

Sporttest

Werkblad beschrijving interventie op het niveau Goed Beschreven

Gebruik bij het invullen van dit werkblad
de bijbehorende handleiding

Versiedatum: oktober 2021

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstituten:



kennis en aanpak van
sociale vraagstukken



Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid



Nederlands
Jeugdinstituut



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport



Trimbos
instituut



Vilans

Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Nationaal Bureau Sport Stimulering
E-mail: info@nbss.nl
Telefoon: 035 30 30 030

Website (van de interventie): www.sporttest.nl

Contactpersoon 1

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam contactpersoon: Arjen Hop
E-mail: Arjen.hop@nbss.nl
Telefoon: 035 30 30 030

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
interventiebeschrijving: _____
Titel interventie: _____
Databank(en): _____
Plaats, instituut _____
Datum _____

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

Gebruik bij het invullen van dit werkblad de bijbehorende handleiding.

Inhoud

Colofon	2
Inhoud	3
Samenvatting	4
Aanleiding voor de interventie	4
Korte samenvatting van de interventie	4
Doelgroep	4
Doel	4
Aanpak	4
Materiaal	4
Onderbouwing	5
Onderzoek	5
1. Uitgebreide beschrijving	6
1.1 Doelgroep	6
1.2 Doel	6
1.3 Aanpak	9
2. Uitvoering	13
3. Onderbouwing	19
4. Onderzoek	20
5. Aangehaalde literatuur	24
6. Praktijkvoorbeeld	26

0 Samenvatting

Maximaal anderhalf A-4tje, max 700 woorden

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

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

0.2 Korte samenvatting van de interventie – max 150 woorden

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

0.3 Doelgroep – max 50 woorden

De uiteindelijke doelgroep voor de interventie Sporttest zijn basisschoolleerlingen in de leeftijd van 8-12 jaar (groep 4-8). De interventie richt zich op deze leeftijdscategorie om juist daling in sportparticipatie op latere leeftijd (13-16 jaar) tegen te gaan. Op de middelbare school stoppen veel kinderen met sporten wegens te weinig intrinsieke motivatie en te veel afleiding van verschillende substituten. Ze krijgen andere interesses en verkiezen andere bezigheden boven sport. Sporttest probeert dit te voorkomen door te helpen met het maken van een bewuste sportkeuze (Gevolgen van overgewicht bij kinderen, 2014) (Selten, Werkzame elementen sportstimulering jongeren, 2017)

0.4 Doel – max 50 woorden

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

0.5 Aanpak – max 50 woorden

- Stap 1. Het bepalen van de doelgroep*
- Stap 2. Informeren van ouders*
- Stap 3. Planning*
- Stap 4. Uitvoering*
- Stap 5. Rapportage*
- Stap 6. Kennismakingslessen tijdens de gymles*
- Stap 7. Naar de sportvereniging*
- Stap 8. Borging*
- Stap 9. Evaluatie*

0.6 Materiaal – max 50 woorden

Hieronder de benodigde materialen per stap.

Stap	Materiaal
Intake betrokken partijen	Brief directeur SKT.docx
Het bepalen van de doelgroep	PE 0 - Sportkeuzetest enquête 0,3,6,12 maanden Inzamelen van beschrijvende gegevens (leeftijd, geslacht, lengte), sportdeelname en motivatie
Informereren ouders	Informatie brief ouders SKT.docx
Planning	
Uitvoering	E-mail docenten SKT.odt Scoreformulier fysiek – Sportkeuzetest formulier (blanco).docx Scoreformulier mentaal – Sportkeuzetest formulier (blanco).docx Handleiding uitvoering vd sport testjes + materiaal sporttestjes
Rapportage:	Kwaliteiten behorend bij sport (advies).xlsx Sportadvies van- standaard document.docx
Kennismakingslessen tijdens gymles (trainers voor de klas)	Mail Trainers voor de klas.docx
Naar de sportvereniging (kies je sport)	format hardcopy inschrijfformulieren (digitaal) van sportverenigingen
Borging	
Evaluatie	Standaard enquête docent/ouders (PE 1) en leerling (PE 4) en eventueel directeuren (PE 2) en medewerkers NBSS/uitvoerders (PE 3)

0.7 Onderbouwing – max 100 woorden

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

0.8 Onderzoek – max 100 woorden

Veel kinderen maken een sportkeuze gebaseerd op een sport die hun ouders of vriendjes doen. Echter, hierbij staat succesbeleving en motivatie niet centraal, waardoor veel uitval van sportdeelname wordt constateert bij sportverenigingen. Sportkeuzetest geeft een aanbod waar zowel wil als kunnen wordt gecombineerd tot een sportkeuze advies, waardoor het individu een bewuste en weloverwogen keuze kan maken voor zijn/haar sport.

Sinds 2014 voeren wij de sportkeuzetesten uit op verschillende scholen. De effectiviteit van Sporttest wordt getest middels enquêtes die worden afgenomen bij de hoofddoelgroep (groep 4 t/m 8) en bij de secundaire doelgroepen (ouders en leerkrachten).

Op basis van enquêtes bij deelnemers, docenten, leerkrachten en directeuren bleek dat in 2014 en 2017 de sportdeelname van de kinderen was toegenomen (13% respectievelijk 31%) binnen 3 maanden. Over het algemeen geven de deelnemers en hun ouders aan dat ze dankzij de sporttest een bewuste sportkeuze hebben kunnen maken waarin zowel succesbeleving als motivatie centraal staat. Op deze manier is dit ook een duurzame keuze mbt. ledenwerving.

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.

De uiteindelijke doelgroep voor de interventie Sporttest zijn basisschoolleerlingen in de leeftijd van 8-12 jaar (groep 4-8). De interventie richt zich op deze leeftijdscategorie om juist daling in sportparticipatie op latere leeftijd (13-16 jaar) tegen te gaan. Op de middelbare school stoppen veel kinderen met sporten wegens te weinig intrinsieke motivatie en teveel afleiding van verschillende substituten. Ze krijgen andere interesses en verkiezen andere bezigheden boven sport. Sporttest probeert dit te voorkomen door te helpen met het maken van een bewuste sportkeuze (Selten, Werkzame elementen sportstimulering jongeren, 2017).

Intermediaire doelgroep – max 100 woorden

Zijn er intermediaire doelgroepen? Zo ja, welke?

Leerkrachten primair onderwijs:

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

Trainers sportverenigingen:

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

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

Ouders:

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

Selectie van doelgroepen – max 250 woorden

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

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

De doelgroep zijn basisschoolleerlingen in de leeftijd van 8-12 jaar (groep 4-8).

De intermediaire doelgroepen zijn bijvoorbeeld de docenten, ouders, medewerkers NBSS. Zij kunnen meebepalen of een kind wel/niet mee doet met de interventie.

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

Kinderen die niet mee kunnen doen: Bijvoorbeeld kinderen met ernstige psychische of mentale afwijkingen.

Kinderen in overleg: bespreek gevallen, met minder ernstige aandoeningen.

Gezonde kinderen: Kunnen altijd mee doen.

Betrokkenheid doelgroep – max 150 woorden

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

De doelgroep is weldegelijk betrokken bij de doorontwikkeling van de interventie. Door hen reacties op het sportadvies uit de sportkeuzetest hebben we besloten voorafgaand een enquête af te nemen die inzicht geeft in hun sportmotivatie en karakter.

Verder kent de sportkeuzetest zijn oorsprong uit kennis van verschillende sport-experts, dit zijn (ex-) topsporters, onderzoekers en wetenschappers. Enkele voorbeelden van sport-experts die hieraan hebben bijgedragen zijn Eric Mol (inspanningsfysioloog), Emiel Mellaard (25-jarig Nederlands Recordhouder verspringen), Anthony Willems (fysiotherapeut, master interreligieuze spiritualiteit) Ron Groen (ex-prof baanwielrenner), Bert Flier (4-voudig Nederlands Kampioen Triatlon) en Eugene Diemel (fysiotherapeut). Samen met deze sport-experts hebben we de basis gelegd voor wetenschappelijke onderbouwing van de sportkeuzetest. De afzonderlijke testen die worden afgenomen zijn wetenschappelijk onderbouwd (Mooij, 2011) (J. Van Den Bosch, 2006).

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

1.2 Doel

Hoofddoel – max 100 woorden

Wat is het hoofddoel van de interventie? Beschrijf dit zo concreet mogelijk in termen van gedrag van de einddoelgroep.

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

Subdoelen – max 350 woorden

Wat zijn de subdoelen van de interventie? Beschrijf deze zo concreet mogelijk. Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke intermediaire doelgroepen? Geef voor elke intermediaire doelgroep minimaal één subdoel aan.

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

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

Het maken van een bewustere sportkeuze

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

Drempels verlagen voor kinderen om lid te worden van een sportvereniging

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

De kwaliteit van het beweegaanbod op scholen verbeteren

Sportkennismakingslessen kunnen kinderen ook op school in gymlessen volgen. Indien gewenst, begeleiden wij de leerkrachten zodat docenten de lessen zelfstandig kunnen geven, of met behulp van trainers van sportverenigingen.

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

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

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie – max 200 woorden

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

B: Wie is de aanvrager of initiatiefnemer 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).

Stap 0		Week -8	uren	uren
Intake betrokken partijen			<u>eenmalig</u>	<u>per klas</u>
		Intake	4	0,25
Stap 1		Week -6		
Het bepalen van de doelgroep				
		(Digitale) Enquête samenstellen*	3	
		Enquête interpreteren en schrijven rapportage**		1
		<i>Enquête afnemen</i>		1
Stap 2		Week -3		
Informeren van ouders				
		Ouders informeren via de scholen		0,5
Stap 3		Week -2		
Planning				
		Planning uitvoering testen*		2
		Informeren scholen - uren*		2
Stap 4		Week 0 + 1		
Uitvoering				
		Fysieke test*		1
		Mentale feitelijke waarneming*		1
		Materiaal*		0,25
Stap 5		Week 3		
Rapportage				
		Fysieke rapportage*		2
		Mentale rapportage*		2
		Advies*		2
		<i>Uitdelen advies**</i>		1
Stap 6		Week 4		
Kennismakingslessen tijdens de gymles (trainers voor de klas)				
	optie 1	Kennismakingslessen lesvoorbereiding* <i>NBSS voert dit uit</i>		4
	optie 2	Kennismakingslessen lesvoorbereiding* <i>Vereniging voert dit uit</i>		3
Stap 7		Week 12		
Naar de Sportvereniging				
		Sportmenukaart samenstellen (incl. contact s.v.)	24	
		Leerkracht promoten deelname sportkennismaking		1
Stap 8		Week 0 t/m 14		
Borging				

		Nader te bepalen acties en kosten	ntb	
Stap 9		Week 15 + 16		
Evaluatie				
		Afnemen enquête leerkracht*	1	
		<i>Leerkracht invullen en afnemen enquête</i>		1
		Interview uren	1	
		Interpretatie gegevens	3	
		Verslag gegevens	4	
TOTAAL			40	25

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?

Om te kijken welke sport er bij iemand past worden er verschillende testen uitgevoerd. We testen fysieke en mentale vaardigheden. Onder fysieke vaardigheden vallen uithoudingsvermogen, coördinatie, lenigheid, snelheid, kracht en motoriek. Op mentaal gebied kijken we naar leersysteem, emotie, interactie, communicatie, motivatie, beweegstijl en omgaan met druk. We hebben een lijst van sporten die aangesloten zijn bij NOC*NSF, die lijst hebben we gescoord op het best passende profiel van testuitslagen van de test en die matches we met de uitkomsten van de geteste kinderen.

Het stappenplan van de interventie is als volgt:

Stap 1. Het bepalen van de doelgroep

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

Stap 2. Informeren van ouders

Na het afnemen van de enquêtes worden de ouders geïnformeerd over wat er gaat gebeuren tijdens de gymlessen. De school kan hierbij gebruik maken van het standaard communicatie format van Nationaal Bureau Sport Stimulering.

In dit stadium worden de sportverenigingen in kaart gebracht om op te nemen in de sportmenukaart van de regio, die uitgedeeld wordt bij de rapportage (stap 5). Op basis van beschikbaarheid en locatie geschiktheid van de trainers respectievelijk sportuitvoering worden zij uitgenodigd om deel te nemen aan de kennismakingslessen (stap 6 en 7).

Stap 3. Planning

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

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

Stap 4. Uitvoering

Het fysieke gedeelte van het testprotocol wordt uitgevoerd door gespecialiseerde en intern opgeleide gymdocenten (met lesbevoegdheid) van Nationaal Bureau Sport Stimulering. De mentale waarneming wordt gedaan door ervaren uitvoerders van NBSS en wordt aan vaardigheden als spelinzicht, samenwerking en spelparticipatie wordt een score toegekend aan elke leerling. De leerkracht van de klas is aanwezig om eventuele uitvallers of geblesseerden te ondersteunen.

Stap 5. Rapportage

Wanneer alle testen uitgevoerd zijn, worden de resultaten vergeleken met de referentiewaarden gedocumenteerd in een publicatie van H. Dost (Dost, 2010) en Leyten et al. (Leyten, 1982). Deze score wordt vervolgens verbonden met fysieke en mentale eigenschappen die van waarde zijn bij verschillende sporten. We hebben een lijst van sporten die aangesloten zijn bij NOC*NSF, die lijst hebben we gescoord op het best passende profiel van testuitslagen van de test en die matches we met de uitkomsten van de geteste kinderen.

Hierop wordt de rapportage gebaseerd.

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

Bij de rapportage zit een 'sportmenukaart' met kennismakingsaanbiedingen georganiseerd door verenigingen uit de gemeente/regio, waar kinderen zich direct voor op kunnen geven. Dit kan eventueel gekoppeld worden met gemeentelijke sport kennismaking initiatieven. Op deze manier stimuleren wij het deelnemen aan kennismakingslessen, waardoor de drempel naar een daadwerkelijk lidmaatschap (sportdeelname) minder hoog wordt. Dit valt ook onder 'kies je sport' (stap 7).

Stap 6. Kennismakingslessen tijdens de gymlessen (trainers voor de klas)

Wanneer de kinderen de rapportage hebben ontvangen, worden er kennismakingslessen tijdens reguliere gymlessen georganiseerd. Het streven is twee lessen per sport categorie (teamsport / balsport / individuele sport / racketsport) met in totaal ten minste 5 lessen, waarin kinderen nader kennis kunnen maken met de verschillende sportcategorieën. Afhankelijk van de wens van de trainer, en de toepasbaarheid en mogelijkheid van de sport, wordt dit georganiseerd in de gymzaal of bij de sportvereniging zelf. Dit programma wordt gebaseerd op het aanbod vanuit verenigingen, en op de sporten die als resultaat uit de testen kwamen. De kinderen worden ingedeeld op testresultaten.

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

Stap 7. Naar de Sportvereniging (Kies je sport)

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

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

Stap 8. Borging

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

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

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

Borging op lange termijn;

- Samenwerking met Sportplatform Bunschoten om ondersteuning en groter bereik te waarborgen omtrent sportstimulering en samenwerking sportverenigingen.

Stap 9. Evaluatie

Scholen

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

Gemeentes

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

Deelnemers Sporttest (kinderen)

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

2. Uitvoering

Materialen – max 200 woorden

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.

Materialen

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

Voorafgaand aan de testen nemen we een enquête af waardoor een duidelijk beeld geschetst kan worden van elke deelnemer (beschrijvende gegevens, sportdeelname en motivatie). Deze gegevens kunnen we leggen naast dezelfde enquête die we zullen afnemen na 3, 6 en 12 maanden. Op deze manier kan er een beeld gevormd worden over het wel dan niet bewust sportkeuzes maken.

Voor de uitvoering van de Sporttests hebben we de in de testprotocollen beschreven benodigde specifieke testmaterialen tot onze beschikking. Aan de hand van wetenschappelijk onderbouwde referentiewaarden kennen we scores toe aan de fysieke en mentale tests (Dost, 2010) (Leyten, 1982). Aan de hand van deze referentiewaarden wordt bepaald of een kind laag, onder gemiddeld, gemiddeld, boven gemiddeld of hoog scoort ten opzichte van leeftijdsgenoten.

Tijdens de test werken we met digitale scoreformulieren waar de uitvoerders van de testen de behaalde testresultaten van de leerlingen op noteren.

Voor de evaluatie van de interventie gebruiken we enquêtes die per doelgroep gespecialiseerd zijn. De hoofddoelgroep (leerlingen) krijgen leerlingen een enquête waaruit de impact van de interventie blijkt. Dit is de enquête die we na 0, 3, 6 en 12 maanden hebben afgenomen (PE 0 – Sportkeuzetest enquête 0,3,6,12 maanden en 4 extra vragen (PE 4- Enquête sportdeelname kinderen). De secundaire doelgroep (leerkrachten) krijgen een gespecificeerde enquête (PE 1 – Mail naar docenten). De antwoorden van de enquêtes worden samengevoegd waaruit een gemiddeld tevredenheidpercentage wordt berekend.

De antwoorden van de enquêtes worden samengevoegd waaruit een gemiddeld tevredenheidpercentage wordt berekend.

Met gemeentes en ouders houden we interviews, waarin specifieke verbeterpunten schriftelijk genoteerd worden.

Type organisatie en locatie – max 200 woorden

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

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

Basisscholen:

Op basisscholen is er een groot bereik van kinderen. De testen vinden tijdens de gymlessen plaats. Deze worden uitgevoerd door medewerkers van Sporttest (zie voor meer informatie locatie en uitvoerders). Basisschool is gedeeltelijk uitvoerend (uitdelen rapportages en geven van proeflessen) en faciliterend (gymles ter beschikking stellen voor Sporttest).

Sportverenigingen:

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

Gemeentes:

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

Opleiding en competenties van de uitvoerders – max 200 woorden

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 uitvoerders nodig in aanvulling op hun standaard professionele competenties?

Een sport gerelateerde opleiding (MBO niveau 4 of HBO) is een vereiste om sportkeuzetesten af te nemen bij Nationaal Bureau Sport Stimulering. De sportkeuzetesten worden meestal uitgevoerd door medewerkers van Sporttest met een ALO-diploma. Verder krijgen de uitvoerders een uitgebreide briefing over gebruik van de materialen en uitvoering van de testen, waarna zij goed voorbereid aan de slag kunnen gaan.

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 uitvoerders bij kwaliteitsbewaking wanneer er een andere uitvoerder is dan de interventie eigenaar zelf?

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

Fysieke testen

De fysieke testen zijn gestandaardiseerd na ontwikkeling door specialisten en komen gedeeltelijk overeen met de MOPER fitheidstest (Dost, 2010), (Leyten, 1982). De testen worden uitgevoerd door verschillende intern geschoolde en ervaren uitvoerders. De uitvoerders zijn consistent door ervaring en interne opleiding, zodat de kwaliteit van de testen hoog blijft. Door interne/onderlinge controle en continue ontwikkeling, wordt dit automatisch scherp in de gaten gehouden door de leidinggevende die aanwezig is tijdens het afnemen van de test. Onze eigen uitvoerders weten hoe alles werkt tijdens de sportkeuzetesten, waardoor we sneller en accurater werken dan wanneer andere partijen de testen zouden uitvoeren. Nationaal Bureau Sport Stimulering (waar Sporttest onderdeel van is) doet dan ook altijd de testen zelf.

Daarnaast zijn we nauw betrokken bij de doelgroepen en er wordt veel overlegd met scholen en gemeentes. We hebben een standaard inkleding van de testen en een duidelijke uitleg. Deze protocollen worden tijdens de uitgebreide briefing door personeel van Nationaal Bureau Sport Stimulering tot zich genomen. De protocollen zijn enkel voor intern gebruik en omvatten de verschillende test voorwaarden en betrouwbaarheidsfactoren.

Onderstaand een samenvatting van de tests met hun referentiewaarden.

Test	Doelgroep	Duur	Betrouwbaarheid (r)	Validiteit (r)	Referentiewaarden
10x5 meter loop	Ouder dan 6 jaar	30 s	r = 0,62 – 0,96	r = 0,62 – 0,85	Nederlandse waarden 6 - 18 jaar*
Sit-and-reach	5 – 18 jaar	30 s	r = 0,70 – 0,98	r = 0,60 – 0,73 en 0,27 – 0,30	Nederlandse waarden 5 - 18 jaar**
Beenheffen in rugligging	6 – 18 jaar	< 2 min	r = 0,53 – 0,83	r = 0,52 – 0,72	6 – 18 jaar Nederlands**
Sneltikken met 1 hand	Ouder dan 6 jaar	20 s	r = 0,46 – 0,91	r = 0,52 – 0,72	Nederlandse waarden 6 - 18 jaar**
T-test	Ouder dan 6 jaar	< 30 s	Publicatie Fysieke training en testen – door Harry Dost		Nederlandse waarden 6 - 18 jaar*
Balans stilstaand	Ouder dan 6 jaar	10 s			Nederlandse waarden 6 - 18 jaar**
Balvaardigheid	Ouder dan 6 jaar	< 1 min			Nederlandse waarden 6 - 18 jaar***
Loopritme	Ouder dan 6 jaar	< 10 s			Nederlandse waarden 6 - 18 jaar***
10m	Ouder dan 6 jaar	< 10 s			Nederlandse waarden 6 - 18 jaar*

Tabel 1. Inclusie van de sporttests met hun referentiewaarden. Referentiewaarden zijn afkomstig uit een publicatie van Harry Dost (Dost, 2010)* en de MOPER fitheidstest (Leyten, 1982), en fitheidstesten voor de jeugd (Stege, 2013)** (Mooij, 2011)***.

Mentale test

Op mentaal gebied kijken we naar leersysteem, emotie, interactie, communicatie, motivatie, beweegstijl en omgaan met druk.

Tijdens deze mentale test spelen de kinderen in kleine groepjes knotshockey. Elk kind wordt vervolgens individueel beoordeeld op verschillende vaardigheden gebaseerd op KOLB, team/individueel, pro-actief/re-actief en beweeglijke eigenschappen. Onder KOLB wordt verstaan of het kind een doener, denker, onderzoeker of beslisser is. Aan de hand van team/individueel bepalen we of het kind een teamspeler of meer individuele sporter is. Op basis van de houding zal het kind pro-actief of re-actief zijn. Tot slot wordt de beweegstijl beoordeeld en of deze vloeiend of prikkend is, of bestaat uit deelbewegingen.

Verder, om de kwaliteit van de interventie te bewaken, wordt er na uitvoering van de interventie geëvalueerd met de doelgroep, leerkrachten en de gemeente. We hebben op twee manieren onderzoek gedaan. Door middel van enquêtes op basisscholen te laten invullen door leerlingen onder begeleiding van leerkrachten hebben we veel respons kunnen krijgen. Onze eerste onderzoeksmethode is kwantitatief, nadeel is geringe diepgang. Daarom hebben we, naast de enquêtes, gekozen voor een kwalitatieve methode; interviews. Bij een interview kan je de diepte in omdat je face to face kunt praten. Zo vergaren we feedback waar we echt iets aan hebben. Waarbij het doel van het gesprek is algemene verbeterpunten van de interventie te kunnen achterhalen.

Randvoorwaarden – max 200 woorden

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

Accommodatie

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

Begeleiding

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

Competentie - Lesgeven

Beroepstaak: Les(senreeks) ontwerpen en plannen

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

Competentie - Begeleiden en coachen

Leerprocessen organiseren en begeleiden

- de bedoeling van leersituaties uitleggen op het niveau van de leerlingen
 - oefeningen (laten) voordoen op het niveau van de leerlingen
 - pedagogische maatregelen nemen om de veiligheid van leerlingen te waarborgen
 - sociale interactie met leerlingen aangaan, waaronder luisteren, een gesprek voeren, informatie geven, feedback geven en motiveren
 - leerlingen en hun ouders informeren over de voortgang tijdens de lessen
- Leerproblemen signaleren en hanteren:
- leer- en/of gedragsproblemen signaleren bij leerlingen en hiervoor maatregelen treffen
 - motorische, sociale en emotionele hulpvragen van leerlingen signaleren en hierop inspelen

Competentie - Onderzoek en beleid

Deskundigheid voor het vak 'evidence based' legitimeren

- bewegings- en sociaalwetenschappelijk onderzoek analyseren op validiteit en betrouwbaarheid
- een onderzoek of werkopdracht opstellen, uitvoeren, rapporteren en presenteren

Sportverenigingen

Een aantal sportverenigingen in de gemeente moet willen meewerken aan onze Sportmenukaart, zodat wij ze erop kunnen zetten. Ze moeten dan tijdens de kennismakingslessen geschikte trainers ter beschikking kunnen stellen. Het blijkt, wanneer een vereniging met alle gegevens en een contactpersoon op

de Sportmenukaart staat, dat dit een enorme drempel wegneemt voor kinderen om daadwerkelijk lid te worden.

Basisscholen en leerkrachten

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

Gemeente

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

Borging

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

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

Draagvlak

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

Implementatie – max 200 woorden

A: Op welke manier faciliteer je als interventie eigenaar de implementatie van de interventie wanneer je zelf de uitvoerder 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 initiatiefnemers en uitvoerders zijn dan de interventie eigenaar zelf? Geef een samenvatting.

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

De aanvraag gaat als volgt:

Stap 1. Het bepalen van de doelgroep

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

Stap 2. Informeren van ouders

Na het afnemen van de enquêtes worden de ouders geïnformeerd en op de hoogte gesteld van wat er gaat gebeuren tijdens de gymlessen. De school kan hierbij gebruik maken van het standaard communicatie format van Nationaal Bureau Sport Stimulering.

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

Stap 3. Planning

De sportkeuzetesten worden in overleg met de scholen uitgevoerd. Dit vindt plaats tijdens de gymlessen per klas, die hiervoor in de meeste gevallen iets verlengd worden (benodigd: twee keer een uur effectieve tijd). Wanneer er wordt aangehaakt bij gemeentelijke initiatieven is het van belang hierin een tijdsplanning in overleg met scholen en gemeente af te stemmen. Het complete stappenplan is te vinden in de handleiding.

Kosten – max 200 woorden

Wat zijn de kosten van de interventie? 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.

Activiteit	Deelactie	Aantal uur per klas	Bedrag per klas
SKT	Vorbereiden en contact	9,75	€ 296
	Uitvoeren	5,25	€ 160
	Analyseren	5	€ 152
	Adviseren	3	€ 91
Trainers voor de klas	Vorbereiden	4	€ 58
	Uitvoering	5	€ 72
Kies je Sport	Vorbereiden	25	€ 398
	Uitvoering	5	€ 80
Materiele kosten			€ 24
Totaal		62	€ 1331,00

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'.

Er is veel sportuitval bij kinderen vanaf de leeftijd 13-14 jaar. Dit blijkt uit de (geleidelijke) daling sporters die minimaal 4x per maand sporten. Bij de leeftijd 5-12 jaar sportte in 2019 80% en bij de leeftijd 13-18 jaar was dit in 2019 75%. Dit is een daling van 3% ten opzichte van 2018. In 2019 werd er bij de leeftijd 19-30 jaar werd door 69% 4x of vaker per maand gesport (NOC*NSF, NOC*NSF Sportdeelname Index, 2021).

Gekeken naar clublidmaatschap valt op dat er in 2019 41.600 minder lidmaatschappen zijn dan in 2018 (NOC*NSF, Zo sport Nederland: Trends en ontwikkelingen in sportdeelname (2013-2019), 2021), (Dool, 2021).

De reden om te stoppen met sport is vaak een te lage intrinsieke motivatie. Andere interesses winnen het van sport (Institute, 2007). Volgens de SportersMonitor heeft 50% van de doelgroep 5-20 jarigen te weinig tijd of andere/leukere bezigheden te doen in plaats van sporten. Ook het Nationaal Sportonderzoek wijst op tijdgebrek bij 16- 20 jarigen (2016) (Selten, Mulier Instituut, 2016).

Kinderen van 2 tot 4 jaar oud kunnen hun energie vaak goed kwijt in peutersport of peutergym. Daarna gaan ze meestal op zwemles, om hun diploma's A en B te halen. Maar dan is het de hoogste tijd om een 'echte' **sport** te kiezen. De eerste sportkeuze van een kind valt dus meestal binnen de leeftijdscategorie 4-8 jaar (Verhaal, 2014). Om uitval van sporten te voorkomen is het belangrijk dat zij een sport kiezen waar voldoende succesbeleving en motivatie uitgehaald wordt.

Echter, veel sportverenigingen hebben te maken met een daling van de ledenaantallen in de leeftijd van 12-18 jaar. Ook landelijk is deze trend zichtbaar. Uit de sportersmonitor van 2012 (Hendriksen, 2013) blijkt dat tweederde (66%) van de 511 jarigen sport bij een vereniging en bij 12-23 jarigen is dat nog maar 47%. En dit is alleen nog maar gegroeid afgelopen jaren (NOC*NSF, NOC*NSF Sportdeelname Index, 2021). De factoren die hier een rol spelen zijn zowel persoonlijk, als sociaal, als gekoppeld aan de omgeving (Stuij, 2011).

Niet-sportdeelname heeft ernstige gevolgen voor de gezondheid, zoals overgewicht, het vergroot het risico op chronische aandoeningen zoals hartziekten, diabetes, osteoporose, beroerte en depressie. Bij 80% van de kinderen die kampen met overgewicht in de jeugd, heeft hier op volwassen leeftijd nog last van. Deze 80% zal gewichtsproblemen houden, met alle gevolgen van dien (RIVM, 2014)

Sport is een belangrijke factor bij de (sociale) ontwikkeling van kinderen. Er blijkt dat de minst actieve personen het grootste risico hebben op negatieve gezondheidseffecten (Stuij, 2011) (RIVM, 2014).

Naast gebrek aan intrinsieke motivatie kunnen andere redenen doorslag geven om niet te beginnen met sporten of om ermee te stoppen. Zo zijn er mensen die geen geld hebben om deel te nemen aan een sport. 323.000 minderjarige kinderen groeiden in 2015 op in een huishouden met een laag inkomen. Dit is 9,8 procent (één op de tien) van alle minderjarige kinderen (Sport K. , 2013), (Sport A. o., 2017).

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

Daarom is 'het voorkomen van sportuitval' het belangrijkste doel van Sporttest. Voor succesbeleving is nodig dat je enigszins goed bent in de sport, wat lastig te bepalen is door het kind zelf (of door ouders/docenten), wat onderbelicht wordt bij een keuze zonder bewuste begeleiding. Een test die hen helpt bij deze keuze kan uitkomst bieden. Naast succesbeleving is ook motivatie nodig. Daarom nemen we dit ook mee adhv. een enquête die vooraf wordt afgenomen, waarin duidelijk wordt wat een kind leuk en belangrijk vindt in een sport, maar ook wat ze zouden willen kunnen. Daarom is Sporttest ontwikkeld.

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:

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

2021:

2017:

Praktijkervaringen uitvoerders

De organisatie verliep soepel dankzij scholen die goed meedachten met Sporttest. De planning was duidelijk en kon worden nageleefd dankzij goede communicatie tussen school en uitvoerder.

Dit alles zorgde ervoor dat de uitvoering van de sportkeuzetesten vlekkeloos verliep.

Doorontwikkeling op het gebied van draagvlak over inhoud is de volgende stap. Advies is om alle doelgroepen een brief te sturen wat er te wachten staat, denk hierbij aan ouders van kinderen, leerkrachten, scholen en evt. andere belanghebbende. Ook adviseren de uitvoerders dat we meer aandacht moeten besteden aan het digitaal invullen van alle testresultaten.

Praktijkervaringen einddoelgroep

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

Twee voorbeelden van citaten uit Bunschoten:

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

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

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

Praktijkervaringen professionals

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

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

Resultaat van de interventie

Na uitvoering van de sportkeuzetesten op verschillende scholen heeft Sporttest afgenomen bij deelnemende leerlingen met behulp van hun leerkrachten. Dit gebeurt altijd vooraf en na 3, 6 en 12 maanden. Zeker 20% (20,86%) van de ondervraagde kinderen geeft aan na de afname van de interventie een andere sport te zijn gaan doen. Van deze groep zegt 37,93% dat dat een sport was die op het rapport stond.

Voordat de sportkeuzetesten werden uitgevoerd, sportte 61% van de leerlingen niet. Drie maanden later was het percentage niet-sporters nog maar 31%, wat in de maanden hierna gelijk bleef.

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

Aandachtspunten van de interventie

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

Hier hebben wij op de volgende manier invulling aan gegeven:

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

Bereik van de interventie

	2014/201 5	2015/201 6	2016/201 7	2017/201 8	Aantal deelnemers
<i>Amstelveen</i>	3 klassen	4 klassen	4 klassen	-	226
<i>Bilthoven</i>	-	-	5 klassen	-	147
<i>Bunschoten</i>	-	10 klassen	9 klassen	10 klassen	839
Totaal					1212

Uitvoerders

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

2014:

Bereik van de interventie

Via basisscholen hebben we een groot bereik aan kinderen, elk kind moet immers naar school. Dit jaar heeft Sporttest in verschillende gemeentes testen uitgevoerd. Deze is uitgevoerd op onderstaande 3 locaties: In Amstelveen zijn sportkeuzetesten gehouden bij de groepen 4 van verschillende basisscholen, waar we 153 leerlingen hebben getest. Dit hebben wij gedaan in samenwerking met Saskia van der Meer van Sportbedrijf Amstelveen. In Baarn zijn de groepen 7 van acht basisscholen getest, in samenwerking met Rob van Ginkel, Irene de Jong en Pieter Brandjes, allen van de gemeente Baarn. Hier hebben we 278 kinderen mogen voorzien van een passend sportadvies. Samen met Marlon van Zal en Wendy de Bonte van de gemeente Soest, heeft Sporttest nog eens 108 leerlingen uit groep 5 getest. Daarnaast worden tijdens events van Sportivun ook sportkeuzetests uitgevoerd, naar schatting 50 per jaar. Het totale bereik in 2014 t/m juli is 589 kinderen. Onder al deze kinderen is mondeling een enquête afgenomen.

Praktijkervaringen uitvoerders

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

Praktijkervaringen einddoelgroep

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

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

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

Praktijkervaringen professionals

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

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

Resultaat van de interventie

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

Aandachtspunten van de interventie

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

Hier hebben wij op de volgende manier invulling aan gegeven:

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

Uitvoerders

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

5. 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).

Dool, R. v. (2021). *Sportdeelname stabiel, maar lidmaatschap sportvereniging neemt geleidelijk af*. Opgehaald van Mulier instituut:
<https://www.mulierinstituut.nl/publicaties/26355/sportdeelname-en-lidmaatschap-2012-2020/>

Dost, H. (2010). *Fysieke training en testen in voetbal een praktisch benadering: de voetbalpraktijk van loopcoördinatie, springen, werpen, stretching, krachtraining en fysieke testen*. ISBN 978-90-79488-94-0: Eigen uitgave.
Gevolgen van overgewicht bij kinderen. (2014, juni 28). Opgehaald van Dieëtenlijst.nl:
http://www.dietenlijst.nl/overgewicht/kinderen_overgewicht/gevolgen_overgewicht/

Hendriksen, T. &. (2013). *Sportersmonitor 2012*. . Dongen: GfK.
Institute, M. F. (2007). *Wat beweegt kinderen? Een onderzoek naar het sport- en beweeggedrag van kinderen*. Den Haag: Nicis.

J. Van Den Bosch, C. D. (2006). *Sportief talent ontdekken (1e druk)*. Leuven: Acco Uitgeverij.
Janssens, M. F. (2007). *Wat beweegt kinderen? Een onderzoek naar het sport- en beweeggedrag van kinderen*. Den Haag: Nicis Institute.

KNVB. (2012). *Jaarverslag*. Opgehaald van Clubs en leden, ledental:
<http://www.knvb.nl/clubsleden/ledental>

Leyten, C. K. (1982). *De moper fitheidstest: handleiding en prestatieschalen 9 t/m 11 jarigen*. Haarlem: BV Uitgeverij De Vrieseborch.

Mooij, C. (2011). *Basisdocument beweginsonderwijs voor het basisonderwijs (6e druk)*. Nieuwegein: Arko Sports Media.

NOC*NSF. (2021). *NOC*NSF Sportdeelname Index*. Opgehaald van NOC*NSF.:
<https://nocnsf.nl/media/4533/noc-nsf-sportdeelname-algemene-rapportage-mei-2021pdf.pdf>

NOC*NSF. (2021). *NOC*NSF Sportdeelname Index*. NOC*NSF.

NOC*NSF. (2021, September 17). *Zo sport Nederland: Trends en ontwikkelingen in sportdeelname (2013-2019)*. Opgehaald van NOC*NSF:
https://nocnsf.nl/media/2908/zo-sport-nederland_nocnsf-sportonderzoek-2013-2019.pdf

RIVM. (2014). *Nationaal Kompas*. Opgehaald van Hoeveel mensen zijn voldoende lichamelijk actief?:
<http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/leefstijl/lichamelijke-activiteit/hoeveel-mensen-zijn-voldoende-lichamelijk-actief/>

Selten, A. E. (2016). *Mulier Instituut*. Opgehaald van Werkzame elementen sportstimulering jongeren:
<http://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=6797&m=1464784041&action=file.download>

Selten, A. E. (2017, oktober 31). *Werkzame elementen sportstimulering jongeren*. Opgehaald van Kennisbank Sport en Beweging:
<http://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=6797&m=1464784041&action=file.download>

Sport, A. o. (2017). *Alles over Sport*. Opgehaald van Motieven en belemmeringen om te sporten en bewegen naar levensfase:

<https://www.allesoversport.nl/artikel/motieven-en-belemmeringen-om-te-sporten-en-bewegen-naar-levensfase/>

Sport, K. (2013). *Kennisbank Sport en Bewegen*. Opgehaald van Jeugd, armoede, sport:

<https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=8235&m=1511185328&action=file.download>

Stege, J. J. (2013). *Fitheidstesten voor de jeugd*. . Zeist: Jan Luiting Fonds.

Stuij, M. o. (2011). *Sportuitval bij 13-16 jarigen*. Opgehaald van Netwerk in Beweging:

<http://www.netwerkinbeweging.nl/?file=10062&m=1322665550&action=file.download>

Verhaal, S. (2014). *Doelgroep basisschoolkind 4 t/m 12 jaar*. Opgehaald van Sociaal verhaal:

<http://www.sociaalverhaal.nl/361/nl/doelgroep-basisschoolkind-4-t-m-12-jaar>

6. Praktijkvoorbeeld

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

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

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

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