs: over de kwaliteit van sport en bewegen op school*. Nieuwegein: Arko Sports Media.

Stegeman, H., Bax, H., Hoekman, R., & Slotboom, M. (2007). Aspecten van de kwaliteit van LO. In H. Stegeman, *Naar beter bewegingsonderwijs* (pp. 23-99) Nieuwegein: Arko Sports Media.

Swinkels, E. (2019). *Kwaliteit BSM en LO2, presentatie*, <http://docplayer.nl/162799831-Kwaliteit-bsm-en-lo2-9-oktober-2019-nijkerk-eric-swinkels.html>, opgehaald 18-10-21.

Contact

h.h.t.bax@hva.nl

Kernwoorden

sportstroom, sportklassen, LO2, BSM, bewegen en sporten in de vrije tijd



Foto: Anita Riemersma

Vragenlijst bewegen en sporten in de vrije tijd (Bax, 2020)

Beste leerling,

Fijn dat je wilt deelnemen aan het onderzoek over bewegen en sporten in de vrije tijd.

Je kunt geen goede of foute antwoorden geven: dit is geen toets!

Kies bij iedere vraag het getal dat het meest aansluit bij jouw mening of gevoel.

Alvast bedankt!

De naam van mijn school is:

- 1. Amstelveen College
- 2. Copernicus
- 3. Da Vinci College
- 4. Haarlemmermeer Lyceum
- 5. Het Schoter
- 6. KSH
- 7. Lyceum Sancta Maria
- 8. St Michael College
- 9. Anders

Wat is je geslacht?

- Jongen
- Meisje

Wat is je leeftijd?

- 12 jaar of jonger
- 13 jaar
- 14 jaar
- 15 jaar
- 16 jaar
- 17 jaar
- 18 jaar of ouder

Welk schooltype doe je?

- vmbo (basis, kader of gemengd)
- vmbo tl of mavo
- havo

- vwo (atheneum, technasium, gymnasium)
- anders

Neem je deel aan de sportstroom op je school (sportklas, LO2, BSM)?

- Ja
- Nee

In welke klas zit je?

- Brugklas, eerste klas
- Tweede klas
- Derde klas
- Vierde klas
- Vijfde klas
- Zesde klas

Tot welke doelgroep reken je jezelf?

- de inactieven
- de minder sportieven
- de gemiddeld sportieven
- de meer sportieven
- de super sportieven

De volgende vragen gaan over sportbeoefening.

Het gaat om activiteiten die je in de afgelopen twaalf maanden hebt gedaan volgens gebruiken of regels uit de sportwereld.

Je moet denken aan bijvoorbeeld badminton, fitness, toerfietsen en schaken, maar niet aan tuinieren, puzzelen of fietsen naar de bakker.

Voor algemene beweegvormen kun je kiezen uit danssport, yoga of drie varianten fitness.

Sporten die je tijdens de vakanties hebt beoefend, tellen wel mee; sporten tijdens lessen lichamelijke opvoeding op school niet.

1. Welke sport of sporten heb je in de afgelopen twaalf maanden beoefend? (Maximaal tien antwoorden invullen)

- 1 atletiek
- 2 badminton
- 3 basketbal

- 4 biljart/poolbiljart/snooker
- 5 bowling
- 6 bridge
- 7 dammen
- 8 danssport
- 9 darts
- 10 duiksport
- 11 fitness, individueel (binnen)
- 12 fitness, in een groep zoals aerobics, spinning en zumba (binnen)
- 13 fitness, buiten zoals bootcamp
- 14 golf
- 15 gymnastiek/turnen
- 16 handbal
- 17 hardlopen/joggen
- 18 hockey
- 19 honkbal/softbal
- 20 jeu de boules
- 21 judo
- 22 kano
- 23 (berg)klimsport
- 24 korfbal
- 25 midgetgolf
- 26 mountainbiken
- 27 motorsport
- 28 paardensport
- 29 roeien
- 30 schaatsen
- 31 schaken
- 32 schietsport
- 33 skeeleren/skaten
- 34 skiën/langlaufen/snowboarden
- 35 squash
- 36 tafeltennis

- 37 tennis
- 38 vecht- en verdedigingssporten (excl. judo)
- 39 voetbal
- 40 volleybal
- 41 wandelsport
- 42 waterpolo
- 43 wielrennen/toerfietsen
- 44 zeilen/surfen
- 45 zwemsport (excl. waterpolo)
- 46 yoga (ook pilates en poweryoga)
- 47 andere sport, namelijk:
- 48 Geen sport

2. Hoeveel keer heb je in de afgelopen twaalf maanden in totaal gesport?

- 12 keer of minder
- meer dan 12 keer en minder dan 50 keer
- meer dan 50 keer en minder dan 100 keer
- meer dan 100 keer en minder dan 200 keer
- meer dan 200 keer

3. Ben je lid van een sportvereniging of fitnesscentrum?

- ja
- Nee

4. Welke sport beoefende je het meest intensief in de afgelopen 12 maanden?

5. Waarom doe je aan sport? (maximaal drie antwoorden invullen).

- Omdat ik het plezierig vind om te doen
- Omdat ik het goed kan
- Omdat ik graag een goede sporter ben
- Vanwege de sociale contacten
- Omdat ik er een goede conditie van krijg
- Omdat ik er een beter figuur van krijg
- Omdat het goed is voor mijn gezondheid

- Omdat ik het prettig vind mijn grenzen te verleggen
- Omdat het niet duur is
- Omdat ik lichamelijke opvoeding op school leuk vind
- Ik sport niet

6. Ik ben door de lessen lichamelijke opvoeding gestimuleerd om (meer) te gaan sporten en bewegen.

- Helemaal mee oneens
- Enigszins mee oneens
- Niet eens en niet oneens
- Enigszins mee eens
- Helemaal mee eens

7. Ik ben door andere sportactiviteiten in en rondom school gestimuleerd om (meer) te gaan sporten en bewegen.

- Helemaal mee oneens
- Enigszins mee oneens
- Niet eens en niet oneens
- Enigszins mee eens
- Helemaal mee eens

8. Wat heeft er op school toe bijgedragen dat je (meer) bent gaan sporten en bewegen? (Maximaal drie antwoorden invullen)

- Leraar lichamelijke opvoeding
- Kennismaken met nieuwe sportactiviteiten
- Schoolsportactiviteiten zoals naschoolse sport, sportkampen en sportdagen.
- Ervaring dat het plezierig is om te bewegen en te sporten
- Ervaring dat ik goed ben in bepaalde sporten.
- Niets
- Ik doe niet (meer) aan sport en bewegen

9. Ben je door school (ook) andere sporten (dan die je al deed) gaan doen in je vrije tijd?

- Nee
- Weet ik niet
- Ja

10. Het vak lichamelijke opvoeding op school vind ik

- overbodig
- onbelangrijk
- neutraal
- belangrijk
- zeer belangrijk