

# Voetjebal

## Werkblad beschrijving interventie op het niveau Goed Onderbouwd en niveau Effectief

Gebruik bij het invullen van dit werkblad  
de bijbehorende handleiding

Versiedatum: januari 2021

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstututen:



kennis en aanpak van  
sociale vraagstukken



# Colofon

## Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Voetjebal Nederland

E-mail: [info@voetjebal.com](mailto:info@voetjebal.com)

Telefoon: 06-14004216

Website (van de interventie): <https://www.voetjebal.nl/>

## Contactpersoon 1

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam contactpersoon: Wouter von Brucken Fock

E-mail: [w.vonbruckenfock@voetjebal.com](mailto:w.vonbruckenfock@voetjebal.com)

Telefoon: 06-14004216

## Contactpersoon 2 (indien van toepassing)

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam contactpersoon: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

Telefoon: \_\_\_\_\_

## Referentie in verband met publicatie

Naam auteur: Wouter von Brucken Fock

interventiebeschrijving: Voetjebal

Titel interventie: Voetjebal

Databank(en): Interventiedatabase

Plaats, instituut: Den Haag, Voetjebal Nederland

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.

**Gebruik bij het invullen van dit werkblad de bijbehorende handleiding.**

## Inhoud

<b>Inhoud</b>	<b>3</b>
<b>0 Samenvatting</b>	<b>4</b>
0.1 Aanleiding voor de interventie (probleemstelling in het kort)	4
0.2 Korte samenvatting van de interventie	4
0.3 Doelgroep	4
0.4 Doel	4
0.5 Aanpak	4
0.6 Materiaal	4
0.7 Onderbouwing	5
0.8 Onderzoek	5
<b>1.</b>	<b>7</b>
Beschrijving interventie	6
1.1	7
1.2	8
1.3	9
<b>2.</b>	<b>13</b>
<b>3.</b>	<b>17</b>
<b>4.</b>	<b>21</b>
4.1 Onderzoek naar de uitvoering van de interventie	20
4.2	22
<b>5.</b>	<b>23</b>
<b>6.</b>	<b>24</b>
<b>7.</b>	<b>27</b>

## 0 Samenvatting

Maximaal anderhalf A-4tje, max 700 woorden

### 0.1 Aanleiding voor de interventie (probleemstelling in het kort) – max 150 woorden

Voetjebal is ontwikkeld om de groeiende motorische achterstand van kinderen aan te pakken. Op jonge leeftijd vindt een essentiële periode plaats waarin het kind in aanraking moet komen met fysieke activiteiten waarin fundamentele vaardigheden zoals locomotie en manipulatieve vaardigheden worden geleerd. Hiermee wordt een basis gelegd voor motorische vaardigheden welke essentieel zijn voor alledaagse activiteiten. Uit onderzoek onder basisschoolleerlingen blijkt dat Nederlandse kinderen minder motorisch vaardig zijn en dat er een achteruitgang van het coördinatievermogen zichtbaar is. Een motorische achterstand kan leiden tot problemen met de cognitieve ontwikkeling, psychosociale problemen en emotionele problemen. Ook kan een motorische achterstand leiden tot fysieke problemen als overgewicht, diabetes en cardiovasculaire aandoeningen.

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

Voetjebal is een Multi- skills programma dat zich richt op het verbeteren van de motorische vaardigheden bij kinderen van 2 t/m 5 jaar. Peuters en kleuters maken, samen met een van hun ouders, kennis met sport en bewegen, waarbij voetbal gebruikt wordt als middel. De nadruk ligt op spel en plezier. Voetjebal is onderverdeeld in drie beleefwerelden: voor 2-3-jarigen (wereld 1), 3-4-jarigen (wereld 2) en 4-5-jarigen (wereld 3). Het programma van één beleefwereld bestaat uit 29-wekelijkse Voetjebal lessen van 45 minuten én een Voetjebal diplomadag. De kinderen krijgen tijdens de lessen alle grondvormen van bewegen aangeboden. Naast de motorische vaardigheden leren de kinderen onder andere ook sociale vaardigheden. Dit alles aangeboden op een kindvriendelijke en speelse wijze die goed aansluit op de belevingswereld van het kind.

### 0.3 Doelgroep – max 50 woorden

Voetjebal richt zich op kinderen in de leeftijd van 2 t/m 5 jaar. De ouders van de kinderen doen actief mee aan de lessen, zij zijn de coach van hun eigen kind.

### 0.4 Doel – max 50 woorden

Na deelname aan de interventie Voetjebal zijn de motorische vaardigheden van kinderen in de leeftijd van 2 t/m 5 jaar verbeterd.

### 0.5 Aanpak – max 50 woorden

De ouder-kind lessen van Voetjebal hebben een vaste lesopbouw bestaande uit een welkomstkring, introductie waarin lesdoelen worden gedeeld, warming up onder begeleiding van muziek, voetbaltechniek in spelvorm ter bevordering van de motoriek, functionele movement skills, bewegingsvormen in spelvorm, gezamenlijk opruimen, cooling-down onder begeleiding van muziek en afsluiting met een parachute.

### 0.6 Materiaal – max 50 woorden

De lessen vinden plaats in een gymzaal die geschikt is voor de groepsgrootte van 10 kinderen plus ouders. De lessen kunnen ook buiten worden gegeven. Idealiter is er een kast aanwezig waar de trainingsmaterialen opgeslagen worden. Kinderen en trainers dragen een Voetjebal Tenue en de trainingen zijn volledig uitgewerkt.

### **0.7 Onderbouwing** – max 100 woorden

In de huidige maatschappij bewegen kinderen te weinig, is er minder motivatie en plezier in bewegen, hebben kinderen minder zelfvertrouwen en stimuleert de omgeving minder om te bewegen. Het beweegprogramma Voetjebal pakt deze determinanten aan.

Het programma is gebaseerd op de meest recente wetenschappelijke kennis over de theorieën Physical Literacy en Niet-lineaire Pedagogiek. De kern is dat de grote variatie aan oefenvormen de kinderen uitdaagt om motorische vaardigheden te ontwikkelen.

### **0.8 Onderzoek** – max 100 woorden

Er is een procesevaluatie uitgevoerd in de periode van januari tot juni 2022. Uit deze evaluatie blijkt: 1) dat het beoogde aantal deelnemers ruimschoots was bereikt; 2) dat de uitvoering van de lessen niet altijd volgens plan verloopt doordat lessen soms niet aansluiten bij het niveau van het kind; 3) dat kinderen, ouders en trainers/franchisenemers de lessen als positief ervaren; en 4) dat het succes van de lessen vooral gelegen is in het feit dat 'plezier' centraal staat.

# 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? Beschrijf dit zo concreet mogelijk.*

Voetjebal richt zich op kinderen in de leeftijd van 2 t/m 5 jaar. Omdat de motorische en cognitieve vaardigheden snel ontwikkelen en de belevingswereld snel verandert, wordt het aanbod afgestemd op kinderen in de leeftijd van 2-3 jaar, 3-4 jaar en 4-5 jaar.

#### **Intermediaire doelgroep** – max 100 woorden

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

Eén van de ouders van het kind doet actief mee aan de lessen en is de coach van het eigen kind. Dit hoeft niet elke les dezelfde ouder te zijn. De ouder legt bijvoorbeeld de materialen klaar en geeft het kind instructies over de uitvoering van de oefeningen.

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

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

Ouders van kinderen kunnen hun kind aanmelden voor het beweegprogramma via de website van Voetjebal:

#### **Inclusiecriteria**

- Het kind is in de leeftijd van 2 t/m 5 jaar.
- Het kind kan functioneren in een groep.
- Het kind kan zelfstandig lopen.
- Zowel kind als ouder zijn gemotiveerd om deel te nemen aan het programma.

#### **Exclusiecriteria**

- Kinderen die niet in een groep kunnen functioneren.
- Kinderen die niet zelfstandig kunnen lopen.

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

*Op welke manier was de doelgroep (eventueel) betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie?*

De doelgroep is niet structureel betrokken bij de doorontwikkeling van de interventie. Sommige franchisenemers zetten wel enquêtes uit onder de ouders en kinderen, maar dit wordt niet structureel gedaan door alle franchisenemers.

In de periode januari – juni 2022 is een procesevaluatie uitgevoerd onder ouders, kinderen, trainers en franchisenemers. Dit is gedaan door middel van online vragenlijsten waarin de doelgroepen bevraagd zijn

over hun ervaringen met Voetjebal. De resultaten van deze evaluatie worden gebruikt om de interventie door te ontwikkelen.

## 1.2 Doel

**Hoofddoel** – max 100 woorden

Na deelname van 30 weken programma Voetjebal zijn de motorische vaardigheden van kinderen in de leeftijd van 2 t/m 5 jaar verbeterd.

**Subdoelen** – max 350 woorden

### **Einddoelgroep**

Na 30 weken Voetjebal:

Motorische vaardigheden:

- Zijn de fundamentele bewegingsvaardigheden van 80% van de kinderen verbeterd: locomotie, balans, object controle en het ontdekken van bewegings- en handelingsmogelijkheden.

Plezier en zelfvertrouwen in bewegen:

- Heeft 90% van de kinderen meer plezier in bewegen.
- Heeft 80% van de kinderen meer zelfvertrouwen in bewegen.

### **Intermediaire doelgroepen:**

- 70% van de ouders kunnen na 30 weken Voetjebal hun jonge kind stimuleren in de motorische ontwikkeling.



### 1.3 Aanpak

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

A: Wat is de opbouw van de interventie? Welke fases of stappen kun je onderscheiden?

B: Wie is de aanvrager of franchisenemer van de interventie en op welke manier en vanaf welke fase of bij welke stap (zie A) is deze betrokken?

C: Wat is de omvang van de interventie? (duur/doorlooptijd, aantal contacten, duur van de contacten)? Geef dit aan per fase of stap (zie A).

<b>Eenmalige voorbereiding (1-2 maanden)</b>	
Stap 1: kennismaking met Voetjebal en franchisegever van Voetjebal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informatie over Voetjebal inwinnen: via website</li> <li>• Bij interesse in Voetjebal neemt de potentiële franchisenemer contact op met Voetjebal Nederland waarna een telefonisch kennismakingsgesprek volgt</li> <li>• Na de telefonische kennismaking volgt een gesprek op het hoofdkantoor van Voetjebal NL.</li> <li>• De franchisenemer ontvangt en bestudeert de (concept)franchiseovereenkomst</li> </ul>
Stap 2: opstarten eigen onderneming	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Opstarten eigen onderneming, waaronder ondernemingsplan, haalbaarheidsonderzoek, ondertekenen contract, etc.</li> <li>• Geschikte locaties vastleggen</li> <li>• Bestellen trainingsmaterialen</li> <li>• Pagina/eigen omgeving op de website van Voetjebal</li> </ul>
Stap 3: Training/Onboarding	<ul style="list-style-type: none"> <li>• De franchisenemer volgt een aantal Voetjebal-lessen en volgt daarna een verplichte basiscursus van twee dagdelen op het hoofdkantoor in Den Haag.</li> <li>• Op het hoofdkantoor wordt de business setup gedeeld met de franchisenemer</li> </ul>
<b>Vorbereiding (1-2 maanden)</b>	
Stap 4: PR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Werving en promotie voor de Voetjebal-lessen (via flyers, posters, persbericht, promotiecampagnes via sociale media)</li> </ul>
Stap 5: planning start lessen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Indelen van de groepen</li> <li>• Aannemen trainer</li> <li>• Bestellen van het Voetjebal tenue, banners en ballonnen</li> <li>• Trainingsdagen bijwonen in Den Haag, tenminste 2 keer per jaar</li> </ul>
Stap 6: voorbereiding les	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les goed voorbereiden</li> <li>• Zorgen dat alle materialen aanwezig zijn</li> </ul>
Stap 7: samenwerken	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samenwerking opstarten tussen de Voetjebal aanbieder en sportclubs, basisscholen, kinderdagverblijven en BSO's</li> </ul>
<b>Uitvoering (9 maanden)</b>	

Stap 8: lessenserie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voetjebal is opgebouwd uit drie modules. Elke afzonderlijke module is gebaseerd op de beleefwereld van de leeftijd van het kind.</li> <li>• De interventie bestaat uit 29 beweeglessen van 45 minuten per wereld én een diplomadag. De lessen vinden één keer per week plaats. De eerste les is altijd een proefles.</li> </ul>
Stap 9: Voetjebal diploma dag	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elke stad waar Voetjebal wordt aangeboden organiseert aan het eind van het seizoen zijn of haar diplomadag.</li> </ul>

<b>Evaluatie en nazorg (doorlopend)</b>	
Stap 10: Terugkomdag franchisenemers en trainers	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tweemaal per jaar is er een terugkomdag voor alle franchisenemers/trainers op het hoofdkantoor in Den Haag.</li> </ul>
Stap 11: Evaluatie met franchisenemers per stad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Franchisenemers komen eenmaal in de drie maanden een dagdeel op kantoor om de voortgang in de desbetreffende stad te bespreken.</li> </ul>
Stap 12: Begeleiding naar reguliere sportaanbod	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Indien de franchisenemer een samenwerking met een club heeft, worden kinderen begeleid naar het reguliere sportaanbod.</li> </ul>

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

*A: Welke concrete activiteiten worden uitgevoerd en -indien van toepassing- in welke volgorde of fases? Geef een korte omschrijving van de activiteiten. Het is voldoende als de lezer op hoofdlijnen een indruk krijgt van wat er gedaan wordt en hoe dit gedaan wordt. Besteed ook aandacht aan de werving van deelnemers.*

*B: Bij interventies op maat: geef aan welke activiteiten, op basis van welke criteria, op maat worden uitgevoerd.*

*C: Welke activiteiten moeten minimaal worden uitgevoerd om de gestelde doelen te behalen?*

#### **De voorbereidingsfase (eenmalig):**

Stap 1: Voetjebal Nederland zoekt per vrije regio een geschikte franchisenemer die voldoet aan de gestelde eisen. Op de website van Voetjebal is een aparte informatiepagina ingericht voor geïnteresseerde franchisenemers. Bij interesse vindt er een telefonisch kennismakingsgesprek plaats. Na het bezoeken van een les volgt een afspraak op kantoor waar de voorwaarden worden gedeeld en ook de concept franchiseovereenkomst wordt ingezien.

Stap 2: De franchisenemer stelt een businessplan op en voert een haalbaarheidsonderzoek uit en deelt deze met Voetjebal Nederland. De franchisenemer wordt bijgestaan door Voetjebal Nederland die adviseert waar nodig.

Stap 3: Onder begeleiding van iemand van Voetjebal Nederland bezoekt de franchisenemer diverse locaties om een goed beeld te krijgen hoe Voetjebal in de praktijk werkt. Ruim voor aanvang van de eerste les komt de franchisenemer naar het hoofdkantoor om de Voetjebal basiscursus te volgen. Tevens wordt er een dagdeel ingeruimd op het hoofdkantoor voor het kennismaken met de Voetjebal organisatie en werkprocessen zodat de franchisenemer hiermee bekend raakt en zijn bedrijf succesvol kan opzetten.

#### **De voorbereiding:**

De volgende fase bestaat uit het onder de aandacht brengen van Voetjebal onder de ouders van de doelgroep middels het voeren van een promotiecampagne (stap 4). De campagne bestaat uit het verspreiden van posters en flyers op scholen, kinderopvang locaties, peuterspeelzalen en andere plekken waar de doelgroep komt; het draaien van een onlinecampagne via Instagram en Facebook en het sturen van een persbericht naar de lokale media. Vervolgens begint het plannen van de Voetjebal lessen (stap 5). De ouders van de kinderen die zich aanmelden via een inschrijfformulier dat te vinden is op de Voetjebal website, ontvangen een welkom mail met daarin alle benodigde informatie: lesdagen en -tijd, adres van de locatie en routebeschrijving naar de ingang, benodigde kleding en de 'actieve rol' van de ouders. Indien de franchisenemer niet zelf de training gaat geven is dit ook het moment om een geschikte trainer aan te stellen. De trainer is verplicht om twee trainingdagen bij te wonen in Den Haag. Tijdens deze trainingdagen wordt dieper ingegaan op de Voetjebal methode. Stap 6 bestaat uit het voorbereiden van de Voetjebal les: de franchisenemer checkt de sleutel en alarmcode, of er een EHBO kist aanwezig is en of alle materialen aanwezig zijn.

Stap 7: Als de lessen gestart zijn, wordt er samenwerking gezocht met sportclubs, basisscholen, kinderdagverblijven en BSO's.

### **De uitvoering:**

Het Voetjebal programma is onderverdeeld in drie beleefwerelden (stap 8):

- Wereld 1: 2-3-jarigen
- Wereld 2: 3-4-jarigen
- Wereld 3: 4-5-jarigen.

Het programma van één beleefwereld bestaat uit 29 Voetjebal lessen van 45 minuten én een Voetjebal diploma dag (stap 9). De afsluitende diploma dag wordt per stad georganiseerd. De lessen vinden één keer per week plaats. Na inschrijving is de eerste Voetjebal-les altijd een proefles. Mocht de proefles niet bevallen dan maken wij de inschrijving kosteloos ongedaan. Een Voetjebal groep bestaat uit maximaal 10 kinderen. De groepen worden zo ingedeeld dat er geen grote motorische en cognitieve verschillen zijn. Het is de taak van de trainer om te zorgen voor een veilige en uitdagende omgeving door de kinderen positief te benaderen. Verder kijkt de trainer naar de individuele verschillen in karakter en ontwikkelingsniveau en differentieert waar nodig (volgens de differentiatietabel in de handleiding) zodat ieder kind wordt uitgedaagd op zijn/haar niveau en de nodige succeservaringen beleeft.

De Voetjebal kinderen schrijven zich in voor een seizoen, van 29 lessen +1 diplomadag, dat loopt van september tot en met mei, waarbij het mogelijk is tussentijds op te zeggen, als dit om een bepaalde reden wenselijk is. Bijvoorbeeld als het kind op zwemles gaat. Het gros van de kinderen start aan het begin van het Voetjebal seizoen en maakt het seizoen af zodat de kinderen de gestelde doelen, zoals beschreven in hoofdstuk 1.2, kunnen halen.

Mochten er kinderen onverhoopt toch later instromen dan is dit mogelijk tot les 15. Later instromen heeft wel consequenties voor het behalen van de gestelde doelen, deze zullen naar alle waarschijnlijkheid niet worden gehaald binnen het huidige Voetjebal seizoen. Door het werken met de differentiatietabel (zie tabel handleiding) kan de trainer de oefeningen voor de late instromers makkelijker-moeilijker maken zodat het kind wel op zijn/haar niveau kan deelnemen en bewegen en een positieve ontwikkeling zal doormaken en plezier zal beleven aan de Voetjebal lessen.

Voor de trainer zijn er volledig uitgewerkte Voetjebal lessen voor de 3 werelden. De lessen zijn afgestemd op de vaardigheden die van het kind gevraagd worden bij de beweegnormen per FMS of Voetjebal techniek van het Voetjebal programma (zie handleiding tabel Voetjebal technieken en de tabel methodische stappen FMS). De trainers volgen het programma zoals aangegeven in de lessen en zo ook de methodische stappen die in de tabellen zijn uitgewerkt. Per les staan er 2 Voetjebal technieken en 2 FMS vormen centraal die op een speelse en uitdagende vorm worden aangeboden. Er zit veel variatie in de spelvormen waardoor kinderen steeds weer worden geprikkeld om aan de activiteit deel te nemen. O.a. door het aanbieden van verschillende thema's gedurende het seizoen waaronder Pasen, Sinterklaas, Voetjebal op het gras in de buitenlucht, Voetjebal at the beach op het strand en Voetjebal op het ijs op de schaatsbaan. Tevens wordt meerdere keer per 30 lesweken een obstakel parcours uitgezet om het klimmen en klauteren te stimuleren. Alle spelvormen worden ondersteund door speciaal geselecteerde (herkenbare) kindermuziek om op te bewegen wat de les een vrolijk en swingend karakter geeft. Door de FMS vormen en Voetjebal technieken

structureel te herhalen in verschillende spelvormen met verschillende materialen worden de kinderen uitgedaagd om de FMS en Voetjebal technieken kwalitatief te ontwikkelen.

Een voorbeeld van een Voetjebal techniek dribbelen is bijvoorbeeld: in Wereld 1 is het kind in staat te dribbelen met beide voeten en de bal te stoppen met zool.

Een voorbeeld van de FMS balanceren is bijvoorbeeld: In wereld 3 is het kind in staat te Balanceren op 1 voet en een materiaal van de grond te pakken.

De trainer observeert of het kind de beweging naar de norm uitvoert en differentieert waar nodig om voor de succeservaring te zorgen. Op het evaluatieformulier van de training kan de trainer de ontwikkeling van de kinderen in de groep bijhouden.

Op de diploma dag laten de deelnemers nog eenmaal de geleerde vaardigheden zien waarna zij het welverdiende Voetjebal diploma in ontvangst mogen nemen.

De Voetjebal lessen kennen een vaste lesopbouw die bestaat uit de volgende elementen:

- Welkom: de les start altijd vanuit de kring. De kinderen zitten tussen de benen van de ouders en krijgen zo de mogelijkheid om te ontspannen en aandacht te hebben voor hetgeen de Voetjebal trainer tegen hen gaat zeggen. De trainer heet de kinderen welkom en zorgt hiermee voor een open en prettige sfeer.
- Introductie: de trainer deelt de lesdoelen met de ouders en kinderen. Wat gaan we doen vandaag?
- Warming up (Functionele Movement Skills (FMS) bewegingsvormen): tijdens de warming up komen de diverse FMS aan bod. De kinderen imiteren de bewegingen van de dieren die in het warming-up lied voorkomen.
- Voetbaltechniek in spelvorm: de kinderen krijgen spelvormen aangeboden ter bevordering van de voetbaltechniek en motoriek, denk hierbij aan o.a. dribbelen, trappen, hooghouden en het ontwikkelen van balgevoel.
- FMS-bewegingsvormen in spelvorm: elke les is er ruim aandacht voor het ontwikkelen van de FMS in spelvorm.
- Opruimen: de kinderen leren de materialen na gebruik netjes op te ruimen.
- Cooling down (FMS-bewegingsvormen): ook tijdens de cooling down staan de FMS weer centraal. Op muziek worden deze weer geoefend.
- Afsluiting: de les wordt in een kring afgesloten. De kinderen ontvangen een compliment voor de inzet en krijgen een high five van de trainer.

Tijdens de lessen wordt er veelvuldig gebruik gemaakt van een variatie aan materialen (zie de materialenlijst in de handleiding) en tevens de aanwezige grote materialen in de gymzaal zoals kasten, banken en klimrekken ter bevordering van o.a. het klimmen en klauteren. Ook wordt er aandacht besteed aan het ontwikkelen van kennis van het lichaam en de lichaamsdelen, voeding, dieren, taal, rekenen, kleurherkenning en begrippen (zoals naar, voor, achter, etc). De methodische opbouw van de lessen worden per wereld toegelicht in de onderbouwing en handleiding.

### **Evaluatie en nazorg:**

Vanuit Voetjebal Nederland zijn er verschillende bijeenkomsten georganiseerd om te evalueren (stap 10 en 11). Tweemaal per jaar is er een terugkomdag voor de franchisenemers en -trainers op het hoofdkantoor in Den Haag. Deze terugkomdag bestaat uit één dagdeel. Ook komen de franchisenemers eenmaal in de drie maanden een dagdeel naar kantoor om de voortgang in de desbetreffende stad te bespreken. Deze bijeenkomsten en terugkomdagen zijn verplicht.

De kinderen kunnen na het volgen van het beweegprogramma doorstromen naar een vereniging naar keuze. Dit kan een voetbal-, hockey-, korfbal-, tennisvereniging of andere vereniging zijn. Indien de franchisenemer een samenwerking heeft met een club, worden de kinderen ook begeleid naar het reguliere sportaanbod.

## 2. Uitvoering

**Materialen** – max 200 woorden

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

B: Voor wie zijn de materialen bestemd en hoe verkrijgen ze de materialen? Maak eventueel een overzicht in een tabel.

Wat	Fase	Voor wie	Hoe te verkrijgen
Handleiding Voetjebal	Vorbereiding, uitvoering en evaluatie	Franchisenemers	Aanvragen bij interventie eigenaar
Promotiefilmpje	Werving	Franchisenemers	Aanvragen bij interventie eigenaar
Promotiemateriaal (Posters, flyers, beachflags, banners, pennen, A4 papier)	Werving en uitvoering	Franchisenemers	Voetjebalshop.nl
Website + app voor deelnemers (+ backoffice)	Werving en uitvoering	Franchisenemers	Aanvragen bij interventie eigenaar
Voetjebal lessen	Uitvoering	Franchisenemers	Digitaal via Voetjebal cloud omgeving
Voetjebal Muziek	Uitvoering	Franchisenemers	Digitaal via Voetjebal cloud omgeving
Trainingsmaterialen (hoepels, kegels, ringen, etc.)	Uitvoering	Franchisenemers	Aanvragen bij interventie eigenaar
Kleding trainers	Uitvoering	Franchisenemers	Aanvragen bij interventie eigenaar
Stickerboekjes + stickers	Uitvoering	Deelnemers	Voetjebalfanshop.nl Interventie eigenaar
Kleding deelnemers, medailles, sokken, truien	Uitvoering	Deelnemers	Aanvragen bij interventie eigenaar
Evaluatieformulier trainers	Evaluatie	Franchisenemers	Digitaal via Voetjebal cloud omgeving
Evaluatieformulier les	Evaluatie	Franchisenemers	Digitaal via Voetjebal cloud omgeving
Mascotte Voetjebal	Uitvoering	Franchisenemers	Aanvragen bij interventie eigenaar

**Type organisatie en locatie** – max 200 woorden

A: Welk soort organisaties kunnen de interventie uitvoeren? (zie eventueel ook 1.3 voor franchisenemers)

B: Op welk soort locaties kan de interventie worden uitgevoerd en wat zijn hierbij belangrijke randvoorwaarden?

Een franchisenemer kan de interventie uitvoeren op een locatie waar de interventie nog niet wordt aangeboden. De franchisenemer kan een sportvereniging, sportclub of zelfstandig ondernemer zijn. De Voetjebal franchisenemer is eindverantwoordelijk voor het aanbod in zijn/haar regio. Dit betekent dat de franchisenemer exclusiviteit heeft in zijn/haar regio. Zij/hij zorgt voor de werving, kwalitatief goede lessen, begeleiding van de trainers en is het aanspreekpunt voor de deelnemers.

Voetjebal Nederland begeleidt de franchisenemer gedurende de looptijd van de franchise middels persoonlijke coaching gesprekken en franchisemeetings die eenmaal per kwartaal plaatsvinden. Verder zorgt Voetjebal Nederland voor doorontwikkeling van de interventie. De doorontwikkeling van het programma gebeurt in overleg met diverse professionals waaronder bewegingswetenschappers, trainers, pedagogen, muzikanten/producenten en animatieteams. Elk jaar wordt het lesprogramma geëvalueerd en op basis van de laatste inzichten van de reeds genoemde professionals en de ervaringen van ouders/kinderen (die

worden opgehaald bij de professionals) en de franchisenemers van het lesprogramma aangepast/uitgebreid met nieuwe lessenreeksen/muziek.

De interventie wordt uitgevoerd in een gymzaal met een afmeting van zo'n 12 bij 20 meter. De zaal bevindt zich in een kinderrijke buurt zodat de ouders ideaal gezien op de fiets naar de les kunnen komen. De ruimte is geschikt voor de maximale groepsgrootte van 10 kinderen + ouders. Idealiter is er een kast aanwezig waar de trainingsmaterialen opgeslagen kunnen worden. In de maanden mei tot en met augustus kunnen de lessen ook buiten worden gegeven op een sportveld bij een sportvereniging of op het strand. Eisen die zijn verbonden aan de buitenruimte: een goed afgezette ruimte met grasveld of kunstgras welke is gereserveerd voor Voetjebal en goed bereikbaar is voor ouders en hun kinderen.

### **Opleiding en competenties van de franchisenemers** – max 200 woorden

*A: Welk soort professionals en vrijwilligers kunnen de interventie uitvoeren? Geef aan wie eindverantwoordelijk is en wie werkt onder verantwoordelijkheid van een projectleider of supervisor.*

*B: Welke specifieke competenties hebben de franchisenemers nodig in aanvulling op hun standaard professionele competenties?*

#### Franchisenemer Voetjebal

De franchisenemer dient voldoende kennis en ervaring te hebben met het organiseren van sport- en spelactiviteiten voor (jonge) kinderen. Tevens heeft hij/zij de competenties om zelfstandig een Voetjebal franchise te runnen. HBO werk- en denkniveau gericht op ondernemen is een vereiste.

#### De Voetjebal trainer

De uitvoerende trainer moet een PABO, ALO, CIO-achtergrond hebben en moet het Voetjebal Diploma halen om met de interventie te mogen werken. Een VOG is een vereiste om als trainer aan de slag te gaan. De uitvoerende trainer moet zelfstandig kunnen werken aangezien hij/zij verantwoordelijk is voor de eigen leslocatie. Tevens moet hij/zij affiniteit hebben met het werken met deze jonge doelgroep en in staat zijn de methodiek op een juiste manier te onderwijzen met oog voor plezier. Ook moet de uitvoerende trainer in staat zijn om met de ouders te communiceren omdat zij ook deelnemen aan de lessen. De Voetjebal trainer is in dienst bij de franchisenemer van Voetjebal.

### **Kwaliteitsbewaking** – max 200 woorden

*A: Op welke manier bewaak je als interventie eigenaar de kwaliteit van de inhoud en de uitvoering van de interventie?*

*B: Indien van toepassing: Op welke manier faciliteer je de franchisenemers bij kwaliteitsbewaking wanneer er een andere franchisenemer is dan de interventie eigenaar zelf?*

#### Kwaliteitsbewaking door franchisenemer

Voor aanvang van de uitvoering van de interventie ontvangt de franchisenemer uitleg van Voetjebal Nederland. Tijdens het 'onboarden' wordt het hele Voetjebal concept uitgelegd aan de franchisenemer. De franchisenemer is verantwoordelijk voor het functioneren van de uitvoerende trainer. De franchisenemer is werkgever van de trainer. In sommige gevallen is de franchisenemer zelf ook trainer. Hij/zij zorgt ervoor dat zijn/haar trainers het Voetjebal opleidingstraject hebben gevolgd en dat zij tijdens de uitvoering van de interventie worden begeleid. Voetjebal heeft een evaluatieformulier opgesteld die de franchisenemer tweemaal per seizoen doorneemt met de uitvoerende trainer. Tijdens deze gesprekken worden de goede punten en verbeterpunten besproken met de trainer. Ook formuleren de franchisenemer en trainer ontwikkeldoelen voor de trainer. Tijdens het vervolgesprek wordt de voortgang besproken.

#### Kwaliteitsbewaking door Voetjebal Nederland

Voetjebal Nederland heeft de Voetjebal Scan opgesteld. Deze scan wordt tweemaal per jaar uitgevoerd. Een werknemer van Voetjebal Nederland bezoekt de locatie(s) van de franchisenemer en voert de scan uit. De scan heeft betrekking op: de uitstraling en de kwaliteit van de lessen (zie Voetjebal Scan Origineel). De scan wordt besproken met de franchisenemer en er worden ontwikkeldoelen geformuleerd. Viermaal per jaar zijn er bijeenkomsten voor franchisenemers, tweemaal online en tweemaal live. Tijdens deze bijeenkomsten

worden ervaringen en best practices gedeeld. Tevens staat er één thema centraal waarvoor een externe specialist wordt uitgenodigd.

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

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

- Startkapitaal om een franchiseonderneming op te starten (zie kosten hieronder).
- Beschikbaarheid van zaalruimte.
- Beschikbaarheid van trainers.
- Trainers die opgeleid zijn volgens de Voetjebal methode.
- Minimaal zes deelnemers met hun ouders per leeftijdsgroep.
- Bereidheid van ouders om actief deel te nemen.
- Ouders moeten de financiële middelen hebben om deel te kunnen nemen aan de interventie en naar de locatie te komen.
- Betrokkenheid en eigenaarschap van franchisenemer en trainer.

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

*A: Op welke manier faciliteer je als interventie eigenaar de implementatie van de interventie wanneer je zelf de franchisenemer van de interventie bent? Wat gebruik je hierbij? Hoe doe je dat?*

*B: En op welke manier faciliteer de implementatie van de interventie wanneer er andere franchisenemers en franchisenemers zijn dan de interventie eigenaar zelf? Geef een samenvatting.*

Voetjebal Nederland heeft een duidelijke visie ontwikkeld en deze visie vastgelegd in het Voetjebal Handboek om tot een succesvolle implementatie te komen. In het handboek zijn de 12 stappen uit 1.3 helder uitgeschreven zodat de franchisenemer deze als leidraad kan gebruiken bij de implementatie van Voetjebal.

De implementatie ziet er als volgt uit:

1. Voetjebal deelt het handboek met de franchisenemer.
2. Voetjebal geeft de franchisenemer toegang tot de Voetjebal Drive omgeving waar benodigde informatie voor een succesvolle implementatie te vinden is.
3. Voetjebal voegt de franchisenemer toe aan de Voetjebal Microsoft Teams groep voor de online meetings.
4. Voetjebal voegt de franchisenemer toe aan de Voetjebal app groep waarin urgente informatie wordt gedeeld.
5. Voetjebal Nederland biedt de franchisenemer een verplichte cursus aan op het hoofdkantoor van Voetjebal Nederland, tijdens deze cursus staat de implementatie van het programma centraal.
6. De franchisenemer krijgt een accountmanager aangewezen vanuit Voetjebal Nederland. De eerste 2 jaar ontvangt de franchisenemer intensieve ondersteuning van deze accountmanager, bij elke stap van 1.3 (Aanpak) overlegt de accountmanager met de franchisenemer en adviseert waar nodig.

Daarnaast organiseert Voetjebal Nederland:

1. Per kwartaal een meeting voor alle uitvoeders. Tijdens deze meetings worden best practices gedeeld.
2. Franchisenemers die in dezelfde fase van de implementatie zitten worden aan elkaar gekoppeld zodat zij met elkaar kunnen sparren en ideeën uit kunnen wisselen.
3. Jaarlijks organiseert Voetjebal Nederland een event voor de franchisenemers van het programma. Er wordt een externe specialist uitgenodigd die een belangrijk thema behandelt. Verder is dit een moment waarop de franchisenemers elkaar beter kunnen leren kennen en ervaringen uit kunnen wisselen.

### **Kosten** – max 200 woorden

*Wat zijn de kosten van de interventie? Geef aan welke kostenposten er zijn en wie welke kosten betaalt.*

*Benoem hierbij zowel de personele kosten (in aantallen uren) als de materiële kosten. Geef ook aan welke kosten eenmalig zijn (aanschaf materiaal bijvoorbeeld) en welke kosten structureel zijn. Bijvoorbeeld bij*

uitvoering op meerdere locaties of bij herhaling van de interventie. Werk met een tabel waarin de kosten goed inzichtelijk zijn.

#### Kostenoverzicht

<b>Kostenposten vast</b>	<b>Voor wie</b>	<b>Bedrag</b>
<b>Eenmalig</b>		
Opstart fee	Franchisenemer	EUR 600 per regio
Basisopleiding	Franchisenemer	EUR 500
Starterspakket (materiaal, kleding trainers, marketingmateriaal)	Franchisenemer	EUR 2000
<b>Periodiek</b>		
Website + backoffice	Franchisenemer	EUR 500 per jaar
Bankkosten	Franchisenemers	EUR 5 per maand
Telefoon	Franchisenemer	EUR 25 per maand
Opleiding franchisenemer	Franchisenemer	EUR 100 per jaar
<b>Kostenposten variabel</b>		
Zaalhuur	Franchisenemer	EUR 27,50 per uur gemiddeld
Campagnes Social Media	Franchisenemer	EUR 25 per maand
Franchise fee	Franchisenemer	10 % van Bruto omzet naar Voetjebal NL (minimum voorschot in overleg)
<b>Personeelskosten</b>		
Basiscursus trainer	Franchisenemer	EUR 200 per trainer per jaar + 8 uur voor het volgen van de training
Volgen intervisie	Franchisenemer	20 uur per jaar
Voetjebal trainer	Franchisenemer	EUR 17,50 per lesuur. Vorbereiding + opruimen = 45 minuten per lesdag. 4 lessen is 4 uur = EUR 70
Trainer inhuren bij andere franchisenemer	Franchisenemer	EUR 42,50 per uur
Coördinatie van de interventie in de regio	Franchisenemer	Variabel per gebied

De kosten voor de zaalhuur alsmede de eigen financiële bijdrage van de deelnemers van EUR 10,50 (ex btw) per les zijn variabel en variëren per regio. Het rekenvoorbeeld in de bijlage geeft een indicatie van de kosten en opbrengsten voor de gehele interventie van 30 weken (29 lessen en de diplomadag). De totale kosten bij 40 deelnemers (4 groepen van 10) zijn in het eerste jaar EUR 282,- per kind en in het tweede jaar EUR 205,- per kind. De opbrengst is EUR 315,- per kind in zowel het eerste als het tweede jaar van de interventie.



### 3. Onderbouwing

#### Probleem – max 400 woorden

*Voor welk probleem of (mogelijk) risico is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, ernst, spreiding en gevolgen van het probleem of risico. Baseer je tekst op enkele bronnen en benoem de bronnen in het hoofdstuk 'Aangehaalde literatuur'.*

Voetjebal is ontwikkeld om de groeiende motorische achterstand van kinderen aan te pakken. Op jonge leeftijd (0-5 jaar) vindt een essentiële periode plaats waarin het kind in aanraking moet komen met fysieke activiteiten waarin fundamentele vaardigheden zoals locomotie en manipulatieve vaardigheden worden geleerd (Ward et al., 2010; Williams et al., 2008). Hiermee wordt een basis gelegd voor motorische vaardigheden welke essentieel zijn voor alledaagse activiteiten (Cliff et al., 2009; Robinson et al., 2012). Daarnaast toont onderzoek dat het voorkomen van een motorische achterstand voor het zevende jaar beter is dan het inhalen daarvan op latere leeftijd (Bailey, 2017).

Cijfers uit Nederland laten zien dat vijf tot tien procent van de Nederlandse kinderen tussen de 4 en 10 jaar een motorisch achterstand heeft (Timmermans, 2010). Recenter, in het rapport van Sport en Beweeggedrag van 2020, is gerapporteerd dat slechts 61% van alle kinderen tussen de 4 en 12 jaar voldoet aan de beweegrichtlijn (Duijvestijn et al., 2020). Het niet halen van de richtlijnen heeft gevolg op de motorische ontwikkeling van de kinderen en kan leiden tot een motorische achterstand. Een motorische achterstand kan fysieke problemen met zich meenemen zoals overgewicht, diabetes en cardiovasculaire aandoeningen (Rodrigues et al., 2015) en mindere (sport)activiteit op latere leeftijd (Lloyd et al., 2014). De motorische achterstand heeft dus niet alleen negatieve gevolgen voor het individu, maar ook voor de maatschappij, bijvoorbeeld in de sectoren gezondheidszorg en arbeid.

Daarnaast heeft de motorische ontwikkeling van het kind ook een relatie tot de cognitieve ontwikkeling. Zo kan een motorische achterstand op jonge leeftijd leiden tot problemen met de cognitieve ontwikkeling (Leonard & Hill, 2014). Andersom kan de cognitieve ontwikkeling gestimuleerd worden door fysieke activiteit (Roebbers & Kauer, 2009; Van Der Fels et al., 2015). Een motorische achterstand kan, naast problemen met de cognitieve ontwikkeling, ook leiden tot psychosociale problemen (Veldman et al., 2016) waaronder een lager zelfbeeld (Skinner & Piek, 2001; Emck et al., 2009) en emotionele problemen (Emck et al., 2009).

#### Oorzaken – max 400 woorden

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

Welke factoren de motorische achterstand bij kinderen veroorzaken, kan beschreven worden aan de hand van het regenboogmodel van Dahlgren-Whitehead (Dahlgren et al., 1991). Dit model is een algemeen model voor gezondheidsbevordering en beschrijft de oorzakelijke factoren op drie niveaus: (1) individuele factoren en leefstijl, (2) de sociale omgeving, woonomgeving en kinderopvang/school en (3) maatschappelijke ontwikkelingen en trends die invloed hebben op de motorische achterstand.

##### *Individuele factoren en leefstijl*

In Nederland zien we dat jonge kinderen **te weinig bewegen**. Zoals eerder aangegeven voldoet slechts 61% van alle kinderen tussen de 4 en 12 jaar aan de beweegrichtlijn (Duijvestijn et al., 2020). Uit dit rapport komt ook naar voren dat slechts 65% van de kinderen (4-12 jaar) wekelijks sport. Kinderen van 2 jaar zijn gemiddeld slechts 14% van de dag lichamelijk actief. Dat kinderen te weinig bewegen en sporten komt onder andere door de opkomst van **activiteiten die zittend kunnen plaatsvinden** zoals videogames, televisie, TikTok en andere vormen van sociale media. Hierdoor brengen kinderen van 4-12 jaar gemiddeld 7,3 uur per dag zittend door (Stiglic & Viner, 2019). Daarnaast laat onderzoek zien dat een **gebrek aan zelfvertrouwen en plezier** leidt tot een lagere beweegdeelname en uiteindelijk tot een motorische achterstand, deze motorische achterstand zorgt weer voor dat kinderen vanaf de leeftijd van 7 jaar minder bewegen en minder participeren in sport- en spelactiviteiten (Stodden et al., 2008). Hierdoor interacteren de kinderen minder met de omgeving, waardoor de perceptueel-cognitieve vaardigheden minder ontwikkelen (Button et al., 2020).

Zelfvertrouwen en plezier zijn dus essentieel voor jonge kinderen om te gaan bewegen en in beweging te blijven.

#### *Sociale omgeving en woonomgeving*

Naast dat kinderen voldoende moeten bewegen, is het voor de motorische ontwikkeling ook van belang dat kinderen gericht bewegen in een **uitdagende en gevarieerde omgeving** zodat zij de fundamentele bewegingsvaardigheden (zoals lopen, rennen, rollen, zwaaien, gooien, klimmen, klauteren en vangen) leren (Stodden et al., 2013). Onderzoek van Jantje Beton laat zien dat kinderen (4-15 jaar) vaker binnen dan buiten spelen (58%) en dat 22 procent van de kinderen nooit of 1 keer per week buiten speelt. In de leeftijd van 4 tot 8 jaar geeft 30% van de kinderen aan meer dan drie keer per week buiten. Daarnaast geeft deze leeftijdsgroep aan dat er binnen leuk(er) speelgoed en spelletjes zijn (52%), dat er te weinig speelplekken zijn (17%) of dat het niet van de ouders mag (10%) (Kaal, 2023). Hier komt **de rol van de ouder/verzorger** dus ook om de hoek kijken. 'Ouders willen de controle houden omdat de leefomgeving voor hun gevoel niet veilig genoeg is om een kind vrijheid te geven.' Er worden nieuwe 'veiligere' speelomgevingen gecreëerd waardoor speeltoestellen niet altijd uitdagend genoeg zijn voor kinderen om te leren (Wichers, 2020; Guadagnoli & Lee, 2004)

#### *Maatschappelijke ontwikkelingen en trends*

De maatschappelijke ontwikkelingen die een rol spelen zijn onder andere de **Covid-19 pandemie** waardoor kinderen meer tijd achter een scherm zitten (Bates et al., 2020). Met de digitalisering is ook de groei ontstaan van **Esports**. Kinderen komen vaker in aanraking met gamen als sport in plaats van buitensport (Rudolf et al., 2020). Verder laat de literatuur en praktijk zien dat ouders hun kinderen steeds minder stimuleren om te bewegen en wordt al snel een mobiel apparaat aan het kind gegeven (Chassiakos et al., 2016; C.S. Mott Children's Hospital poll, 2014).

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

*Welke hiervoor beschreven en beïnvloedbare factoren pakt de interventie aan en welke onder 1.2 benoemde (sub)doelen horen daarbij? Gebruik bij voorkeur de tabel uit de handleiding.*

Binnen Voetjebal worden de volgende van bovengenoemde oorzakelijke factoren aangepakt.

<b>Factor</b>	<b>Subdoel</b>
Weinig (gevarieerd) beweeggedrag	Na de interventie zijn de fundamentele bewegingsvaardigheden van 80% van de kinderen verbeterd: locomotie, balans, object controle en het ontdekken van bewegings- en handelingsmogelijkheden.
Plezier	Na de interventie heeft 90% van de kinderen meer plezier in bewegen.
Zelfvertrouwen	Na de interventie heeft 80% van de kinderen meer zelfvertrouwen in bewegen.
Rol van de ouder/verzorger	Na de interventie kunnen 70% van de ouders hun jonge kinderen stimuleren in de motorische ontwikkeling.

#### **Verantwoording** – max 1000 woorden

*Maak aannemelijk dat met de aanpak en opzet van de interventie, gerelateerd aan de aan te pakken factoren, de doelen bij deze doelgroep daadwerkelijk bereikt kunnen worden.*

Voetjebal is gebaseerd op het concept van physical literacy. Physical literate zijn betekent dat je competenties, motivatie, kennis en het vertrouwen hebt om een leven lang te bewegen. Het is dus meer dan alleen 'motorisch vaardig' zijn (Dudley et al., 2017; Young et al., 2019). Het focust ook op zelfvertrouwen, motivatie en interactie met de wereld (Edwards et al., 2017). Dit wordt bereikt door een grote variatie van oefenvormen waarbij de kinderen worden uitgedaagd om fysieke, sociale, educatieve en cognitieve competenties te ontwikkelen. De oefenvormen worden gekenmerkt door het creëren van eigen

handelingsmogelijkheden met verschillende voorwerpen, materialen en omgevingen. Hierbij wordt de visie van de niet-lineaire pedagogiek gevolgd waarin centraal staat dat gedrag ontstaat door zelforganisatie (Button et al., 2020). Daarvoor creëert de trainer kaders zodat de kinderen, samen met de ouder(s), op ontdekkingsstocht kunnen gaan en steeds uitdagendere vormen aankunnen. De oefeningen worden per wereld uitdagender gemaakt door het hanteren van methodische stappen. Hierdoor worden de kinderen vaardiger in desbetreffende motorische vaardigheid. Als voorbeeld voor de FMS locomotorische vaardigheden lopen de kinderen in wereld 1, rennen de kinderen in verschillende richtingen in wereld 2 en tikken de kinderen in wereld 3. Voor balans bijvoorbeeld zijn spelletjes in wereld 2 op een brede balk en in wereld 3 op een smalle balk. Zie het handboek van Voetjebal voor meer voorbeelden en de differentiaties van introducerende naar uitdagende oefenvormen.

Kinderen kunnen zodoende op hun eigen niveau blijven ontwikkelen en worden competent via hun eigen vermogen. De kinderen leren expliciet en impliciet. Bij het praatje/plaatje laat de trainer de juiste uitvoering zien en legt deze verbaal uit. Vervolgens wordt een spelvorm aangeboden met een bepaald (beweeg)doel zodat de kinderen impliciet bekwaam worden in de centrale vaardigheden (motoriek, cognitief, sociaal-emotioneel en ouder-kind relatie). Hieronder is verantwoord hoe elk subdoel behaald wordt.

### **Motorische vaardigheden**

Gedurende de lessen Voetjebal staat de ontwikkeling van *functional movement skills* (FMS) centraal. De ontwikkeling van de FMS, balans, manipulatieve/object controle en locomotorische vaardigheden (Gallahue et al., 2011) hebben een prominente rol in de basis van fysieke activiteit op latere leeftijd (Lloyd et al., 2014) en zijn daarnaast een essentiële component voor de ontwikkeling van fysieke, sociale en mentale gezondheid (Bremer & Cairney, 2018).

Uit de procesevaluatie blijkt dat Voetjebal bijdraagt aan de motorische ontwikkeling van het kind. 88.1% van de ouders zagen bij hun kind(-eren) een zichtbare verbetering van de motoriek.

Een voorbeeld hoe Voetjebal motorische vaardigheden uitdaagt:

- Dynamische balans, springen en landen (wereld 1 en 2). De ouder ligt op de buik (als een surfplank) en het kind staat als een surfer op de plank. De kinderen blijven op de plank staan ondanks de hoge golven. Als de muziek uitgaat zijn de surfers op het strand aangekomen. Zij springen met twee voeten van de plank af en landen met twee voeten op het zand. We herhalen dit 2 à 3 keer.

### **Zelfvertrouwen en plezier tijdens bewegen**

Zelfvertrouwen en plezier is expliciet gelinkt met het physical literacy framework waarbij motorisch bekwaam worden expliciet is gekoppeld aan de wil en plezier om het bewegen te herhalen of ook in een andere omgeving uit te voeren (Cairney et al., 2019). Wanneer men een laag zelfvertrouwen heeft in het eigen kunnen, dan blijkt dat men in een "negatieve spiraal van onthouding" kan komen. Dat betekent dat men minder gaat sporten wanneer men ervaart minder competent te zijn, het minder sporten kan er weer voor zorgen dat men minder competent wordt (Stodden et al., 2008). Daarnaast blijkt dat kinderen (5-8 jaar) hun handelingscapaciteiten overschatten (Liong et al., 2015), waardoor ze een groter risico lopen om te falen en in deze negatieve spiraal te belanden. Dit kan leiden tot minder bekwaamheid van FMS en minder fysieke activiteit op latere leeftijd (Lloyd et al., 2014).

Het plezier wordt tijdens het beweegprogramma verhoogd op basis van het werk van Dr. Amanda Visek. De kinderen worden positief gecoacht, de kinderen boeken vooruitgang, de kinderen zijn onderdeel van een groep met vriendjes en de kinderen hebben eigen rituelen en hebben plezier in het bewegen (Visek et al., 2014). Het laatste wordt bij elke Voetjebal les gewaarborgd door leuke en fantasierijke spelvormen te gebruiken tijdens de oefeningen.

Zelfvertrouwen in het bewegen wordt tijdens het beweegprogramma gestimuleerd doordat tijdens de interventie waarbij het durven stellen van vragen, het durven proberen en de stimulatie van nieuw gedrag wordt aangemoedigd (Dweck & Yeager, 2019). Dit wordt onder meer gedaan door gebruik te maken van de zone van naaste ontwikkeling, beschreven door Vygotsky (1962). De trainer kan de stof dermate

differentiëren dat deze, het kind uitdaagt met een opdracht net boven het niveau van het kind waarbij de hulp van een peer of de ouder helpt om net dat stapje te maken en het kind bewust te laten worden van eigen handelingscapaciteiten. Daarnaast heeft 'samen spelen' een positief effect in het contact met coaches, leeftijdsgenoten en vrienden waardoor ze verbondenheid voelen (Eime et al., 2013).

Uit de procesevaluatie blijkt dat zowel de ouders (98.9%), als hun kind(eren) (98.9%) plezier hebben gehad tijdens Voetjebal.

## **Intermediairs**

### **Ouders**

De ouders worden betrokken bij de lessen zodat zij de vaardigheden leren om de motorische ontwikkeling van hun kind te kunnen stimuleren. Uit onderzoek naar ouders blijkt namelijk dat ze een belangrijke rol hebben in het stimuleren van fysieke activiteit van voorschoolse kinderen (Nesteruk et al., 2020; Morgan et al., 2022). Hoewel de beschreven interventie van de genoemde onderzoeken niet gelijk is aan Voetjebal, benadrukken de resultaten wel het belang van informatieverstopping aan, en actieve deelname van ouders. Tijdens de Voetjebal les doet in ieder geval één van de ouders actief mee aan de lessen door de coach te zijn van het kind. De ouder observeert en hoort van de instructeur hoe de juiste uitvoering moet worden gerealiseerd en past dit vervolgens toe bij het eigen kind. Op deze manier wordt er observationeel geleerd in combinatie met simpele verbale instructie (Williams & Hodges, 2005). Daarnaast leert de ouder hoe het kind geïnstrueerd kan worden in de beleveniswereld van het kind door middel van analogie leren (beeldspraak) (Liao & Masters, 2001). De instructeur stimuleert ook een growth mindset bij de ouders waarbij het stellen van vragen en het proberen van nieuw gedrag wordt aangemoedigd (Dweck & Yeager, 2019).

De ouder legt bijvoorbeeld materialen klaar, laat de uitvoering zien en geeft het kind instructies over de uitvoering van de oefeningen. Op het moment dat de ouders met de kinderen individueel aan de slag gaan, lopen de trainers rond en geven ze effectieve coaching. Dat wil zeggen dat de trainers zowel ouders als kinderen tips en feedback geven op de uitvoering en begeleiding.

Het observeren en uitvoeren van deze rol geeft de ouder de kans om de trainer te modeleren en onder begeleiding te oefenen en zo de vaardigheden te ontwikkelen (Bandura, 1986) om het kind te stimuleren in de motorische ontwikkeling.

De ouders worden geïnformeerd over deze actieve deelname door informatie voor de interventie middels een brief, voor de les dat de telefoon moet worden weggelegd en tijdens de interventie middels expliciete opdrachten wat er van ze verwacht wordt.

Een voorbeeld hoe de ouder tijdens Voetjebal de motorische ontwikkeling van zijn of haar kind stimuleert:

- 'Penaltnemen': De instructeur legt uit en laat zien hoe een penalty genomen kan worden aan de hele groep. De instructie is als volgt voor de kinderen: ga voor de bal staan, neem een aanloop (doe twee grote stappen naar achter alsof je over een grote plas water moet stappen), beweeg dan naar de bal en trap ertegenaan (vuur de raket af) met de binnenkant van je voet naar het doel toe (aanwijzen van het voetdeel).
- Vervolgens gaan kind en ouder naar een apart gedeelte van de zaal en gaan dit zelf oefenen. De ouder doet voor en legt nogmaals uit. Het kind trapt de bal en het ouder stimuleert het trappen door in te gaan op de belevingswereld van het kind.

## 4. Onderzoek

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

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

*Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan naar de realisatie en uitvoering van de interventie. Beschrijf compact de uitkomsten van het onderzoek en geef aan op welke manier de uitkomsten van het onderzoek eventueel zijn verwerkt in de opzet en beschrijving van de interventie*

*Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van ieder genoemd onderzoek mee.*

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie, onderzoeksperiode en publicatiedatum (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 franchisenemers en doelgroep, succes- en faalfactoren, en -indien beschikbaar- de uitvoerbaarheid, de randvoorwaarden en de omgevingsvariabelen.
- d) Geef ook aan op welke manier de uitkomsten van het onderzoek en eventuele aanbevelingen zijn verwerkt in de opzet en beschrijving van de interventie. Hierbij mogen de uitkomsten van meerdere onderzoeken gecombineerd worden.

#### **Interne procesevaluatie**

de Joode, T. (2022) *Procesevaluatie beweegprogramma Voetjebal*.

Om het bereik, de waardering en uitvoering van Voetjebal te evalueren is gebruik gemaakt van online vragenlijst onderzoek. De procesevaluatie is in de periode van jan-juni 2022 in vijf gebieden uitgevoerd met in totaal 15 locaties. Franchisenemers (n=5), trainers (n=16) en ouders (n=176) met hun kind(eren) (n=175) hebben de vragenlijsten ingevuld. De vragen betroffen zowel open als gesloten vragen. Tevens werd de smileyometer met een 1-5 Likert schaal gebruikt om de ervaringen van de kinderen in kaart te brengen.

Het bereik van het programma groeit doordat er meer samenwerkingen zijn en ontstaan met externe partners. Hierdoor ontstaan er steeds meer regionale Voetjebal sportinitiatieven waardoor deze jonge doelgroep steeds meer mogelijkheden tot bewegen krijgen. Het beoogde aantal deelnemers van het geëvalueerde kalenderjaar was ruimschoots bereikt.

Zowel franchisenemers als trainers zijn positief over het beweegprogramma. Het programma heeft opgeleverd wat de trainers ervan hadden verwacht en is grotendeels volgens plan uitgevoerd. 87% van de trainers gaf aan het handboek in grote lijnen te volgen. Soms pasten zij oefeningen iets aan om beter aan te sluiten bij het niveau, de wensen en grootte van de groep. Een verbeterpunt is dat de oefeningen (met name voor de allerjongsten) meer divers gemaakt kunnen worden. Er werd tevreden gereageerd dat er een continue ontwikkeling is van het beweegprogramma door jaarlijks nieuwe en verbeterde oefeningen uit te schrijven. Voetjebal werd standaard in de zaal gegeven maar door de ervaring met Corona wordt Voetjebal ook buiten gegeven. Uit de evaluatie kwam naar voren dat dit heel positief werd ontvangen.

Ouders en hun kind(eren) zijn ook positief over het beweegprogramma. Naast plezier en interactie met hun ouder, leren de kinderen ontzettend veel. De interactie met de train(st)er werd als leuk bestempeld evenals de spelletjes en het bewegen met andere kinderen en hun ouders. Sommige ouders gaven aan dat ze niet verwacht hadden dat Voetjebal zo'n breed beweegprogramma is. Ouders benoemden ook een aantal verbeterpunten, waaronder: meer diverse oefeningen, de lessen vaker buiten laten plaatsvinden in de lente- en zomermaanden en meer oefeningen als team i.p.v. ouder en kind.

Deze resultaten leiden tot de volgende aanbevelingen:

- Betere communicatie naar ouders over de inhoud van het beweegprogramma voor aanvang.

- Bij trainers nagaan welke oefeningen te moeilijk zijn en waarom, waarna Voetjebal variaties aan kan brengen voor de desbetreffende doelgroep of de trainers duidelijk kan maken dat niet elk kind al competent hoeft te zijn in elke oefening.
- Meer lessen buiten laten plaatsvinden (voor zover dit niet al gedaan wordt).

De aanbevelingen uit deze evaluatie worden gebruikt om het programma door te ontwikkelen. Het nieuwe seizoen zal dit jaar starten met een vernieuwde versie van het lesprogramma. Zo wordt er vanaf mei met nieuwe concepten gestart: Voetjebal op het gras, op het strand en in de winter op het ijs.

## 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?*

*Let op: dit onderdeel (4.2) alleen invullen voor het niveau 'Effectief'.*

*Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan met welke uitkomsten. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van iedere genoemde studie mee.*

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie, onderzoeksperiode en publicatiedatum.
- 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. Werk eventueel met een tabel of ander schema.

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

## 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*

De kracht van het programma is dat voetbal als middel wordt gebruikt om de motorische vaardigheden van jonge kinderen te ontwikkelen.

Maar Voetjebal is meer dan alleen 'motorisch vaardig' zijn. Het beweegprogramma focust op zelfvertrouwen, motivatie, interactie met de wereld en bovenal plezier.

- Voetjebal mag alleen door franchisenemers worden aangeboden. Elk kwartaal is er een meeting voor franchisenemers waarin best practices worden gedeeld.
- Trainers zijn verplicht tot het volgen van de Voetjebal opleiding. In deze opleiding leren trainers het programma aan te bieden volgens de Voetjebal methode.
- Tijdens de lessen staat de ontwikkeling van de FMS centraal. Het Voetjebal programma kent per FMS een methodische opbouw zodat de kinderen door het volgen van het programma de FMS steeds beter gaan beheersen. De FMS worden aangeboden in gestructureerde en ongestructureerde fantasierijke spelvormen.
- Elke Voetjebal les heeft een vaste opbouw: een welkomstkring, introductie, warming up, voetbaltechniek in spelvorm, FMS-bewegingsvormen in spelvorm, gezamenlijk opruimen, cooling down en afsluiting in een kring.
- Het programma biedt mogelijkheden voor differentiatie, zodat ieder kind op zijn of haar niveau kan bewegen.
- Plezier staat centraal in het beweegprogramma.
- Het programma is afgestemd op de jonge doelgroep in de leeftijd 2 tot met 5.
- Ouders worden betrokken waardoor ze de vaardigheden leren om de motorische ontwikkeling van hun kind te kunnen stimuleren.
- Korte lessen die laagdrempelig toegankelijk zijn.
- Langdurig traject leidt tot gedragsbestendiging.
- Aansluiting waar mogelijk met regulier sportaanbod zodat ze door kunnen stromen.



## 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).

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bates, L. C., Zieff, G., Stanford, K., Moore, J. B., Kerr, Z. Y., Hanson, E. D., Gibbs, B. B., Kline, C. E., & Stoner, L. (2020). COVID-19 Impact on Behaviors across the 24-Hour Day in Children and Adolescents: Physical Activity, Sedentary Behavior, and Sleep. *Children* 2020, Vol. 7, Page 138, 7(9), 138. <https://doi.org/10.3390/CHILDREN7090138>
- Bailey, R. (2017). Why the first ten years? ICCSPE congress, Rheinsberg DE.
- Bremer, E., & Cairney, J. (2018). Fundamental Movement Skills and Health-Related Outcomes: A Narrative Review of Longitudinal and Intervention Studies Targeting Typically Developing Children. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 12(2), 148–159. <https://doi.org/10.1177/1559827616640196>
- Button, C., Seifert, L., Chow, J. Y., Araújo, D., & Davids, K. (2020). *Dynamics of Skill Acquisition* (2de editie). *Human Kinetics*.
- Cairney, J., Clark, H., Dudley, D., & Kriellaars, D. (2019). Physical literacy in children and youth—a construct validation study. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(2), 84–90. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0270>
- Chassiakos Y, Radesky J, Christakis D, et al., (2016). AAP council on communications and media Children and Adolescents and Digital Media. *Pediatrics*;138(5): e20162593
- Cliff, D. P., Okely, A. D., & Mckeen, K. (2009). Relationships between fundamental movement skills and objectively measured physical activity in pre-school children. *Pediatric Exercise Science*, 21(4), 436–449. <https://ro.uow.edu.au/edupapers/496>
- Collard, D.C.M., Chinapaw, M.J.M., Verhagen, E., Valkenberg, H., & Lucassen, J.M.H. (2014). Motorische fitheid van basisschoolkinderen (10-12 jaar): factoren geassocieerd met kracht, snelheid, lenigheid en coördinatie. Utrecht: Mulier Instituut
- C.S. Mott Children's Hospital National Poll on Children's Health. Screening out screen time: parents limit media use for young children.. 2014;21(1):1–2. Available at: [www.mottnpch.org/reports-surveys/screening-out-screentime-parents-limit-media-use-youngchildren](http://www.mottnpch.org/reports-surveys/screening-out-screentime-parents-limit-media-use-youngchildren)
- David Gallahue, John Ozmun, & Jacqueline Goodway. (2011). *Understanding Motor Development* Infants, Children, Adolescents, Adults. *McGraw-Hill*, 7.
- Dahlgren G, Whitehead M. Policies and strategies to promote social equity in health. Background document to WHO - Strategy paper for Europe. Institute for Futures Studies, Arbetsrapport. 1991;14.
- Dudley, D., Cairney, J., Wainwright, N., Kriellaars, D., & Mitchell, D. (2017). Critical Considerations for Physical Literacy Policy in Public Health, Recreation, Sport, and Education Agencies. *Quest*, 69(4), 436–452. <https://doi.org/10.1080/00336297.2016.1268967>
- Duijvestijn, M., Schurink, T., van den Berg, S., Euser, S., Wendel-Vos, W. (2020), Rapport Sport- en Beweggedrag in 2020. Opgehaald van: <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/documenten/rapport-sport-en-beweggedrag-in-2020>
- Dweck, C. S., & Yeager, D. S. (2019). Mindsets: A View From Two Eras. *Perspectives on Psychological Science*, 14(3), 481–496. <https://doi.org/10.1177/1745691618804166>
- Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Jones, A. M. (2017). Definitions, Foundations and Associations of Physical Literacy: A Systematic Review. *Sports Med*, 47, 113–126. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0560-7>
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, 1. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Emck, C., Bosscher, R., Beek, P., & Doreleijers, T. (2009). Gross motor performance and self-perceived motor competence in children with emotional, behavioural, and pervasive developmental disorders: a review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 51(7), 501–517. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8749.2009.03337>
- Guadagnoli, M. A., & Lee, T. D. (2004). Challenge Point: A Framework for Conceptualizing the Effects of Various Practice Conditions in Motor Learning. In *Journal of Motor Behavior* (Vol. 36, Issue 2, pp. 212–224). <https://doi.org/10.3200/JMBR.36.2.212-224>
- Leonard, H. C., & Hill, E. L. (2014). Review: The impact of motor development on typical and atypical social cognition and language: a systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*, 19(3), 163–170.



<https://doi.org/10.1111/camh.12055>

- Liao, C. M., & Masters, R. S. W. (2001). Analogy learning: A means to implicit motor learning. *Journal of Sports Sciences*, 19(5), 307–319. <https://doi.org/10.1080/02640410152006081>
- Liong, G. H. E., Ridgers, N. D., Barnett, L. M. (2015). Associations Between Skill Perceptions and Young Children's Actual Fundamental Movement Skills. *Perceptual & Motor Skills: Physical Development & Measurement*, 120,2: 591-603.
- Lloyd, M., Bremer, E., Saunders, T. J., & Tremblay, M. S. (2014). *Long-Term Importance of Fundamental Motor Skills: A 20-Year Follow-Up Study Autism, Motor Skill and Physical Activity View project Developing a physical literacy assessment for individuals with intellectual and developmental disabilities View project*. <https://doi.org/10.1123/apaq:2013-0048>
- Morgan, P. J., Grounds, J. A., Ashton, L. M., Collins, C. E., Barnes, A. T., Pollock, E. R., Kennedy, S.-L., Rayward, A. T., Saunders, K. L., Drew, R. J., & Young, M. D. (2021). Impact of the "Healthy Youngsters, Healthy Dads" program on physical activity and other health behaviours: a randomised controlled trial involving fathers and their preschool-aged children. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13424-1>
- Neshteruk CD, Jones DJ, Skinner A, Ammerman A, Tate DF, Ward DS. Understanding the Role of Fathers in Children's Physical Activity: A Qualitative Study. (2020). *J Phys Act Health.*, 1;17(5):540-547. doi: 10.1123/jpah.2019-0386.
- Robinson, L. E., Wadsworth, D. D., & Peoples, C. M. (2012). Correlates of school-day physical activity in preschool students. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 83(1), 20–26. <https://doi.org/10.1080/02701367.2012.10599821>
- Roebbers, C. M., & Kauer, M. (2009). Motor and cognitive control in a normative sample of 7-year-olds. *Developmental Science*, 12(1), 175–181. <https://doi.org/10.1111/J.1467-7687.2008.00755>.
- Rodrigues, L. P., Stodden, D. F., & Lopes, V. P. (2015). Developmental pathways of change in fitness and motor competence are related to overweight and obesity status at the end of primary school. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 19, 87–92.
- Rudolf, K., Bickmann, P., Froböse, I., Tholl, C., Wechsler, K., & Grieben, C. (2020). Demographics and Health Behavior of Video Game and eSports Players in Germany: The eSports Study 2019. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 1870. <https://doi.org/10.3390/ijerph17061870>
- Skinner RA, Piek JP. Psychosocial implications of poor motor coordination in children and adolescents. *Hum Mov Sci.* 2001 Mar;20(1-2):73-94. doi: 10.1016/s0167-9457(01)00029-x. PMID: 11471399.
- Stiglic, N., & Viner, R. M. (2019). Effects of screentime on the health and well-being of children and adolescents: a systematic review of reviews. *BMJ Open*, 9(1), 23191. <https://doi.org/10.1136/BMJOPEN-2018-023191>
- Stodden, D. F., True, L. K., Langendorfer, S. J., & Gao, Z. (2013). Associations among selected motor skills and health-related fitness: indirect evidence for Seefeldt's proficiency barrier in young adults? *Research quarterly for exercise and sport*, 84(3), 397-403).
- Timmermans, J. P. (2010). Een haperende motoriek. *Algemeen Dagblad*, 2010.
- Van Der Fels, I. M. J., Te Wierike, S. C. M., Hartman, E., Elferink-Gemser, M. T., Smith, J., & Visscher, C. (2015). The relationship between motor skills and cognitive skills in 4-16 year old typically developing children: A systematic review. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18, 697–703. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.09.007>
- Vygotsky, L. (1962). *Thought and language*. (E. Hanfmann & G. Vakar, Eds.). MIT Press. <https://doi.org/10.1037/11193-000>
- Kaal. M. (2022). Buitenspelen onderzoek 2022. Opgehaald van: <https://jantjebeton.nl/uploads/downloads/onderzoek-buitenspelen-2022-62a06183eb380.pdf>
- Veldman, S.L.C., Jones, R.A., Okely, A.D. (2016) Efficacy of gross motor skill interventions in young children: an updated systematic review. *BMJ Open Sport Exerc Med*;2: e000067. doi:10.1136/bmjsem-2015-000067
- Visek, A. J., Achraati, S. M., Manning, H., McDonnell, K., Harris, B. S., & Dipietro, L. (2014). *The Fun Integration Theory: Towards Sustaining Children and Adolescents Sport Participation*. <https://doi.org/10.1123/jpah.2013-0180>
- Ward, D. S., Vaughn, A., McWilliams, C., & Hales, D. (2010). Interventions for increasing physical activity at child care. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 42(3), 526–534. <https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e3181cea406>
- Wichers, B (2020). Wat is risicovol spelen? Opgehaald van: <https://www.veiligheid.nl/kinderveiligheid/spelen/risicovol-spelen>
- Williams, A. M., & Hodges, N. J. (2005). Practice, instruction and skill acquisition in soccer: Challenging tradition. *Journal of Sports Sciences*, 23(6), 637–650. <https://doi.org/10.1080/02640410400021328>
- Williams, H. G., Pfeiffer, K. A., O'Neill, J. R., Dowda, M., Mclver, K. L., Brown, W. H., & Pate, R. R. (2008). Motor Skill Performance and Physical Activity in Preschool Children. *Obesity*, 16(6), 1421–1426.

<https://doi.org/10.1038/OBY.2008.214>

Young, L., O'connor, J., & Alfrey, L. (2019). *Physical literacy: a concept analysis*.

<https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1677586>

## 7. Bijlagen

### Bijlage 1: kostenberekening Voetjebal

**Jaar 1: kosten interventie op basis van 30 weken bij 40 deelnemers.**

**4 groepen van 10 kinderen met een lesduur van 45 minuten**

Opstartfee	600	1ste jaar
Basisopleiding	500	1ste jaar
Starterspakket	2000	Bij aanvang
Website	500	Per jaar
Bank	60	Per jaar
Telefoon	300	Per jaar
Opleiding FN	100	Per jaar
Zaalhuur*	2887,5	3,5 uur per zaterdag a EUR 27,50 per uur (maal 30 weken)
Social media	300	12 maanden gemiddeld EUR 25 per maand
Basiscursus trainer	340	Jaarlijks (EUR 200 + 8 uur a EUR 17,50 per uur)
Volgen intervisie	350	Jaarlijks (20 uur a EUR 17,50 per uur)
Trainer*	2100	EUR 70 per lesdag maal 30 weken
Franchiseefee**	1260	10% van de bruto omzet per jaar

<b>Totaal kosten jaar 1</b>	<b>11298</b>	
-----------------------------	--------------	--

<b>Kosten per kind</b>	<b>282</b>	
------------------------	------------	--

\* Op basis van 4 groepen van 10 kinderen

\*\*Omzet is EUR 12.600 bij een lesprijs van EUR 10,50 (ex BTW) per kind.

**Jaar 2: kosten interventie op basis van 30 weken bij 40 deelnemers.**

Opstartfee		-
Basisopleiding		-
Starterspakket		-
Website	500	Per jaar
Bank	60	Per jaar
Telefoon	300	Per jaar
Opleiding FN	100	Per jaar
Zaalhuur*	2887,5	3,5 uur per zaterdag a EUR 27,50 per uur (maal 30 weken)
Social media	300	12 maanden gemiddeld EUR 25 per maand
Basiscursus trainer	340	Jaarlijks (EUR 200 + 8 uur a EUR 17,50 per uur)
Volgen intervisie	350	Jaarlijks (20 uur a EUR 17,50 per uur)
Trainer*	2100	EUR 70 per lesdag maal 30 weken
Franchiseefee**	1260	10% van de bruto omzet per jaar

<b>Totaal kosten jaar 2</b>	<b>8198</b>	
-----------------------------	-------------	--

<b>Kosten per kind</b>	<b>205</b>	
------------------------	------------	--

\* Op basis van 4 groepen van 10 kinderen

\*\*Omzet is EUR 12.600 bij een lesprijs van EUR 10,50 (ex BTW) per kind.