



**Hanzehogeschool
Groningen**
University of Applied Sciences

Abstract Book DSO 2016 Groningen

share your talent. **move** the world.

PROGRAMMA DAG VAN HET SPORTONDERZOEK 2016 09.00-12.50

Tijd	Inhoud						
09.00-10.00	Registratie & koffie en thee @ Willem Alexander Sportcentrum, Zernikeplein 17 Groningen						
10.00-10.15	Openingsceremonie @Auditorium/Center Court						
10.15-10.45	Keynote Olympisch Succes door prof. dr. Bert Otten @ Auditorium/ Center Court						
10.45-11.15	Keynote Lokale Trots door Gerard Kemkers & Wouter Frencken @ Auditorium/ Center Court						
11.15-11.30	TIME OUT: verplaatsen naar sessies + koffiemoment						
Serie I:	Presentaties						
Thema	Presteren & Voeding	Presteren & Techniek	Sportparticipatie	Leefstijl Interventie	Digitalisering	Aangepast Sporten	
Lokaal	A001	A002	A009	A010	B105	A008	
Chair	Dr. Ruby Otter Hanzehogeschool Groningen	Dr. Anne Benjaminse Hanzehogeschool Groningen	Juul van Rijn Kenniscentrum Sport	Silvia Brouwer Hanzehogeschool Groningen	Dr. Marije Baart de la Faille-Deutekom Hogeschool van Amsterdam	Caroline van Lindert Mulier Instituut	
11.30-11.50	Onduidelijk effect van omega-3 vetzuren op de schaatsprestatie Dionne Noordhof, Vrije Universiteit Amsterdam	Het effect van video feedback op landings-techniek in professionele handbalsters Anne Benjaminse, Hanzehogeschool Groningen	Verschillen in motieven en belemmeringen om te sporten en bewegen. Remko van den Dool, Mulier Instituut	Vroeg motorische mijlpalen beïnvloeden fysieke activiteit van kleuters Silvia Brouwer, Hanzehogeschool Groningen	Ontwikkeling van een evidence-based en gepersonaliseerde hardloop-app Joan Dallinga, Hogeschool van Amsterdam	Ervaringen van mensen met type 2 diabetes met beweeg-zorgverlening Mirjam Stuij, Mulier Instituut	
11.50-12.10	Effectiviteit van anti-doping-beleid Olivier de Hon, Doping-autoriteit	Zin en onzin van de Single Leg Squat als performance test voor profvoetballers Young Fokker, Hogeschool van Amsterdam	Nationale en regionale informatie over Sport en Bewegen Wanda Wendel-Vos, RIVM	WIJS in de praktijk: wordt een 'goed onderbouwd' interventie programma voor kinderen met overgewicht ook goed uitgevoerd? Gitte Kloek , Haagse Hogeschool	Sportmedische App om Gezondheid en Fitheid van Werknemers te bevorderen Hilco Prins, Windesheim	Sportwens en tevredenheid over sportaanbod van kinderen met een beperking Afke Kerkstra (Hogeschool Inholland)	
12.10-12.30	Energiegebruik en voedings-inname van profvoetballers in Nederland Naomi Brinkmans, Hogeschool Arnhem Nijmegen	Krachten dempen in ringeturnen Marianne Zwarthoed, InnoSportLab 's-Hertogenbosch	Is sport positief voor de persoonlijke ontwikkeling van kwetsbare jongeren? Sabine Super , Wageningen Universiteit	De implementatie van het programma Revalidatie, Sport en Bewegen in 18 revalidatie instellingen Femke Hoekstra, Universitair Medisch Centrum Groningen	Active2Gether- een beweegapp om jong- volwassenen lichamelijk actiever te krijgen & houden Saskia te Velde, Te Velde Research and Consultancy	Fitness trends bij kinderen met cerebrale parese Maremka Zwinkels, De Hoogstraat Revalidatie	
12.30-12.50	Nitraatinname via de dagelijkse voeding in Nederlandse (top) atleten Kristin Jonvik, Hogeschool Arnhem Nijmegen	Automatische bepaling van de houdingstijd bij ringeturnen tijdens de EK turnen 2014 Maurice Aarts, InnoSportLab 's-Hertogenbosch	Hangt wie je bent, of waar je woont samen met het halen van de beweegnorm? Marijke Jansen, Universiteit Utrecht	Referentiewaarden en bepalende factoren van de aerobe fitheid van jongeren van 12-17 jaar, gemeten met de pacer 15 m test Geranda Slager, Hanzehogeschool Groningen	De motivatie van wel en niet gebruikers van een wearable tijdens het hardlopen Christiaan Hartmans, Hogeschool InHolland		

	Symposia					
Bewegings- onderwijs	Sociaal vitaal; Kwetsbare Senioren tellen weer mee!	Innovatie- werkplaats bewegen in openbare ruimte	Naar een meetlat voor de open club	Veilig Sportklimaat, van bewust- wording naar gedragsverandering	Slim, fit en vaardig'	De sociale waarde van sport- evenementen 1
TSH2	Turnzaal	Danszaal	Auditorium	A012	TSH3	KWP
Dr. Remo Mombarg Hanzehogeschool Groningen	Dr. Mathieu de Greeff Rijksuniversiteit Groningen/ Rijksuniversiteit Groningen/ Stichting Galm	Dr. Johan de Jong Hanzehogeschool Groningen	Bas van der Heijden NOC*NSF	David Romeijn Mulier Instituut	Marck de Greeff Rijksuniversiteit Groningen	Hans Slender Hanzehogeschool Groningen
Constructive alignment in LO in Nederland: een Mixed Methods aanpak Lars Borghouts, Fontys	Met bijdragen van o.a.: Mathieu de Greeff Rijksuniversiteit Groningen/ Hanzehogeschool Groningen/ Stichting GALM	Met bijdragen van o.a.: Hiske Wiggers Hanzehogeschool Groningen	Met bijdragen van o.a.: Bas van der Heijden NOC*NSF	Met bijdragen van o.a.: Arnold Bronkhorst Windesheim & Harold Hofenk Hanzehogeschool Groningen	Met bijdragen van o.a.: Martin van Dijk Fontys	Met bijdragen van o.a.: Koen Breedveld Mulier Instituut
Validatie van een meet-instrument voor het motivationaleel klimaat in de les LO Gwen Weeldenburg, Fontys	Yldau Dijkstra Stichting GALM	Jeroen Hoyng Kenniscentrum Sport	Kasper Bakker Hogeschool Arnhem Nijmegen	David Romeijn Mulier Instituut	Irene van der Fels Rijksuniversiteit Groningen/ Universitair Medisch Centrum Groningen	Nienke Lammertink Radboud Universiteit
Wat vinden kinderen van het AS- beweegparcours als motoriektest in de gymles?	Riemke Schiphof Sport Fryslân	Jeroen Lakerveld Vrije Universiteit Medisch Centrum	Dayenne L'abée Kenniscentrum Sport	Paul Duijvestein DSP groep	Marck de Greeff Universitair Medisch Centrum Groningen	Hidde Bekhuis Radboud Universiteit
Joris Hoeboer, Haagse Hogeschool	Esther Witte SportDrenthe	Johan de Jong Hanzehogeschool Groningen	Janine van Kalmthout Mulier Instituut	Johan Steenbergen Kennispraktijk Jan Janssens Chionis	Anna Meijer Vrije Universiteit Amsterdam	Paul Hover Mulier Instituut Mark van den Heuvel Fontys
De precisie waarmee docenten LO de motorische vaardigheden kunnen inschatten van 6 tot 12 jarige kinderen Michiel Krijger, Haagse Hogeschool						

PROGRAMMA DAG VAN HET SPORTONDERZOEK 2016 12.50-16.15

12.50-13.30	Lunch Sportcafé					
13.30-14.05	Hoogtepunten onderzoeksprogramma sport ZonMW/NWO/STW @ Auditorium/Center Court met buurtsportcoach”, Arne Nieuwenhuys “Slaap en presteren in de topsport”, Maarten van Bottenburg					
14.05-14.20	Medal Ceremony (NKS Boymans Prijs) @ Auditorium/ Center Court					
14.20-14.45	De Toekomst van Sport met Marieke van Bakel (RIVM) en Mariken Leurs (VWS)					
14.45-14.55	TIME OUT: verplaatsen naar sessies + koffiemoment					

Serie II Presentaties

Thema	Presteren & belasting belastbaarheid	Presteren diversen	Sportieve School	Sportverenigingen	Gezonder Leefstijl	Ondernemer-schap en leiderschap
Lokaal	A001	A002	A009	A010	B105	A008
Chair	Dr. Michel Brink Rijksuniversiteit Groningen	Dr. Marije Elferink-Gemser Rijksuniversiteit Groningen/ Hogeschool Arnhem Nijmegen	Dr. Hilde Bax Hogeschool van Amsterdam	Dr. Jo Lucassen Mulier Instituut	Adrie Bouma Hanzehogeschool Groningen	Ben Hattink Hanzehogeschool Groningen
14.55-15.15	Zelfregulatie; nuttig voor de preventie van overbelastings- blessure bij getalenteerde tennissers Alien van der Sluis, Hanzehogeschool Groningen	Succesvol in topsport én studie: wat moet je daarvoor in huis hebben? Anne Spitse, Windesheim	Motivatie voor school, ook door sport Hilde Bax, Hogeschool van Amsterdam	De organisatie- cultuur van sportverenigingen: basis voor verandering? Jo Lucassen, Mulier Instituut	Nieuw perspectief van gedrags- verandering naar een actieve leefstijl Adrie Bouma, Hanzehogeschool Groningen	Sport Start Ups: Go To The Start! Ben Hattink Hanzehogeschool Groningen
15.15-15.35	Trainings- belasting en herstel tijdens de intensieve wedstrijd- periode bij professionele basketbalspelers Steven Doeven, Hanzehogeschool Groningen	Samen basketballen is basketballen met teamafspraken? Ivo van der Spek, Haagse Hogeschool	SALVO onderzoek: protocol en baseline resultaten Huib van de Kop, Hogeschool van Amsterdam	Samen sterk? Succes- en taal- factoren van fusies in de verenigings- sport Jan Janssens, Chionis/ Sportclub NL	Validiteit en betrouwbaarheid van de aangepaste SQUASH Bregje Sevens, Rijksuniversiteit Groningen	Betaald voetbal en MVO Jan de Leeuw en Mark van den Heuvel, Fontys
15.35-15.55	Invloed van psychosociale belasting en herstel op prestatie- indicatoren Ruby Otter, Hanzehogeschool Groningen	De perfecte rolstoel Annemarie Witte, Haagse Hogeschool	Sport als middel tegen voortijdig schooluitval Marieke Fix, ROC Landstede	Grensoverschrij- dend gedrag op het voetbalveld Inge Claringbould, Universiteit Utrecht	Hoe is de ruimtelijke omgeving gerelateerd aan motivatie en doelen om te sporten Ineke Deelen, Universiteit Utrecht	Coach ethisch leiderschap, ethisch klimaat en speler- betrokkenheid binnen voetbalclubs Bram Constandt, Universiteit Gent
15.55-16.15	VO2max is proportioneel met mitochondriële oxidatieve capaciteit Stephan van der Zwaard, Vrije Universiteit Amsterdam	Fiets efficiëntie afhankelijk van absolute weerstand Joost Oomen, Fontys	Ontwikkelen van een sport en bewegen strategie op en rondom school, top-down of bottom-up? Anneke von Heijden, Fontys	Waarde en effecten van het sportlid- maatschap Nick ter Welle, Hogeschool Arnhem Nijmegen	Wat werkt voor wie en waarom? Actieve leefstijl counseling na revalidatie bij mensen met een lichamelijke beperking of chronische ziekte Trynke Hoekstra, Universitair Medisch Centrum Groningen	Natuurlijk leiderschap in jeugdvoetbal Gerco van Dalftsen, Hanzehogeschool Groningen

voorzitter **Kamiel Maase** met **Eva Smit** , **Karlijn Leenaars** “verbinden sport, zorg en bewegen door de
“Lid van de club georganiseerd sporten en veranderende verbondenheid”

@Auditorium/ Center Court & bekendmaking **DSO 2017**

Symposia

Voor iedereen een APP!?	Zwem-onderzoek noodzakelijk voor een duurzaam zwemveilig NI	Sportscience goes international	Van kennis naar interventie; kansen voor verenigings-ondersteuning	Gehandicapten-sportbeleid; hoe kennis uit onderzoek de ontwikkeling van beleid ondersteunt	Van wetenschap naar praktijk; een leven lang meedoen met sport!	De sociale waarde van sport-evenementen 2
A012	Turnzaal	Danszaal	Auditorium	TSH 2	TSH3	KWP
Prof. Dr. Steven Vos Fontys	Jarno Hilhorst Nationaal Platform Zwembaden NRZ	Dr. Cees Vervoorn Hogeschool van Amsterdam	Dr. Maikel Waardenburg Universiteit Utrecht	Florentina Hettinga University of Essex	Eralt Boers Kennispraktijk	Hans Slender Hanzehogeschool Groningen
Met bijdragen van o.a.:	Met bijdragen van o.a.:	Met bijdragen van o.a.:	Met bijdragen van o.a.:	Met bijdragen van o.a.:	Met bijdragen van o.a.:	Met bijdragen van o.a.:
Nicky Nibbeling Hogeschool van Amsterdam	Mandy van der Weijden – Van Rooden Windesheim	Sanne de Vries Haagse Hogeschool	Janine van Kalmthout Mulier Instituut	Lilian van den Berg Kenniscentrum Sport	Sandra van Cappellen Radboud Universiteit	Bake Dijk Universiteit Utrecht/ Hanzehogeschool Groningen
Mark Janssen Fontys	Jarno Hilhorst NPZ/NRZ	Cees Vervoorn Hogeschool van Amsterdam	Maikel Waardenburg Universiteit Utrecht	Femke Hoekstra Universitair Medisch Centrum Groningen	Femke van Abswoude Radboud Universiteit	Hans Slender Hanzehogeschool Groningen
Jos Goudsmit Fontys	Koen Breedveld Mulier Instituut	Marije Baart de La Faille Hogeschool van Amsterdam	Erik Puyt Hogeschool Arnhem Nijmegen/ Sportservice Noord Holland	Caroline van Lindert Mulier Instituut	Eralt Boers Kennispraktijk	Jelle Schoemaker Hogeschool Arnhem Nijmegen
Remko van den Dool Mulier Instituut		Johan de Jong Hanzehogeschool Groningen	Lammert Bosma Sport Fryslân		Bert Steenbergen Radboud Universiteit	Willem de Boer Hogeschool Arnhem Nijmegen
		Marianne van Gemert-Falkena ZonMw	Jan Willem van der Roest Mulier Instituut			
			Ymkje Woudstra Fries Sociaal Planbureau			

PROGRAMMA DAG VAN HET SPORTONDERZOEK 2016 16.15-18.30

Serie III: Presentaties				
Thema	Diversen	Sportbeleid	Sportevenementen; impact en beleving	Sportstimulering
Lokaal	A001	A002	A009	A010
Chair	Prof. Dr. Koen Breedveld Mulier Instituut	Eric Puyt Hogeschool Arnhem Nijmegen/ Sportservice Noord Holland	Paul Hover Mulier Instituut	Dr. Lars Borghouts Fontys
16.20-16.40	Evaluatie bij zorg-en sportprofessionals van sportaanbod in de eerstelijnszorg in Nieuwegein Dorine Collard, Mulier Instituut	Zicht op werkwijze en ervaren resultaten lokale inzet buurtsportcoaches Zoë van Ginneken, Mulier Instituut	De magische multiplier: waarom het belang van bestedingen bij sportevenementen wordt overschat Michiel de Nooij, Michiel de Nooij Economisch Onderzoek en Advies	Het effect van een school-gecentreerde multi-component interventie op de dagelijkse beweging en sedentair gedrag van basisschool-leerlingen Dave van Kann, Fontys
16.40-17.00	Structurele aandacht voor goed bewegingsonderwijs zorgt voor meer motorisch vaardige kinderen Eralt Boers, Kennisspraktijk	De impact van de buurtsportcoach in het verbinden van zorg, sport en bewegen Karlijn Leenaars Wageningen Universiteit	Maatschappelijke impact Special Olympics Vera Scholten, Mulier Instituut	Georganiseerde sportactiviteiten voor peuters en kleuters: een verkennend onderzoek Dirk-Wouter Smits, Universiteit Utrecht
17.00-17.20	Sporten in de tijd van de beleving: een cultuurfilosofisch perspectief Guus Heijnen, Vrije Universiteit Brussel	Invloed van wervingsstrategieën op de bereikte doelgroep van de buurtsportcoach Eva Smit, Radboud UMC	De beleving van deelnemers aan SONS Nationale Spelen 2016 Martin Breedijk, Hogeschool van Amsterdam	Motoriek Telt: Validiteit van de 4-Vaardighedenscan Tim van Kernebeek, Hogeschool van Amsterdam
17.20-18.30	COOLING DOWN: borrel en hapje @Sportcafé/ Holland Heineken House			

Show & Tell

Openbare ruimtes begane grond en 1e verdieping Sportplein

Groningen:

Beweegvriendelijke inrichting openbare ruimte (BIOR)

Huis voor de Sport Groningen: Sportieve Gezonde School

Procare:

Sportlabs in NI

Cycling lab:

Groningen en Drenthe: dé fietsregio van Nederland!

Presteren en Voeding Serie I



Onduidelijk effect van omega-3 vetzuren op de schaatsprestatie

Dionne A. Noordhof, Sander L. van Ginkel, Koen Levels,
Stephan van der Zwaard, Mathijs Hofmijster, Richard T. Jaspers,
Willem J. van der Laarse, Cornelius J. de Ruiter en Jos J. de Koning

Faculteit der Gedrags- en Bewegingswetenschappen, Vrije Universiteit Amsterdam

Schaatsers combineren krachttraining met duurtraining. Het combineren van deze trainingsvormen resulteert in een kleinere toename in kracht dan wanneer enkel krachttraining wordt uitgevoerd. Een toename in onder andere myoglobineconcentratie zou dit interferentie-effect mogelijk kunnen verminderen. In proefdieren zorgt omega-3 vetzuursuppletie¹ en hypoxisch trainen², zoals tijdens het schaatsen plaatsvindt, voor een toename in myoglobineconcentratie. Het doel van deze studie was daarom om het effect van omega-3 vetzuren op de schaatsprestatie en prestatie-bepalende variabelen te onderzoeken.

Methode: Zevenentwintig schaatsers zijn op basis van prestatie en VO₂max random ingedeeld in de experimentele (2400 mg omega-3 visvetzuren) of placebogroep (maïsolie). Schaatsers volbrachten een maximaaltest, sprongtesten, een Wingate en een 3000-m schaatswedstrijd voor en na de suppletieperiode van gemiddeld zeven weken. De statistische analyse vond plaats met behulp van de 'magnitude-based inferences approach'.³

Resultaten: Zes proefpersonen in de experimentele groep en acht in de placebogroep volbrachten de schaatswedstrijd. De gemiddelde prestatieverandering was $-0.7 \pm 2.3\%$ in de experimentele groep en $-0.5 \pm 2.2\%$ in de placebogroep, met een onduidelijk verschil tussen de groepen (-0.2% , 90% CL 2.2%). Er werd enkel een positief effect van omega-3 vetzuren op de spronghoogte (squat jump; verschilscore 4.9%, 90% CL 4.2%) gevonden, met negatieve effecten op onder andere de VO₂ bij de ventilatoire drempel (verschilscore -6.9% , 90% CL 6.4%) en VO₂max (verschilscore -5.5% , 90% CL 3.4%).

Discussie en conclusie: Omega-3 vetzuren hebben een onduidelijk effect op de prestatie. De kans op een mogelijk negatief effect op de prestatie was 32%, op een triviaal effect 27% en op een positief effect 41%. Daarnaast had omega-3 suppletie een negatief effect op aërobe prestatiebepalende variabelen en een onduidelijk, triviaal of mogelijk positief effect op anaërobe prestatiebepalende variabelen.

Make it count: Met betrekking tot de sportprestatie wordt het schaatsers afgeraden om visoliesupplementen te gebruiken in een dosis van 2400 mg per dag.

1. Schlater AE, De Miranda MA, Frye MA, Trumble SJ, Kanatous SB. Changing the paradigm for myoglobin: a novel link between lipids and myoglobin. *J Appl Physiol.* 2014;117(3):307-315.
2. Kanatous SB, Mammen PPA, Rosenberg PB, Martin CM, White MD, Dimaio JM, Huang G, Muallem S, Garry DJ. Hypoxia reprograms calcium signaling and regulates myoglobin expression. *Am J Physiol, Cell Physiol.* 2009;296(3):C393-C402.
3. Hopkins WG, Marshall SW, Batterham AM, Hanin J. Progressive statistics for studies in sports medicine and exercise science. *Med Sci Sports Exerc.* 2009;41(1):3-13.

Effectiviteit van anti-dopingbeleid

Oliver de Hon

Versie 20-09-2016

Anti-dopingbeleid dateert van 1928, maar nam in ernst en impact toe sinds de introductie van dopingcontroles in de jaren 1960. Er zijn zelden pogingen ondernomen om op neutrale wijze de effectiviteit van dit beleid te evalueren. In het kader van een proefschrift is dit onderwerp nader bestudeerd en uitgewerkt.

Methode: De effectiviteitsvraag is bestudeerd aan de hand van literatuuronderzoek en verschillende case-studies. De case-studies bevatten zowel kwantitatieve als kwalitatieve methoden, en berusten op zowel primaire bronnen als secundaire analyses van bestaand bronnenmateriaal.

Resultaten: Anti-dopingbeleid kan alleen goed geëvalueerd worden als de impact van beleid transparant in beeld kan worden gebracht. Dit is tot nu toe te weinig gebeurd. De belangrijkste eindparameter hiervoor is de prevalentie van dopinggebruik. Hierbij moet geprobeerd worden om een onderscheid te maken tussen intentioneel en niet-intentioneel gebruik.

De beschikbare gegevens geven aan dat 4 tot 39% van de topsporters intentioneel doping gebruikt. Dit cijfer varieert sterk tussen verschillende onderzoekspopulaties. Er zijn indicaties dat tot 40% van de dopingzaken sporters betreft die niet de volledige schuld dragen van de begane overtreding.

Discussie en conclusie: Anti-doping organisaties moeten er naar streven om beide prevalentiecijfers te verlagen. Ook moeten de effecten van dopingmiddelen op de sportprestatie en de impact van anti-dopingmaatregelen op sporters en andere belanghebbenden beter in kaart worden gebracht. De sleutelbegrippen hierbij zijn 'multidisciplinair onderzoek' en 'focus op kernparameters'. Het proefschrift beschrijft de complexiteit van het bestaande anti-doping raamwerk en identificeert verschillende mogelijke verbeteringen. Maar het vormt vooral een oproep om discussies over de effectiviteit van anti-dopingbeleid veel vaker te voeren, in nauwe samenspraak met de sporters zelf. Dat is de enige wijze waarop balans in het dopingbeleid bereikt kan worden.

Make it count: De resultaten zullen de input vormen van toekomstige discussies over dopingbeleid, zowel nationaal als internationaal.

Energiegebruik en voedingsinname van profvoetballers in Nederland

Naomi Y.J. Brinkmans ¹, Nick Iedema ¹, Luc. J.C. van Loon ², Jan-Willem van Dijk ¹

Faculteit der Gedrags- en Bewegingswetenschappen, Vrije Universiteit Amsterdam

Voetbal is een veeleisende sport waarbij duurarbeid wordt afgewisseld met acceleraties en deceleraties. Profvoetballers spelen wekelijks een tot drie wedstrijden, waarnaast op drie tot vijf dagen wordt getraind. Een uitgebalanceerde voeding is essentieel om optimaal te presteren en te herstellen van wedstrijden en trainingen. Om de voedingsinname van profvoetballers te optimaliseren is meer informatie nodig over het energiegebruik en de huidige voedingsinname van deze voetballers. Het doel van dit onderzoek was het vaststellen van het energiegebruik en de voedingsinname van profvoetballers.

Methode: Een totaal van 42 (leeftijd: 23 ± 4 jaar, lengte: 182 ± 6 cm, lichaamsgewicht: 7.7 ± 7.9 kg) profvoetballers van drie Nederlandse profvoetbalclubs hebben deelgenomen aan dit observationele onderzoek. Het energiegebruik werd gemeten over een periode van 14 dagen door middel van dubbel gelabeld water (DLW). De voedingsinname werd bepaald aan de hand van drie 24-uurs recalls op een training-, wedstrijd- en rustdag. De 24-uurs recalls werden verwerkt met de software Compl-eat, en gewogen gemiddelden werden berekend voor de inname van energie, macro- en micronutriënten.

Resultaten: Het gemiddelde energiegebruik op basis van de DLW methode was 3283 ± 349 kcal/dag, terwijl de gerapporteerde energie-inname 2641 ± 693 kcal/dag bedroeg. Hiermee was de gerapporteerde energie-inname $18.7 \pm 14.6\%$ lager dan het energiegebruik. De koolhydraatinname en eiwitinname bedroegen respectievelijk 4.0 ± 1.2 g/kg lichaamsgewicht en 1.7 ± 0.5 g/kg lichaamsgewicht. De hoeveelheid vet in de voeding bedroeg 31% van de totale energie-inname. Minder dan 50% van de voetballers consumeerde voldoende vitamine A, B1, B2, D en foliumzuur.

Discussie en conclusie: De totale eiwit- en vetinname van profvoetballers voldoet aan de voedingsrichtlijnen, terwijl de koolhydraatinname lager ligt dan de richtlijn. Ook de inname van verscheidene micronutriënten blijkt te laag, wat duidt op een kwalitatief matige basisvoeding. Deze studie impliceert dat voedingsbegeleiding van profvoetballers zich moet richten op de kwaliteit van de basisvoeding en de optimalisatie van de koolhydraatinname.

Nitraatinname via de dagelijkse voeding in Nederlandse (top)atleten

Kristin Jonvik

Bietensap is een populair supplement dat door atleten wordt gebruikt om de prestatie te verbeteren. De actieve ingrediënt nitraat wordt echter ook met de gewone voeding ingenomen.

Het doel van dit onderzoek was om de dagelijkse inname van nitraat via de voeding in kaart te brengen en producten die de grootste bijdrage leveren aan nitraatinname te identificeren in een groot cohort van goed getrainde atleten.

Methode: In totaal registreerden 553 Nederlandse atleten (226 vrouwen en 327 mannen) hun voedingsinname door middel van herhaalde digitale 24-uurs dietary recalls en vragenlijsten in een periode van 2-4 weken. De nitraatgehaltes van voedselgroepen en voedingsproducten werd systematisch bepaald op basis van analyses uit Nederlandse nitraatrapporten en relevante wetenschappelijke literatuur. Vervolgens werd de individuele dagelijkse nitraatinname vanuit de 24-uurs recalls berekend.

Resultaten: De dagelijkse nitraatinname uit de voeding was 132 ± 87 mg (range 19-525 mg). Nitraatinname correleerde met energie-inname ($r=0.27$, $P<0.001$), en correleerde sterk met groente-inname ($r=0.75$, $P<0.001$). Gemiddeld werd 74% van de nitraatinname geconsumeerd via groente, aardappelen en fruit, waarbij sla en spinazie de grootste bijdrage leverden. Slechts 2% van de atleten (10 van 553) haalden een dagelijkse nitraatinname boven de standaard suppletiedosis van 400 mg. Gecorrigeerd voor energie-inname was nitraatinname substantieel hoger in vrouwen dan in mannen (15.7 ± 9.3 vs 11.3 ± 7.2 mg/MJ; $P<0.001$). Dit verschil werd veroorzaakt door een hogere groente-inname in vrouwen dan in mannen (186 ± 142 vs 136 ± 101 g/d; $P<0.001$).

Discussie en conclusie: De dagelijkse inname van nitraat uit de voeding van goed getrainde Nederlandse sporters is ~ 130 mg; met een grote spreiding tussen individuen (19-525 mg). Nitraatinname is sterk gecorreleerd met groente-inname.

Make it count: Het verhogen van de inname van nitraatrijke groente in de dagelijkse voeding zou een alternatieve strategie kunnen zijn voor nitraatsuppletie.



Presteren en Techniek Serie I

Het effect van video feedback op landingstechniek in professionele handbalsters

Anne Benjaminse

Faculteit der Gedrags- en Bewegingswetenschappen, Vrije Universiteit Amsterdam

Bij handbal scheurt de voorste kruisband (VKB) vaak bij een één- benige landing waarbij er meer wordt vereist van de onderste extremiteit dan bij een twee-benige landing. Landen op twee voeten na een sprongschot wordt daarom geadviseerd. Echter, het is van belang om te onderzoeken hoe het aanleren van een twee-benige landing na een sprongschot verbeterd kan worden. Het doel van huidige studie was om te evalueren of video feedback met een overlay methode een effectieve manier is om risico factoren voor VKB blessures te reduceren bij het landen na een sprongschot.

Methode: 16 professionele handbalsters werden willekeurig toegewezen aan een controle groep (CG: $n=8$, 17.5 ± 1.2 jaar, 172.9 ± 6.2 cm, 69.6 ± 4.3 kg) of een video groep (VG: $n=8$, 17.7 ± 0.9 jaar, 171.4 ± 3.4 cm, 64.5 ± 6.8 kg).

Beide groepen voerden de sprongschot uit in 4 sessies: pretest (5 trials), twee trainingssessies (TR1 & TR2, 2x10 trials) en een directe post-test (5 trials). Na de baseline trials (pretest) ontving de VG video feedback op verzoek in TR1 en TR2. Dit bevatte een sprongschot van een expert model met een real-time overlay met het sprongschot van de sporter zelf, wat directe vergelijking van de uitvoering mogelijk maakte. Uitkomstvariabelen waren enkel, knie en heup flexie hoeken en de Landing Error Scoring System (LESS) score.

Resultaten: De enkel, knie en heup flexie hoeken in de VG nam significant toe van pre- naar post-test ($p < 0.05$). De VG verbeterde bovendien significant de LESS score ($p < 0.05$).

Discussie en conclusie: Sporters in de VG lieten een zachtere landingstechniek zien na de feedback. Overlay video feedback is een effectieve manier om landingstechniek aan te passen zodat het risico op VKB blessures mogelijk afneemt.

Make it count: Video feedback is een krachtige tool om sportspecifieke bewegingstechnieken veiliger te maken

Zin en onzin van de Single Leg Squat als performance test voor profvoetballers

Young Fokker^{1,2}, Anne-Marie van Beijsterveldt¹,
Maarten Barendrecht³, Christine van Seters⁴, Igor Tak^{5,6},
Rob Langhout⁷ en Janine Stubbe^{1,8}

1 Hogeschool van Amsterdam, Faculteit Sport, Bewegen en Voeding, Amsterdam 2 Hogeschool van Amsterdam, Faculteit Gezondheid, Amsterdam 3 Avans+ Improving Professionals, Breda 4 Erasmus MC, Universitair Medisch Centrum, Afdeling Huisartsengeneeskunde, Rotterdam 5 Fysiotherapiepraktijk Utrecht-Oost, Utrecht 6 Academisch Medisch Centrum (AMC), Amsterdam 7 Fysiotherapiepraktijk Dukenburg, Nijmegen 8 Codarts Rotterdam, Hogeschool voor de Kunsten, Rotterdam

Performance testen verschaffen inzicht in de fysieke capaciteit van sporters en worden aan het begin van het seizoen gebruikt als screeningsinstrument voor blessures. Eén van deze testen is de Single Leg Squat (SLS). Doel van dit onderzoek is om te bepalen of de SLS binnen het profvoetbal bruikbaar is als screeningsinstrument.

Methode: Ruim 200 profvoetballers van 9 betaald voetbalclubs uit de Eredivisie en Jupiler League hebben geparticipeerd in het onderzoek. Tijdens de voorbereidingsperiode van seizoen 2015-2016 is bij de deelnemers de SLS afgenomen. De uitvoering van de test is (frontaal) gefilmd. Vooraf zijn 13 punten op het lichaam van de voetballer gemarkeerd. Eén opname bestaat uit 4 uitgevoerde testen (2x links, 2x rechts). Alle video-opnamen zijn volgens de methode Van Dingenen geanalyseerd met Kinovea

Resultaten: Gemiddeld kost het 5 minuten per voetballer om de test af te nemen. Daarnaast kost het gemiddeld 20 minuten om de beelden te analyseren. In totaal was 66% van het beeldmateriaal bruikbaar voor de analyses. Door middel van hoekbepalingen kon de kwantiteit van de beweging in kaart worden gebracht. Er was een hoge correlatie tussen de hoeken van de eerste en tweede kniebuiging en een lage correlatie tussen de kniebuigingen van het linker- en rechterbeen. De kwaliteit van de beweging kon op basis van de gebruikte scoringsystematiek niet goed worden bepaald.

Discussie en conclusie: De SLS blijkt in de huidige vorm nauwelijks bruikbaar in de praktijk. Het analyseren van de test is arbeidsintensief en foutgevoelig. Tot slot kan er alleen inzicht verkregen worden in de kwantiteit van de beweging.

Make it count: Gepleit wordt om de spelers 1 kniebuiging per been te laten maken. Daarnaast is gewerkt aan een scoringsformulier om ook de kwaliteit van de uitvoering in kaart te brengen. Beide aanbevelingen verbeteren mogelijk de praktische toepasbaarheid van de SLS binnen het profvoetbal.

Krachten dempen in ringeturnen: vergelijking van het dempingseffect van twee ringenstellen op drie krachtvariabelen tijdens een achterwaartse reuzenzwaai

Marianne Zwarthoed^{1,2}, Stephanie van Cappellen^{1,2}, Maurice Aarts², Arno Pluk

1 Vrije Universiteit (Vu) Amsterdam, Faculteit Der Gedragswetenschappen (Fgw), Human Movement Science: Sport, Exercise And Health.

2 Innosportlab 'S-Hertogenbosch - Innovatie In Gymnastische Sporten, Den Bosch.

3 Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie (Kngu), Beekbergen.

Blessures gerelateerd aan ringeturnen zijn de tweede meest voorkomende blessures in turnen (caine & nassar, 2005). Hoge piekkrachten lijken invloed te hebben op de incidentie van blessures in turnen (caraffa et al., 1996). Om piekkrachten tijdens ringeturnen te verminderen hebben toestelfabrikanten gymnova en janssen-fritsen dempingsmechanismen ontworpen. Deze studie onderzoekt de invloed van demping van gymnova ringenstel op de piekkracht, krachtstoename en totale kracht op het lichaam van een ringeturner tijdens een achterwaartse reuzenzwaai. Verwacht wordt dat een hogere demping zal leiden tot een afname in piekkracht, krachtstoename en totale kracht.

Methode: Zes elite turners, uitkomend op nationaal en internationaal niveau, voerden twee of drie achterwaartse reuzenzwaaien uit op vier verschillende, random toegepaste dempingsstanden van een gymnova ringenstel. De krachtvariabelen van deze studie werden vergeleken met de resultaten van dezelfde variabelen van het dempingsstelsel van het janssen-fritsen ringentoestel (smits & graafland, 2016).

Resultaten: Voor het gymnova ringenstel is alleen een verschil gevonden voor de krachtstoename, waarbij de hogere dempingsstanden significant lager zijn dan de laagste dempingsstand. Daarnaast zijn er geen verschillen gevonden tussen het effect van het dempingsmechanisme van gymnova en janssen-fritsen.

Discussie en conclusie: De onderlinge verschillen tussen de turners zijn voor alle variabelen groot in dit onderzoek, dit suggereert dat iedere turner anders reageert op de dempingmechanismen. Het dempingsmechanisme van gymnova zorgt alleen voor een lagere krachtstoename bij hogere demping. Er zijn geen verschillen gevonden tussen de dempingmechanismen van gymnova en janssen-fritsen.

Make it count: De bestaande dempingsmechanismen werken in de sportpraktijk niet optimaal. Een nieuw dempingsmechanisme moet ontworpen worden voor de afname van krachtvariabelen om mogelijke blessurerisico's te verlagen.

Referenties: Caine dj, nassar n (2005) gymnastics injuries.med sport sci. 48: 18–58.
Caraffa a et al. (1996). An arthroscopic and electromyographic study of painful shoulders in elite gymnasts. Knee surgery, sports traumatology and arthroscopy 4(1): 39–42.
Smits, m. & graafland, t. (2016) the effect of apparatus damping on the backward longswing on men's artistic gymnastic rings. Internal research report, innosportlab 's-hertogenbosch

Automatische bepaling van de houdingstijd bij ringeturnen tijdens de Europese kampioenschappen turnen 2014

Maurice Aarts¹, Arno Pluk²

1 Innosportlab 'S-Hertogenbosch - Innovatie In Gymnastische Sporten, Den Bosch 2 Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie (Kngu), Beekbergen

Bij ringeturnen moeten alle krachthoudingen tenminste twee seconden aangehouden worden, anders volgt een houdingstijdaftrek van 0,3 punten door de uitvoeringsjury (e-jury) voor elke tekortkoming. De beoordeling van de houdingstijd speelt een belangrijke rol in de totaalscore van een ringenoefening, maar een nauwkeurige toepassing van houdingstijdaftrek door de jury is een moeilijke en controversiële taak. Het doel van deze studie was om te onderzoeken of automatische bepaling van de houdingstijd mogelijk is tijdens de Europese kampioenschappen turnen 2014 in Sofia (Bulgarije).

Methode: Voor beide ringen werden in een janssen-fritsen ringenstel krachtsensoren ingebouwd [2]. De uitgeoefende krachten door een turner werden in-competition automatisch gemeten (1 khz) en opgeslagen, samen met high-speed video-opnamen (50 hz) voor referentiedoeleinden. Een algoritme werd ontwikkeld gebaseerd op de krachtsignalen om a) de verschillende kracht- en houdingselementen te identificeren en b) de houdingstijd van elk krachtelement te beoordelen. Tijdens het kampioenschap noteerden alle uitvoeringsjuryleden hun houdingstijdaftrek per ringenoefening op een apart blad

Resultaten: In totaal werden tijdens het Europees Kampioenschap 270 complete datasets of ringenoefeningen met bijna 1.600 jurybeoordelingen van houdingstijden verzameld. De resultaten laten zien dat voor 5 tot 18 % van de krachtelementen een houdingstijdaftrek werd toegepast [3]. Ook werd er een grote variatie in houdingstijdaftrek tussen de uitvoeringsjuryleden (e-jury) waargenomen.

Discussie en conclusie: De automatische beoordeling van de houdingstijd van krachtelementen bleek grotendeels toepasbaar, maar liet ook tekortkomingen zien in de detectie van enkele opeenvolgende krachtelementen en het niet kunnen beoordelen van de (vereiste) technisch correcte houding van een krachtelement. Er werd geconcludeerd dat er een urgent behoefte is aan (technologische) ondersteuning bij het beoordelen van de houdingstijden van krachtelementen, maar dat hiervoor een preciesere en uitgebreidere ondersteuningstool ontwikkeld moet worden.

Make it count: Samen met en op vraag van de Europese (ueg) en wereldturnbond (fig) is dit project uitgevoerd. Doel: realiseren van (technologische) ondersteuning voor de jury om de beste ringeturner te laten winnen

Referenties

- [1] fig (2015) 2013-2016 code of points men's artistic gymnastics.
- [2] fig certified still rings apparatus of janssen-fritsen. [Http://goo.gl/zunwzg](http://goo.gl/zunwzg).
- [3] m. Aarts, a. Pluk (2014) 1st report on the "smart rings", internal report, 2nd ueg mag judges' colloquium,



Sport- participatie Serie I



Verschillen in motieven en belemmeringen om te sporten en bewegen

Remko van den Dool

Met goede kennis over motieven en ervaren belemmeringen is sport en bewegen bij volwassenen te stimuleren. Een probleem is echter dat niet bewegers/sporters geen eenduidige groep vormen. Sommige niet-sporters/bewegers hebben bijvoorbeeld een gebrek aan motivatie terwijl anderen kampen met onoverkomelijke belemmeringen. Deels hangt dit samen met kenmerken zoals geslacht, religie of leeftijd. Beleidsmakers richten zich bij het stimuleren van sport en bewegen echter veelal uitsluitend op dit soort kenmerken. Hiermee negeren zij de verschillen in motivatie en belemmeringen. In dit onderzoek houden we hier wel rekening mee.

Methode: In maart 2016 heeft het Sociaal en Cultureel Planbureau een vragenblok naar de motieven en belemmeringen om te sporten en bewegen opgenomen in het NationaalSport Onderzoek (Mulier Instituut). In dit vragenblok zijn 14 motieven en 42 belemmeringen voorgelegd aan ruim 2.000 mensen van 16 jaar of ouder. Na een factoranalyse bleven vier centrale motieven en zeven centrale belemmeringen over. Hiermee is een clusteranalyse uitgevoerd om de groepen te bepalen.

Resultaten: De gevonden motieven zijn behoefte aan competitie, verbeteren gezondheid, ontspanning en stimulans van de omgeving. De belemmeringen betreffen gezondheid, tijdgebrek, (sociale) omgeving, omstandigheden, geen sportbehoefte en al voldoende beweging. Hier komen vier clusters mensen uit voort: gemotiveerde mensen die weinig belemmeringen zien, mensen die gemotiveerd zijn maar ook belemmeringen ervaren, mensen met een gemiddelde motivatie die veel belemmeringen kennen en laaggemotiveerde mensen met weinig belemmeringen. De laatste groep bestaat uit één vijfde van de volwassenen.

Discussie en conclusie: Inzicht in de motieven en belemmeringen helpt om meer begrip te krijgen waarom diverse groepen sporten en bewegen. Deze kennis is onontbeerlijk voor op maat gemaakte stimuleringsmaatregelen.

Make it count: Met de kennis is het succes van stimuleringsprogramma's te versterken.

Nationale en regionale informatie over Sport en Bewegen

Dr. Ir. Wanda Wendel-Vos, namens het netwerk kernindicatoren sport en bewegen ^A

Sinds oktober 2014 hanteert het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport een set kernindicatoren om de ontwikkelingen rondom sport en bewegen in Nederland duurzaam te volgen.¹ De 22 kernindicatoren beslaan vier thema's: participatie, topsport, economie en vitaliteit en gezondheid. Voorbeelden van kernindicatoren zijn sportdeelname, clublidmaatschap, aantal uren bewegingsonderwijs, de internationale medaillespiegel en voldoen aan de beweegnorm. Voor elke kernindicatoren is een preferente gegevensbron aangewezen.

Methode: Het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) coördineert de totstandkoming, actualisering en ontsluiting van de kernindicatoren. Dit doet het RIVM in samenwerking met de verschillende organisaties in het netwerk: Het Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP), het Mulier Instituut, Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS), VeiligheidNL, NOC*NSF en het Kenniscentrum Sport.

Resultaten: Het RIVM ontsluit de meest actuele cijfers, de trend uit het verleden en een Sport Toekomstverkenning via haar eigen website². Dezelfde informatie is ook te vinden op allesoversport.nl. Daar waar mogelijk worden regionale verschillen in Nederland getoond. Deze kaarten worden ontsloten via sportopdekaart.nl. De kernindicatoren gelden als de primaire landelijke cijfers over sport en bewegen en worden ook in internationaal verband gebruikt om de Nederlandse situatie weer te geven.

Discussie en conclusie: Het heeft grote meerwaarde dat er eenduidigheid bestaat over de landelijke cijfers op het gebied van sport en bewegen en dat deze cijfers vrij beschikbaar zijn. Inzicht in regionale verschillen is van belang voor het lokale beleid. Het komende jaar zal het overzicht van kernindicatoren worden aangevuld met verdiepende analyses waarin bijvoorbeeld kernindicatoren aan elkaar gerelateerd worden. Ook zullen de kernindicatoren steeds meer worden beschreven in de context van aanvullende cijfers om zo meer duiding te kunnen geven.

Make it count: Het heeft grote meerwaarde dat er eenduidigheid bestaat over de landelijke cijfers op het gebied van sport en bewegen, dat er continuïteit is en dat de cijfers vrij beschikbaar zijn.

Referenties

1 <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/kamerstukken/2014/10/23/kamerbrief-over-kennis-en-innovatieagenda-sport>

2 <https://www.volksgezondheidenzorg.info/sport/inhoud>

a Het netwerk kernindicatoren sport en bewegen bestaat uit Annet Tiessen-Raaphorst (SCP), Hugo van der Poel (Mulier Instituut), Andries Kuipers (CBS), Huib Valkenberg en Ellen Kemler (VeiligheidNL), Nicolette van Veldhoven (NOC*NSF), Robert Gelinck (Kenniscentrum Sport), Carolien van den Brink (RIVM, coördinator leefstijlmonitor) en Cathy Rempelberg (RIVM), Saskia van den Berg (RIVM), Martina Hoogendoorn, Ellen de Hollander en Wanda Wendel-Vos (RIVM, coördinator kernindicatoren sport en bewegen)

Is sport positief voor de persoonlijke ontwikkeling van kwetsbare jongeren?

Sabina Super, Niels Hermens, Kirsten Verkooijen en Maria Koelen

Sportdeelname wordt vaak gerelateerd aan positieve uitkomsten op fysiek, sociaal, psychologisch en cognitief gebied. Het promoten van sportdeelname zou daarom een effectieve manier kunnen zijn om het toekomstperspectief van kwetsbare jongeren te verbeteren. Het door NWO gefinancierde onderzoeksproject Jeugd, Zorg en Sport toetst deze aanname.

Methode: Data werd verzameld door het afnemen van vragenlijsten bij 284 kwetsbare jongeren in de leeftijd van 12-23 jaar. De jongeren werden benaderd via jeugdzorginstellingen en cluster-4 scholen in Nederland. Iedere jongere die deelnam, kreeg twee vragenlijsten voorgelegd binnen 6 maanden. De vragenlijsten bevatten vragen over vaardigheden, probleemgedrag, ervaren gezondheid en sportgedrag

Resultaten: De initiële resultaten laten zien dat jongeren die bij de eerste vragenlijst vaker sporten het beter doen als het gaat om schoolprestaties, ervaren gezondheid, gedragsproblemen, emotionele problemen en de vaardigheden doorzetten en omgaan met problemen en moeilijke situaties. We vonden geen relatie tussen sportdeelname en welzijn, hyperactiviteit, problemen met vriendschap, pro-sociaal gedrag en de vaardigheden plannen, monitoren en reflecteren.

Een vergelijking met de uitkomsten na 6 maanden laat zien dat jongeren die bij de eerste vragenlijst vaker sporten, na 6 maanden een hogere welzijn ervaren. Er zijn geen significante associaties tussen sportdeelname bij de eerste vragenlijst en ervaren gezondheid, schoolprestaties, gedrag en vaardigheden na 6 maanden

Discussie en conclusie: Sportdeelname door kwetsbare jongeren is geassocieerd met positieve uitkomsten van gedrag, vaardigheden, ervaren gezondheid en schoolprestaties. Na 6 maanden is er geen associatie tussen sportdeelname en de uitkomstmaten, behalve welzijn. Er is dus weinig bewijs gevonden dat sportdeelname leidt tot een positieve persoonlijke ontwikkeling

Make it count: Sport wordt veelvuldig ingezet als middel om de persoonlijke ontwikkeling van kwetsbare jongeren te stimuleren. De verwachtingen dat sport de toekomstperspectieven van jongeren kan verbeteren zijn hoog gespannen, maar de vraag rijst op of sport inderdaad een dergelijk positief effect heeft voor deze kwetsbare groep.

Hangt wie je bent, of waar je woont samen met het halen van de beweegnorm?

Marijke Jansen, Universiteit Utrecht en Dick Ettema en
Carlijn Kamphuis, Universiteit Utrecht

Wereldwijd voldoet een groot deel van de volwassen populatie niet aan beweegnormen. Dit wordt gezien als een groot gezondheidsprobleem. Er is echter beperkte kennis over de rol van sociaal-demografische factoren en fysieke kenmerken van de woonomgeving in het voldoen aan beweegnormen. Inzicht hierin draagt bij aan het doelgericht kunnen ontwikkelen van beleid en interventies die bewegen volgens de norm stimuleren.

Methode: Deelnemers (45-65 jaar) zijn geworven in Maastricht en Rotterdam. Hen werd gevraagd 7 opeenvolgende dagen een GPS- accelerometer te dragen. Achtergrondkenmerken werden door middel van een vragenlijst verzameld. Fysieke kenmerken van de woonomgeving (bv. percentages groen) werden herleid uit gegevens over bodemgebruik van het Centraal Bureau voor de Statistiek. Als woonomgeving werd een straal van 400 meter om het huisadres van de deelnemer gehanteerd.

Resultaten: Volwassenen met een minder goede gezondheid voldeden minder vaak aan de World Health Organization norm voor voldoende bewegen dan mensen met een zeer goede gezondheid. Hondbezitters voldeden juist vaker aan de norm dan mensen zonder hond. Volwassenen die meer recreatiemogelijkheden in hun woonomgeving hadden (bv. picknickplaatsen, speelplaatsen) voldeden minder vaak aan de norm, terwijl mensen die meer grote groengebieden in hun woonomgeving hadden vaker aan de norm voldeden. De relatie tussen deze omgevingskenmerken en het voldoen aan de norm verschilde nauwelijks tussen mensen die meer of minder tijd in hun woonomgeving doorbrachten.

Discussie en conclusie: Zowel sociaal-demografische factoren als kenmerken van de woonomgeving spelen een rol in het voldoen aan de beweegnorm. Woonomgevingskenmerken spelen een rol, ongeacht de hoeveelheid tijd die men doorbrengt in deze woonomgeving.

Make it count: Dit onderzoek biedt handvatten voor het doelgroep gericht ontwikkelen van passende, ruimtelijke interventies gericht op het stimuleren van bewegen volgens de beweegnormen. .



Leefstijl Interventie Serie I



Vroeg motorische mijlpalen beïnvloeden fysieke activiteit van kleuters

Silvia I. Brouwer^{1,2}, Ronald P. Stolk², Eva Corpeleijn²

1Hanze University of Applied Sciences Groningen, Sportstudies, 2Universitair Medisch Centrum Groningen, Epidemiologie

Er is veel onderzoek gedaan naar het belang van fysieke activiteit en een heel breed spectrum van gezondheidsvoordelen in kinderen. Omdat fysiek actieve kinderen tijdens de adolescentie en ook op volwassen leeftijd vaak fysiek actiever zijn, is het belangrijk om te weten welke factoren van invloed zijn op de fysieke activiteit in kinderen. Een belangrijke factor die invloed heeft op fysieke activiteit bij kinderen is motorische ontwikkeling. Er is echter weinig bekend of heel vroeg motorische ontwikkeling ook de fysieke activiteit een paar jaar later beïnvloedt. Het doel van deze studie was om te kijken of het moment waarop babies hun eerste motorische mijlpalen behalen van invloed is op objectief gemeten fysieke activiteit tijdens de kleutertijd. Verder is gekeken of fysiek actievere kleuters ook een gezondere lichaamssamenstelling en bloeddruk hadden.

Methode: Gegevens van 1135 kinderen (leeftijd 5.6 ± 0.8 jaar) zijn verzameld. Vroeg motorische ontwikkeling is gemeten via een vragenlijst waarop de ouder moest invullen op met hoeveel maanden het kind voor het eerst los kon lopen. Op 5 jarige leeftijd is fysieke activiteit gemeten aan de hand van Actigraph. Kinderen moesten minimaal 3 dagen van 10 uren de Actigraph dragen. Body mass index, taille omtrek en bloeddruk zijn gemeten.

Resultaten: Lineaire regressie analyse, waarin gecorrigeerd werd voor leeftijd, geslacht en opleidingsniveau van de moeder, liet zien dat babies die hun motorische mijlpalen eerder behaalden, op 5 jarige leeftijd minder tijd sedentair doorbrachten ($\beta=0.13$, $p<0.001$), meer tijd in matig tot hoog intensieve activiteiten doorbrachten ($\beta=-0.16$, $p<0.001$) en een hoger totaal aantal counts hadden voor fysieke activiteit ($\beta=-0.13$, $p<0.001$). Zowel vroeg motorische ontwikkeling als fysieke activiteit hadden geen relatie met BMI, taille omtrek of bloeddruk op 5 jarige leeftijd.

Discussie en conclusie: Babies die vroeg kunnen lopen zijn tijdens de kleutertijd minder sedentair en meer matig tot hoog fysiek actief.

WIJS in de praktijk: wordt een 'goed onderbouwd' interventie-programma voor kinderen met overgewicht ook goed uitgevoerd?

Gitte Kloek, Laquinta Arents, Stella Chong, Sanne de Vries,
Marie-Pauline Luger, Tinus Jongert

Het WIJS programma is een erkende 'goed onderbouwde', multidisciplinaire interventie voor kinderen met overgewicht of obesitas (RIVM CGL, 2016). Het naschoolse programma bestaat uit een serie beweeg-, voedings- en coachingslessen. In deze studie is met een procesevaluatie onderzocht of de lessen hun doelen bereiken. Hierbij was expliciet aandacht voor de uitvoering van de beweeglessen aan de hand van het FITT principe (Kenney, Wilmore & Costill, 2012, p. 508).

Methode: De opbouw van de verschillende lessen en het optreden van verstoringen tijdens de les is op 2 locaties bij 43 lessen geobserveerd. Daarnaast is met hartslag- en versnellingsmeters de intensiteit van de beweeglessen onderzocht (n=60 deelnemers verdeeld over 15 lessen). Tot slot zijn 8 half-gestructureerde interviews afgenomen bij uitvoerders van het programma over bevorderende en belemmerende factoren.

Resultaten: 60% van de geobserveerde lessen (bewegen: 0%, voeding: 79%, coaching: 100%) werd uitgevoerd zoals beschreven in de draaiboeken. De gemiddelde hartslagfrequentie tijdens de beweeglessen was 136 BPM. Voor de deelnemers hadden de beweeglessen gedurende 42% van de lestijd een matig tot zwaar intensieve intensiteit. Het 'tussendoor praten' door de deelnemers was de meest voorkomende verstoring. Tijdtekort, drukke kinderen en de beperkingen van materialen/locatie waren voor de uitvoerders knelpunten.

Discussie en conclusie: De voedings- en coachingslessen worden uitgevoerd zoals bedoeld, de beweeglessen echter niet. De beweeglessen leveren wel een bijdrage aan het behalen van de NNGB (één uur matig intensieve lichamelijke activiteit per dag), maar zijn beperkt gericht op het verbeteren van lichamelijke fitheid.

Make it count: Een goede uitvoering van een interventieprogramma kan bijdragen aan positievere resultaten. Durlak en DuPre (2008) gaan er van uit dat minimaal 60% van een interventie moet worden uitgevoerd zoals bedoeld om de verwachte effecten te behalen. Voor de uitvoering van de beweeglessen binnen het WIJS programma is nog ruimte voor verbetering

Referenties

Durlak J.A. & DuPre E.P. (2008). Implementation Matters: A Review of Research on the Influence of Implementation on Program Outcomes and the Factors Affecting Implementation. American Journal of Community Psychology, 41, 327-350.

Kenney, W.L., Wilmore, J. & Costill, D. (2012). Physiology of sport and exercise (5th edition). Champaign IL, Human Kinetics.

RIVM Centrum Gezond Leven (2016, 22 juni). WIJS Wat is Jouw Stijl. In Interventiedatabase Gezond en Actief Leven. Geraadpleegd op 28-06-2016, van <https://www.loketgezondleven.nl/interventies/i-database/1401593>.

De implementatie van het programma Revalidatie, Sport en Bewegen in achttien revalidatie-instellingen: resultaten na drie jaar

Femke Hoekstra, Florentina J. Hettinga, Cees P. van der Schans, Trynke Hoekstra, Marjo Duijf, Rienk Dekker, Lucas H.V. van der Woude

Het wetenschappelijk gefundeerde programma 'Revalidatie, Sport en Bewegen' (RSB) heeft als doel om mensen met een beperking te stimuleren om deel te nemen aan sport- en/of beweegactiviteiten tijdens en na een revalidatiebehandeling. De implementatie van het programma RSB binnen een revalidatie-instelling bestaat onder andere uit het opzetten van een Sportloket, waarvandaan patiënten begeleiding (adviesgesprek en counselinggesprekken) ontvangen om een actieve leefstijl te ontwikkelen en te behouden. Deze studie presenteert de resultaten van de implementatie van het programma RSB in achttien revalidatie-instellingen over een periode van drie jaar.

Methode: De evaluatie is uitgevoerd aan de hand van vijf proces uitkomstmaten: bereik, dosis, kwaliteit, tevredenheid en continuering. Informatie over alle deelnemende patiënten is verkregen met behulp van een online registratiesysteem. Daarnaast is betrokken professionals (N=70) jaarlijks (T0:2013, T1:2014, T2:2015) gevraagd om een vragenlijst in te vullen over de implementatie van het programma in hun instelling.

Resultaten: Bereik: 5873 patiënten zijn geregistreerd als deelnemer aan het programma RSB bij één van de 26 opgezette Sportloketten. Dosis: Bijna 90% van de patiënten heeft een adviesgesprek en één of meerdere counselinggesprekken aangeboden gekregen. Kwaliteit: De mate waarin het programma in zijn volledigheid geïmplementeerd is, varieert over de tijd (gemiddelde kwaliteitsscores T0:58±33%, T1:72±23%, T2:58±21%). Tevredenheid: Professionals waarderen het programma RSB met een ruime voldoende (T0:8.1, T1:8.0, T2:8.3). Continuering: Zestien instellingen (89%) hebben formeel aangegeven dat het programma wordt voortgezet.

Discussie en conclusie: De landelijke implementatie van het programma RSB heeft geleid tot het opzetten van 26 Sportloketten. Hoewel aan het einde van de programmaperiode een afname was in het bereik en kwaliteit van de implementatie, ziet de continuering van het programma RSB op de langere termijn er positief uit.

Make it count: De inzichten van dit onderzoek kunnen gebruikt worden om de integratie van sport- en bewegingsstimuleringsactiviteiten in de dagelijkse revalidatiepraktijk verder uit te breiden en/of te optimaliseren.

Referentiewaarden en bepalende factoren van de aerobe fitheid van jongeren, gemeten met de PACER-15 m test.

Dr. G.E.C.Slager, Opleiding Fysiotherapie Groningen

De aerobe fitheid (AF) is een van de belangrijkste componenten van fysieke gezondheid en wordt op basis- en middelbare scholen vaak gemeten met de shuttle run test. Deze test kan op veel scholen echter niet correct worden uitgevoerd, omdat de gymzaal te klein is. In deze situaties kan de PACER-15 test worden gebruikt. Dit is een 15 m-shuttle run test, ontwikkeld voor scholen met een kleine gymzaal, waarbij de loopafstand maximaal 18 m is. Het doel van het onderzoek is 1. Nederlandse leeftijds- en geslachtsafhankelijke referentiewaarden bepalen van de PACER-15 test bij jongeren van 12 -17 jaar. 2. De test-hertest-betrouwbaarheid van de PACER-15 bepalen.

Methode: Jongeren van 2 middelbare scholengemeenschappen in het noorden van Nederland werden gerekruteerd. Op 1 school werd de PACER-15 2x uitgevoerd. Normwaarden zijn vertaald in percentielwaarden (p5-p95) en er is een lineaire regressie analyse uitgevoerd met de volgende variabelen: leeftijd (A, in jaren) , geslacht (G, jongens =1, meisjes =0) , BMI (B in kg/m²), opleidingsniveau E1 (basisberoeps), E2 (kader), E3 (mavo), E4 (havo), E5 (vwo) en het aantal uren sport per week (S in uren). De betrouwbaarheid werd berekend met de ICC, met een 95% betrouwbaarheidsinterval (CI-95%) en de level of agreement (LOA).

Resultaten: 1838 leerlingen werden geïnccludeerd (985 jongens, 853 meisjes). Percentielwaarden werden bepaald en in tabellen weergegeven. Bij jongens neemt de AF (in aantal gelopen shuttles) toe met de leeftijd, bij meisjes is er slechts een kleine toename na 13 jaar. Individuele normwaarden kunnen worden bepaald met de regressievergelijking $AF = 3,6 + 18,6 \cdot G + 4,7 \cdot A - 2,2 \cdot B + 3,9 \cdot E2 + 11,1 \cdot E3 + 12,9 \cdot E4 + 23,7 \cdot E5 + 2,1 \cdot S$. De test-hertest-betrouwbaarheid (n=875) was ICC 0,85; (CI-95%: 0,83-0,87) met een LOA van +/- 25,71.

Discussie en conclusie: Er zijn normwaarden geformuleerd van jongeren voor de PACER-15 test. Aan de hand van deze normwaarden kunnen individuele waarden beoordeeld worden. De relatieve test-hertest betrouwbaarheid van de PACER is excellent, de absolute betrouwbaarheid is matig. De test is geschikt om de aerobe fitheid van adolescenten van 12 – 17 jaar te meten op middelbare scholen.



Digitalisering Serie I



InteliRun: Ontwikkeling van een evidence-based en gepersonaliseerde hardloop-app

Dallinga JM¹, van der Bie JHF², Kröse BJA³,
Baart de la Faille – Deutekom M⁴

1 Hogeschool Inholland en Hogeschool van Amsterdam, Lectoraat Kracht van sport, 2 Hogeschool van Amsterdam, Lectoraat Digital Life, 3 Hogeschool van Amsterdam, Lectoraat Digital Life en Universiteit van Amsterdam, 4 Hogeschool Inholland en Hogeschool van Amsterdam, Lectoraat Kracht van sport

Er zijn meer dan 30.000 sport applicaties (apps) beschikbaar in de App Stores, maar de meeste van deze apps zijn niet evidence-based en geven geen persoonlijke feedback (Knight, Stuckey, Prapavessis, & Petrella, 2015). Daarom is een nieuwe app ontwikkeld, InteliRun, met als doel hardlopers te begeleiden bij hun trainingen en bewegen te stimuleren. Hierin zijn nieuwe functies opgenomen zoals stapfrequentie meting, stemanalyse om vermoeidheidsniveau te bepalen en een module voor persoonlijke motivatieberichten. Het doel van deze studie is ervaringen met de InteliRun-app te evalueren en het beweeggedrag via de app en gebruik van functies in kaart te brengen.

Methodie: In april 2016 hebben studenten (n=7) een eerste versie van deze app getest gedurende drie weken. Naast een smartphone met de app ontvingen ze een MIO Link hartslagmeter. Gebruiksvriendelijkheid (System Usability Scale (SUS), 0-100) (Bangor, Kortum, & Miller, 2008) en ervaringen met de app werden middels vragenlijsten geëvalueerd. Op basis van deze eerste ervaringen is een golden demo van de app ontwikkeld. Deze versie wordt gedurende juli tot september 2016 getest door 26 recreatieve hardlopers. Gebruiksvriendelijkheid en ervaringen met de app worden wederom bepaald. Daarnaast wordt via de app het beweeggedrag en het gebruik van functies gemeten.

Resultaten: De gemiddelde SUS-score voor de eerste pilot was 64,3. Aandachtspunten waren de lay-out, de koppeling met de Mio Link en een beperkt aantal functies. Verbeterpunten waren een coachstem toevoegen en meer statistieken tonen. Deze feedback werd zoveel mogelijk verwerkt in de nieuwe versie. In september zijn de resultaten van de golden demo test onder hardlopers bekend.

Discussie en conclusie: De resultaten van de testfase worden gepresenteerd. Met de feedback van de gebruikers zal de app verder geoptimaliseerd worden. Om hardlopers te stimuleren te (blijven) sporten is het personaliseren van de app en het betrekken van de doelgroep cruciaal (Foster, Richards, Thorogood, & Hillsdon, 2013).

Referenties

Bangor, A., Kortum, P. T., & Miller, J. T. (2008). An empirical evaluation of the system usability scale. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 24(6), 574-594.

Sportmedische App om Gezondheid en Fitheid van Werknemers te bevorderen

Hilco Prins¹, Marike Hettinga¹, Wouter Keuning¹,
Sietske van Berkel²

1 Lectoraat ICT-innovaties in de Zorg, Windesheim, Zwolle 2 Sportgeneeskunde, Isala, Zwolle

Regelmatige lichamelijke activiteit geeft gezondheidsvoordelen [1]. Bedrijven hebben belang bij gezonde en fitte werknemers. Voor werkgevers is het belangrijk om dit op verantwoorde manier te bevorderen. Hiertoe bieden de sportartsen van Isala al langer een sportmedische begeleidingsprogramma aan. Dit één jaar durend programma behelst o.a. een sportmedische keuring, advies en begeleiding. De sportartsen wilden smartphonetechnologie gebruiken om de begeleiding uit te breiden. Dit diende aan te sluiten bij sportmedische richtlijnen [2].

Methode: Omdat niet alle details van het eindproduct onmiddellijk duidelijk waren, is de incrementele en iteratieve ontwikkelmethode Scrum [3] gebruikt waarbij wekelijks input werd verkregen van een sportarts. Tijdens de ontwikkeling zijn testgebruikers ingezet en is een pilot gedaan met eindgebruikers. Daarnaast gaven sportartsen via een focusgroepbijeenkomst feedback.

Resultaten: Er is een prototype mobiele data-tracking systeem ontwikkeld dat het (o.a.) mogelijk maakt om: werknemers toegang te geven tot de uitslagen van hun sportmedische keuringen gekoppeld aan hun voor leeftijd en geslacht gecorrigeerde normwaarden; doelen in te voeren die zijn geadviseerd door de sportarts; gebruik te maken van een hartslagsensor en een app voor het invoeren van trainingsgegevens door de werknemers zelf; importeren van gegevens uit andere sportapps; het bepalen van individuele hartslagzones en het berekenen van energieverbruik op basis van sportmedische testuitslagen. Verder worden alle cliëntgegevens vertrouwelijk opgeslagen in één database onder beheer van de sportartsen, bijvoorbeeld om rapportages te verzorgen en wetenschappelijke analyses uit te voeren.

Discussie en conclusie: Gewenste uitbreidingen omvatten het vergelijken van activiteiten met de Nederlandse Norm Gezond Bewegen en de Fitnorm en het periodiek laten invoeren van gegevens over gezondheid. Het systeem zou ook toegepast kunnen worden bij klinische doelgroepen zoals chronische zieken.

Make it count: Dit sportmedisch ondersteuningssysteem kan sporten stimuleren onder mensen voor wie dat geen vanzelfsprekendheid is en zo een positieve bijdrage leveren aan hun gezondheid en fitheid.

Referenties

- [1] G. C. W. Wendel-Vos. (2014). Wat zijn de mogelijke gezondheidsgevolgen van lichamelijke (in) activiteit? In: Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: RIVM. Geraadpleegd op 26 augustus 2016, van: <http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/leefstijl/lichamelijke-activiteit/wat-zijn-de-mogelijke-gezondheidsgevolgen-van-lichamelijke-activiteit/>
- [2] F. Modave, J. Bian, T. Leavitt, J. Bromwell, C. Harris and H. Vincent. (2015). Low Quality of Free Coaching Apps With Respect to the American College of Sports Medicine Guidelines: A Review of Current Mobile Apps. JMIR Mhealth Uhealth, 24;3(3):e77. doi: 10.2196/mhealth.4669.
- [3] K. Schwaber and J. Sutherland. (2016). Scrum Guide. Geraadpleegd op 26 augustus 2016, van: <http://www.scrumguides.org/docs/scrumguide/v2016/2016-Scrum-Guide-US.pdf#zoom=100>

Active2Gether – een beweegapp om jongvolwassenen lichamelijk actiever te krijgen en te houden

A. Middelweerd^{1,2}, S.J. te Velde^{1,2}, J.S. Mollee³, A. Manzoor³,
Prof. Dr. J. Brug⁴

1 VU Medical Center Amsterdam, 2 EMGO Institute for Health and Care, 3 Vrije Universiteit Amsterdam, 4 VU Medical Center Amsterdam

Active2Gether (A2G) is een zeer geavanceerde app die gepersonaliseerde berichten stuurt die zijn afgestemd op sociaalpsychologische en op sociale en fysieke omgevingsfactoren van de gebruiker. De berichten maken gebruik van gedragsveranderingstechnieken zoals doelen stellen, sociale vergelijking en het monitoren van gedrag. De A2G-app is gelinkt met een Fitbit One die onder andere het aantal stappen en trappen per dag meet. Het doel van de A2G-app is om jongvolwassenen te stimuleren om vaker te sporten, trap te lopen en voor actief transport te kiezen om daarmee tijd besteed aan matig-tot-intensieve activiteiten (MVPA) te verhogen.

Methode: De effectiviteit van de interventie is in een 3-armige trial gedurende 12 weken in 2016 onderzocht. Gezonde jongvolwassenen (18-30 jaar) werden in drie groepen verdeeld: 1) A2G volledig gepersonaliseerde interventie; 2) de A2G niet-gepersonaliseerde versie met alleen 'zelf-monitoring' en sociale vergelijking; 3) de Fitbit conditie. Deelnemers vulden drie keer (baseline, 6- en 12 weken follow-up) een online vragenlijst in over bewegen en gedragsdeterminanten en ze droegen twee keer gedurende een week een Actigraph GT3x+ (baseline en 12 weken follow-up). Regressie analyses worden gebruikt om het effect van de A2G-app op het aantal minuten MVPA per week en de determinanten van gedrag te onderzoeken in vergelijking met de 'niet-gepersonaliseerde versie' en de Fitbit-app.

Resultaten: 104 deelnemers (±23 jaar en 83 vrouw) startten de studie. Op baseline besteedden zij gemiddeld 39,9 minuten/dag aan MVPA. Voorlopige analyses laten een stijging in minuten MVPA per week zien voor beide A2G groepen.

Discussie en conclusie: Deze studie gaat de effectiviteit van een innovatieve en zeer gepersonaliseerde beweeg-app onderzoeken in vergelijking met een niet-gepersonaliseerde variant van de A2G app en een bestaande app, de Fitbit.

De motivatie van wel en niet-gebruikers van een wearable tijdens het hardlopen

Christiaan Hartmans

Gebruik van een 'wearable', zoals een sporthorloge, applicatie of activity tracker tijdens het hardlopen is erg in opkomst. Wearables hebben de potentie om hardlopers te begeleiden en motiveren tijdens sporten. Bij dit onderzoek is gekeken naar verschil in motivatie tussen hardlopers die wel of niet gebruik maken van wearables.

Methode: 18.000 hardlopers van de Dam tot Damloop werd vier maanden voor en twee dagen na het evenement per email gevraagd een online vragenlijst in te vullen. Gebruik van een wearable en motivatie voor sportdeelname werden hierin gemeten. De motivatie werd gemeten middels de Sport Motivation Scale (SMS-II) (Pelletier, Rocchi, Vallerand, Deci, & Ryan, 2013).

Resultaten: 1.934 deelnemers hebben beide vragenlijsten ingevuld. De gebruikers van een sporthorloge met GPS (1), een sporthorloge gekoppeld aan telefoon (2) en een activity tracker (3) scoorden bij de intrinsieke ($p_1=0,000$; $p_2=0,000$; $p_3=0,000$), geïntegreerde ($p_1=0,000$; $p_2=0,040$; $p_3=0,017$) en geïdentificeerde ($p_1=0,007$; $p_2=0,007$; $p_3=0,013$) motivatie hoger dan de niet-gebruikers. Dit verschil was er niet bij de geïntrojecteerde, externe en ongemotiveerde motivatie. Tussen de gebruikers en niet-gebruikers van een applicatie waren er verschillen in score bij de intrinsieke ($p=0,003$), geïdentificeerde ($p=0,004$) en geïntrojecteerde ($p=0,001$) motivatie. Op de Relatieve Autonomie Index Score (totaal score o.b.v. alle motivatie types) scoorden de gebruikers van een sporthorloge met GPS (1), een sporthorloge gekoppeld aan telefoon (2) en een activity tracker (3) significant hoger ($p_1=0,000$; $p_2=0,010$; $p_3=0,000$). Dit verschil was niet aanwezig tussen gebruikers en niet-gebruikers van een applicatie.

Discussie en conclusie: Hardlopers die een wearable gebruikten scoorden hoger op intrinsieke en geïdentificeerde motivatie. Deze typen motivatie zijn gerelateerd aan hogere sportparticipatie en betere prestatie (Gillet, Vallerand, Amoura, & Baldes, 2010; Vallerand, 2007). Verder onderzoek moet uitwijzen of wearables motivatie verhogen of dat personen met een hoge motivatie vaker wearables gaan gebruiken. Deze informatie is relevant voor de ontwikkeling van prestatie of sportparticipatie bevorderende wearables.

Referenties:

Gillet, N., Vallerand, R. J., Amoura, S., & Baldes, B. (2010). Influence of coaches' autonomy support on athletes' motivation and sport performance: A test of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 11(2), 155-161.



Aangepast Sporten Serie I

Ervaringen van mensen met type 2 diabetes met beweegzorgverlening

Mirjam Stuij^{1,2}

1 Mulier Instituut, Utrecht, 2 VU Medisch Centrum, Amsterdam

Het NWO-project Sport in Tijden van Ziekte gaat over betekenissen van sport en bewegen voor mensen met een chronische ziekte/aandoening, waaronder diabetes, en over hoe die betekenissen in de zorgcontext vorm krijgen (www.stzverhalen.nl). Veel wetenschappelijke studies wijzen op een positief effect van sport en/of lichaamsbeweging bij diabetes. Deze bevindingen resulteren in aandacht voor beweeg-/sportadviezen in richtlijnen voor zorgverleners (Rutten ea, 2013; Zorgstandaard Diabetes). In deze presentatie gaan we in op hoe mensen met diabetes type 2 deze 'beweegzorgverlening' ervaren.

Methode: Op basis van een zeer open interviewformat hebben we 18 verhalen van mensen met type 2 diabetes opgetekend. Deze verhalen gaan over leven met diabetes, de rol van bewegen/sport en ervaringen met de zorgverlening. Ze zijn op een narratieve wijze geanalyseerd.

Resultaten: Enkele respondenten waren tevreden met de informatie die ze over bewegen van de huisarts/praktijkondersteuner kregen, maar niet iedereen heeft aandacht voor bewegen/sport van zorgverleners ervaren. Zo ervaarde een aantal respondenten met een sporthistorie weinig begeleiding vanuit de zorgverlening bij het willen voortzetten van hun sport na diagnose. Anderen gaven aan dat er tijdens consulten – vooral bij de internist – te weinig tijd is om over het leven met diabetes te praten, laat staan over hoe bewegen/sport daarin te integreren is. Eén man vertelde dat hij het gevoel had dat zijn zorgverleners in een andere wereld leven, een wereld waarin gezond leven heel normaal is. Daardoor kwamen hun boodschappen niet bij hem aan.

Discussie en conclusie: Hoewel bewegen/sport volgens richtlijnen onderdeel van de diabetesbehandeling behoort te zijn, laten deze verhalen zien dat mensen met diabetes niet altijd (goede) aandacht voor het onderwerp ervaren. Deze bevindingen worden gestaafd door een eerdere kwantitatieve studie (Stuij ea. 2014).

Referenties

Rutten, G., De Grauw, W., Nijpels, G., Houweling, S., Van de Laar, F., Bilo, H., Holleman, F., Burgers, J., Wiersma, J. & Janssen, P. (2013). NHG-Standaard Diabetes mellitus type 2 (derde herziening). Huisarts Wet, 56(10): 512-25. Stuij, M., Elling, A. & Abma, T. (2014). Mensen met diabetes over sport, bewegen en ziekte. Resultaten kwantitatieve studie. Utrecht: Mulier Instituut. Zorgstandaard Diabetes: www.zorgstandaarddiabetes.nl

Sportwens en tevredenheid over sportaanbod van kinderen met een beperking

Afke Kerkstra, Msc¹, Dr. Marije Baart de la Faille- Deutekom²

1 Hogeschool InHolland 2 Lector HvA/InHolland

Het Europese project Sport Empowers Disabled Youth (SEDY) heeft als doel een bijdrage te leveren aan het verhogen van sportparticipatie van kinderen met een beperking door de sportwens en het aanbod beter bij elkaar te brengen. De sportparticipatie van kinderen met een beperking blijft achter bij hun leeftijdgenoten zonder beperking (Von Heijden et al, 2013). Deelnemen aan sportactiviteiten heeft een positief effect op de sociaal emotionele ontwikkeling van kinderen met een beperking (Crawford, 2015).

Doel: De huidige sportwens en tevredenheid over sportaanbod in kaart brengen van kinderen met een beperking en achter de behoeftes komen met betrekking tot sport en bewegen. Nadat de Nederlandse situatie in kaart is gebracht zal een vergelijking gemaakt worden met een aantal andere landen in Europa binnen het SEDY project

Methode: Voor dit kwantitatieve onderzoek is er een enquête afgenomen op drie sportdagen in Nederland voor cluster 3 en 4 scholen. Er is gevraagd naar tevredenheid over sportaanbod en er zijn een aantal stellingen voorgelegd

Resultaten: Aan het onderzoek hebben 89 kinderen mee gedaan. Gemiddelde leeftijd was 14 jaar (SD 2,2). Gevonden is dat 65% tevreden is over het huidige sportaanbod, 48% zegt genoeg keus te hebben en 54% zegt dat sporten meer zelfvertrouwen geeft. Op de vraag als je een sport zou willen doen in je vrije tijd dan het liefste blijkt dat 62% in een groep wil sporten en 55% wil sporten voor het plezier.

Discussie en conclusie: Kinderen op de sportdagen cluster 3 en 4 scholen zijn over het algemeen tevreden over het sportaanbod, maar zouden nog meer keus willen hebben. De enquête bleek lastig om individueel ingevuld te worden. De kinderen hebben dus hulp gehad van een begeleider bij het invullen van de enquête

Referenties

Crawford, C., Fernie, B., & Burns, J. (2015). Psychosocial impact of involvement in the Special Olympics. *Research in Development Disabilities*, 45-46 93-102

Heijden, A. von, Dool, R. van den, Lindert, C. van & Breedveld, K. (2013) (On)beperkt Sportief 2013. Monitor sport- en beweegdeelname van mensen met een handicap. Utrecht/Nieuwegein: Mulier Instituut/Arko Sports Media.

Fitness trends in kinderen met cerebrale parese

Maremka Zwinkels MSc.¹, Tim Takken PhD², Thijs Ruyten BSc.¹, Anne Visser-Meily PhD^{1,3}, Olaf Verschuren PhD¹ *on behalf of the Sport-2-Stay-Fit study group*

1. Center of Excellence for Rehabilitation Medicine and Brain Center Rudolf Magnus, De Hoogstraat Rehabilitation and University Medical Center Utrecht, 2. Child Development and Exercise Center, UMC Utrecht
3. Physical Therapy Science and Sports, UMC Utrecht

Fitheid is tegenwoordig een belangrijk aandachtspunt in de gezondheidszorg. Vooral in de laatste 10 jaar zijn er veel inzichten gekomen in het trainen van kinderen met cerebrale parese (CP).¹ Deze studie vergelijkt (1) lichaamssamenstelling, (2) prestatie-gerelateerde fitheid, en (3) cardiorespiratoire fitheid in kinderen met CP gemeten in 2014 met data verzameld in 2004.

Methodes: Data uit 2014 werd gematched met data uit 2004 op geslacht, lengte en Gross Motor Function Classification System (GMFCS) niveau. In totaal werden 50 kinderen met CP (26 jongens; leeftijd (mean±SD) 13.7 ± 2.8 jaar; range 8-18; 30 met GMFCS-niveau I) vergeleken op (1) lichaamsgewicht en body-mass-index (BMI), (2) Muscle Power Sprint Test (MPST), 10x5 meter sprint test, en behaalde trap op de 10-meter shuttle run test (SRT). Data van 30 kinderen met CP (20 jongens; leeftijd 12.7 ± 2.7 jaar; range 7-18; 16 met GMFCS-niveau I) waren beschikbaar voor analyses van de (3) VO2peak.

Resultaten: Gewicht en BMI nam significant toe met 26% en 20% tussen 2004 en 2014 (p=.010; p=.004). De prestatie-gerelateerde fitheid verbeterde met 99% op de MPST (p=.004), met 23% op de 10x5 meter sprint test (p=0.001), en met 67% op de behaalde trap op de SRT (p<.000). Daarentegen werd er geen verschil gevonden op de VO2peak (ml/kg/min) gemeten tijdens de SRT (p=.339).

Discussie en conclusie: Alhoewel de VO2peak gelijk is gebleven, hebben veranderingen in de gezondheidszorg mogelijk wel de vooruitgang van de prestatie-gerelateerde fitheid bij kinderen met CP in 10 jaar bewerkstelligd. De grote toename in gewicht en BMI kan mogelijk deels verklaard worden door toename in spiermassa, maar desalniettemin lijkt het ook een toename van vetpercentage, maar dit zal vervolgonderzoek uit moeten sluiten.

Make it count: Prestatie-gerelateerde fitheid is verbeterd bij kinderen met CP tussen 2004-2014. Hierdoor kunnen de referentiewaarden van Verschuren et al. 2010 mogelijk de prestatie onderschatten.^{2,3}

Referenties

1. Maltais D, Wiart L, Fowler E, Verschuren O, Damiano D. Health-related physical fitness for children with cerebral palsy. *J Child Neurol.* 2014;29(8):1091–100. 2. Verschuren O, Bloemen M, Kruitwagen C, Takken T. Reference values for anaerobic performance and agility in ambulatory children and adolescents with cerebral palsy. *Dev Med Child Neurol.* 2010 Oct;52(10):e222–8. 3. Verschuren O, Bloemen M, Kruitwagen C, Takken T. Reference values for aerobic fitness in children, adolescents, and young adults who have cerebral palsy and are ambulatory. *Phys Ther.* 2010 Aug;90(8):1148–56. 015). Psychosocial impact of involvement in the Special Olympics. *Research in Development Disabilities,* 45-46 93-102 Heijden, A. von,

Bewegings- onderwijs Serie I



Constructive Alignment in LO in Nederland: een Mixed Methods aanpak

Lars B. Borghouts¹, Menno Slingerland¹, Steven Vos^{1,2}

1 Fontys Sporthogeschool, Eindhoven, Nederland, 2 TU Eindhoven, Eindhoven, The Netherlands.

Om een optimale leeromgeving te creëren, moeten leerdoelen, onderwijsactiviteiten en beoordeling coherent zijn ('constructive alignment')⁽¹⁾. Eerder onderzoek vanuit het 'Punt voor Gym'-project⁽²⁾, alsmede internationaal onderzoek, suggereert dat dit bij LO niet het geval zou zijn⁽³⁾. Deze studie onderzoekt constructive alignment en hoe hierover wordt gedacht door leraren LO in Nederland.

Methodie: Een mixed-methods design werd toegepast. 106 LO docenten vulden een vragenlijst in over leerdoelen, onderwijsactiviteiten en beoordeling in hun meest recente lessenserie. Daarnaast werd bij 13 docenten een semi-gestructureerd interview afgenomen.

Resultaten: Vragenlijst: In 84% van de lessenseries met motorische doelen, werden hiervoor ook lesactiviteiten en beoordeling gerapporteerd, indicatief voor een hoge mate van alignment. Voor andere aspecten zoals spelinzicht (69%), kennis (42%), social gedrag (53%) en fitheid (42%), scoorde alignment beduidend lager.

Interviews: leraren vinden constructive alignment op hun eigen school sub-optimaal en dat het curriculum vaak slecht omschreven is. Ze zien heterogeniteit van de klassen als een complicerende factor, en 'inzet' wordt hierom vaak mee-beoordeeld. Voor 'inzet' zijn meestal echter geen criteria geformuleerd, zo blijkt ook uit de vragenlijst. Sommige leraren geven een gebrek aan onderling overleg in de sectie aan als mogelijke verklaring voor de sub-optimale alignment. Een gevolg is dat LO-docenten worstelen met de beoordeling van leerlingen

Discussie en conclusie: Deze studie geeft aanwijzingen dat constructive alignment in LO in Nederland onder de maat is. Docenten erkennen dit, maar ervaren meerdere barrières om de gewenste curriculaire samenhang te bereiken

Make it count: In LO-opleidingen en nascholingsaanbod zou meer aandacht moeten zijn voor alignment. In onderwijsbeleid en -evaluatie zou alignment voor LO een expliciet uitgangspunt kunnen zijn.

Referenties

1. Hay P, Penney D. (2009) Proposing conditions for assessment efficacy in physical education. *European Physical Education Review*, 15(3):389-405. 2. Borghouts, L., Slingerland, M., Weeldenburg, G., Haerens, L. (under review) Assessment Quality and Practices in Secondary PE in the Netherlands. *Physical Education and Sport Pedagogy*. 3. Redelius, K., and P.J. Hay, (2012). Student views on criterion-referenced assessment and grading in Swedish physical education. *Physical Education & Sport Pedagogy* 17 (2):211-25

Validatie van een meetinstrument voor het motivationeel klimaat in de les LO

Weeldenburg, G.^{1,2}, Borghouts, L.¹, Slingerland, M.¹ & Vos, S. Berkel^{1,3}

1 Lectoraat Move to Be, Fontys Sporthogeschool, Eindhoven, 2 Lectoraat Sportpedagogiek, Zwolle, 3 Technische Universiteit, Eindhoven.la, Zwolle

Om de leerprocessen van leerlingen binnen de les LO te optimaliseren dient de docent zorg te dragen voor een leerklimaat dat (fysiek en emotioneel) veilig, stimulerend en daarmee motiverend is. In lessen waar leerlingen in heterogene groepen actief zijn met spel(sport)activiteiten is dit niet vanzelfsprekend. Door het competitieve karakter van dit soort activiteiten bestaat het risico op het ontstaan van een 'performance (ego) climate'. Een klimaat dat het leerproces van de leerling negatief kan beïnvloeden (Standage et al., 2003). Aangezien er op dit moment in de Nederlandse context geen instrumenten beschikbaar zijn om het klimaat tijdens de lessen LO in kaart te brengen, is het doel van deze studie een instrument te ontwikkelen en te valideren waarmee het motivationeel klimaat binnen de spel(sport)les in kaart kan worden gebracht.

Methode: Als eerste zijn op grond van de theoretische raamwerken van de self-determination theory (Deci & Ryan, 1985) en de achievement goal theory (Nicholls, 1989) constructen voor een motivationeel klimaat gedefinieerd. Op basis van deze constructen en op grond van bestaande gevalideerde meetinstrumenten zijn items geconstrueerd. Vervolgens is de vragenlijst gevalideerd.

Resultaten: De constructen autonomie, competentie, verbondenheid docent, verbondenheid medeleerlingen, taak-georiënteerdheid en ego-georiënteerdheid zijn gedefinieerd. Op basis van deze constructen zijn 24 items geformuleerd welke middels een principal component analysis zijn gereduceerd tot betekenisvolle componenten. Op basis van inhoudelijke en interpretatieve gronden is gekozen voor een oplossing van zes componenten (64% verklaarde variantie). Vervolgens zijn zes schalen (4 items per schaal) samengesteld en is de interne consistentie geanalyseerd. Elke schaal had een voldoende hoge betrouwbaarheid.

Discussie en conclusie: Het ontwikkelde en gevalideerde meetinstrument maakt onderzoek naar de essentiële constructen voor een motivationeel klimaat mogelijk, waardoor gerichte interventies binnen het bewegingsonderwijs kunnen plaatsvinden. Verder onderzoek met grotere steekproeven is noodzakelijk om de uitkomsten van het onderzoek te bevestigen en het meetinstrument verder te optimaliseren.

Referenties

Deci, E.L. & Ryan, R.M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behaviour. Plenum Press, New York. Nicholls, J.G. (1989). The competitive ethos and democratic education. Harvard University Press, Cambridge, MA. Standage, M., Duda, J.L. & Ntoumanis, N. (2003). A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions. Journal of Educational Psychology, 95, 97-110.

Wat vinden kinderen van het AS-beweegparcours als motoriektest in de gymles?

Joris Hoeboer.

Aangezien docenten lichamelijke opvoeding kinderen wekelijks zien gedurende de basisschoolperiode, worden zij steeds vaker ingezet om allerlei gezondheidsindicatoren bij de kinderen te meten. Het meten kan echter ook een negatief effect hebben op de motivatie van kinderen. In de literatuur wordt beschreven dat meten een positieve beleving moet zijn voor alle kinderen. In deze studie is onderzoek gedaan naar de beleving van kinderen ten aanzien van het AS-beweegparcours, een motoriektest die speciaal ontworpen is voor in de gymles.

Methode: De studie is uitgevoerd onder 239 kinderen tussen de 5 en 12 jaar (136 jongens en 103 meisjes) van 2 basisscholen in Den Haag. Alle kinderen hebben het AS-beweegparcours afgelegd. De beleving van de kinderen met het parcours is op twee manieren gemeten: met een 'smileyometer', waar de kinderen een keuze maken uit 5 smileys (lopend van een niet blij (1) tot zeer blij (5) smiley) en een 'funsorter'. Met de funsorter is getoetst hoe het AS-beweegparcours wordt gewaardeerd ten opzichte van 3 andere testen te weten: 1. de Körperkoordinationstest für Kinder (KTK); 2 Het meten van lengte en gewicht; en 3. Een cognitieve test, i.e. de CITO-toets

Resultaten: Het merendeel van de kinderen (94,6%) heeft het AS-beweegparcours als positief tot zeer positief beleefd. Hierbij werden geen verschillen gevonden tussen jongens en meisjes ($p > 0,05$) of tussen kinderen met verschillende motorische vaardigheidsniveaus ($p > 0,05$). De funsorter resultaten lieten zien dat het AS-beweegparcours het vaakst als leukste werd aangeduid.

Discussie en conclusie: Kinderen blijken het AS-beweegparcours een leuke test te vinden in de gymles. Niet alleen bevraagd op de test zelf, maar ook in vergelijking met andere testen op school.

Make it count: Het AS-beweegparcours is een, speciaal voor de lichamelijke opvoeding ontwikkelde, valide test die meer inzicht kan geven over de motorisch vaardigheid van kinderen rekening houdend met de beleving van de kinderen.

De precisie waarmee docenten L.O. de motorische vaardigheden kunnen inschatten van 6 tot 12 jarige kinderen

Michiel Krijger, Joris Hoeboer en Sanne de Vries

Docenten L.O. spelen een belangrijke rol in het aanleren van de geschikte vaardigheden bij kinderen, waaronder de fundamentele motorische vaardigheden, om een actieve leefstijl te kunnen verwerven. De vraag is of de docenten L.O. accuraat de niveaus van motorische vaardigheden kunnen inschatten, alleen op basis van het geobserveerd hebben van de kinderen in de wekelijkse lessen. Het doel van studie was om de precisie waarmee de docenten de niveaus van motorische vaardigheden kunnen inschatten te analyseren met als referentie een gevalideerde en betrouwbare motorische vaardigheden test.

Methode: Docenten L.O. (n=11) werden gevraagd om het algemene niveau van motorische vaardigheden in te schatten van 1052 kinderen (514 meisjes, 538 jongens; 6-12 jaar oud) op een vijf puntsschaal. Vervolgens voltooiden alle kinderen tijdens een reguliere gymles een leeftijdsspecifieke Athletic Skills Track (AST) om objectief hun motorische vaardigheid te bepalen (Hoeboer et al., 2016).

Resultaten: Middels een ONE WAY ANOVA is een significant verschil gevonden tussen de gemiddelde tijden om de AST af te leggen bij kinderen met een verschillend geschat motorisch vaardigheidsniveau. Een Games-Howell post-hoc laat zien dat alle geobserveerde groepen significant verschillend scoren op de AST, met uitzondering tussen de laagste twee groepen.

Discussie en conclusie: Over het algemeen kunnen docenten L.O. onderscheid maken tussen verschillende vaardigheidsniveaus op groepsniveau, maar minder tussen de laagste vaardigheidsniveaus. Op individueel kindniveau worden nogal wat missers gemaakt gezien de brede betrouwbaarheidsintervallen en de grote hoeveelheid outliers.

Make it count: Het is van belang dat de motorische vaardigheden van kinderen goed kunnen worden bepaald om zodoende bij de minder vaardige groepen interventies toe te passen gericht op het verbeteren van de motorische vaardigheden.



Symposia Serie I



Symposium: SOCIAAL VITAAL: Kwetsbare Senioren tellen weer mee! Een programma ter bevordering van een Gezonde en Actieve leefstijl voor kwetsbare senioren (65-85 jaar)

Door dr. Mathieu de Greef (Stichting GALM – Hanzehogeschool
en centrum voor Bewegingswetenschappen) - drs. Yldau Dijkstra
(Stichting GALM) – Riemke Schiphof (Sport Fryslân) – Esther Witte
(Sport Drenthe)

Doel workshop en format

Geïnteresseerden uit het werkveld van onderzoek en praktijk informeren over het programma Sociaal Vitaal middels

- interactieve presentatie (50 minuten)
- vragen & discussie (25 minuten)
- een praktijkoefening uit het programma (15 minuten)

Samenvatting Presentatie Sociaal Vitaal

Dit innovatieve programma van 36 maanden bevordert fysieke, sociale én mentale vitaliteit van kwetsbare ouderen van 65-85 jaar, met name in lage SES wijken.

Centraal staan lichamelijke activiteit (gebaseerd op GALM programma), sociale vaardigheden, mentale & sociale weerbaarheid en gezondheidsvoorlichting.

Sociaal Vitaal is een uniek, pragmatisch, gecertificeerd en wetenschappelijk onderzocht programma en richt zich op integrale aanpak van gezond ouder worden van kwetsbare ouderen. Dit inmiddels 15 keer geïmplementeerde duurzame gedragsveranderingsproject zorgt ervoor dat kwetsbare senioren weer meetellen! Met de zelfmanagementmethode ZEMBLA wordt gedragsbehoud en sociale participatie bevorderd.

Het project kent 3 fasen:

(1) voorbereidingsfase

Scan van de gemeente naar kwetsbaarheid om buurt te bepalen

(2) uitvoeringsfase: huis aan huis werving van deelnemers, vitaliteitstest en integratief programma

(3) zelfmanagement training, gericht op gedragsbehoud en sociale participatie.

Sociaal Vitaal is gestandaardiseerd, kent uitgewerkte protocollen, tijdschema, stappenplan en scholingsprogramma's voor trainers/lesgevers.

CV Mathieu de Greef en Yldau Dijkstra

Mathieu de Greef: Socioloog, bewegingswetenschapper. Docent/onderzoeker bij Centrum voor Bewegingswetenschappen UMCG/Rijksuniversiteit Groningen en lector ouderenzorg bij de Hanzehogeschool Groningen.

Doet onderzoek naar de effecten van lichamelijke activiteit op het verouderingsproces (m.n. kwetsbaarheid) en het ziektebeloop bij chronische aandoeningen. Implementeert en onderzoekt met Yldau Dijkstra (bewegingswetenschapper en fysiotherapeut) in de Stichting GALM landelijk gedragsveranderingsprogramma's voor een gezonde en actieve leefstijl bij senioren.

Riemke Schiphof: Projectmedewerker senioren en aangepast sporten bij Sport Fryslân, samenwerkingspartner van de Stichting GALM bij implementatie van GALM en spinoff projecten (w.o. Sociaal Vitaal) in Friesland.

Esther Witte

Docent, Sportproject manager & buurtsportcoach bij Sport Drenthe, samenwerkingspartner van Stichting GALM bij implementatie van GALM en spinoff projecten (w.o. Sociaal Vitaal) in Drenthe.

Onderliggend abstract

Kwetsbare Senioren tellen weer mee!

Een programma ter bevordering van een Gezonde en Actieve leefstijl voor kwetsbare senioren (60-85 jaar)

Dr. Mathieu de Greef (Stichting GALM – Hanzehogeschool en centrum voor Bewegings-wetenschappen) - drs. Yldau Dijkstra (Stichting GALM) – Riemke Schiphof (Sport Fryslân) – Esther Witte (Sport Drenthe)

Sociaal Vitaal is een innovatief programma van 18-36 maanden dat fysieke, sociale én mentale vitaliteit van kwetsbare ouderen van 60-85 jaar stimuleert.

Sociaal Vitaal is een uniek, pragmatisch, gecertificeerd en wetenschappelijk onderzocht programma en richt zich op integrale aanpak van gezond ouder worden van kwetsbare ouderen. Het project is 15 keer (stand sep.'16) geïmplementeerd in Nederland en zorgt er met een duurzame gedragsveranderingsaanpak voor dat kwetsbare senioren weer meetellen!

Doelgroep: Sociaal Vitaal is bedoeld voor zelfstandig wonende ouderen met een lage opleiding- en/ of inkomen, in de leeftijd van 60-85 jaar, die onvoldoende lichamelijk actief zijn, eenzaam zijn en weinig veerkracht hebben om te kunnen omgaan met veroudering.

Doel: Het hoofddoel van Sociaal Vitaal is het bevorderen van het 'gezond ouder' worden van de doelgroep, waarmee participatie wordt bevorderd. De subdoelen zijn (1) het bevorderen van de fysieke conditie van ouderen, (2) het ontwikkelen van veerkracht om de gevolgen van veroudering te kunnen opvangen, (3) het trainen van sociale vaardigheden om sociale contacten te kunnen leggen en (4) gezondheidsvoorlichting.

Methode: Het Sociaal Vitaal programma bestaat uit het werven van deelnemers, het screenen van de deelnemers op bewegingsarmoede, eenzaamheid en veerkracht alsmede het uitvoeren van het Sociaal Vitaal programma.

De ouderen worden door een groep getrainde vrijwilligers persoonlijk huis aan huis geworven. De ouderen die belangstelling hebben voor het programma worden gescreeend door het afnemen van een fysieke fitheidstest in combinatie met een vragenlijst die eenzaamheid en veerkracht meet. Het Sociaal Vitaal programma bestaat uit (1) Een veelzijdig beweegprogramma waarbij deelnemers in hun eigen wijk of buurt worden ondersteund bij het realiseren van de Nederlandse Norm Gezond Bewegen; (2) Een weerbaarheidstraining waarin de nadruk ligt op het leren omgaan met angst, het krijgen van zelfvertrouwen, het leren aangeven van de eigen grenzen en het greep krijgen op emoties en het eigen gedrag; (3) Een sociale vaardigheidstraining waarin de nadruk ligt op het vergroten van het inzicht in sociale interacties en het verbeteren van sociale vaardigheden om sociale contacten te leggen en te onderhouden en (4) Voorlichting over verschillende gezondheids- en sociale thema's waarvoor de deelnemers belangstelling hebben en waarvan zij de kennis kunnen inzetten bij het realiseren van een gezonder leefpatroon.

De verschillende programma onderdelen van Sociaal Vitaal zijn met elkaar geïntegreerd. De docenten die de beweeglessen en trainingen geven zijn speciaal voor dit programma opgeleid.

Om gedragsbehoud te bevorderen krijgen de deelnemers als groep een zelfmanagement training aangeboden, waarbij aandacht wordt besteed aan het in praktijk brengen van de getrainde vaardigheden. Voorafgaand aan de start van een lokaal Sociaal Vitaal project wordt een lokale projectgroep samengesteld die op grond van een buurtscan vaststelt in welke wijk of buurt Sociaal Vitaal wordt uitgevoerd, wie de doelgroep is waar het project zich op richt en welke netwerkpartners bij de uitvoering van het project worden betrokken.

Onderbouwing: Voor de onderbouwing van Sociaal Vitaal is gebruik gemaakt van het “Health-Related Fitness en Physical Activity”model, ook wel aangeduid als het Toronto model, de evolutie-biologische speltheorie, het Reserve Capacity Model en het Ecologische Model om gezond gedrag te stimuleren.

Onderzoek: Er is onderzoek uitgevoerd naar Sociaal Vitaal projecten in de Bilt en Baarn (2012-2013) en Utrecht Ondiep (2009 -2012), Utrecht Kanaleneiland/Transwijk (2010-2013), Utrecht Hoograven / Bokkenbuurt/Tolsteeg (2010-2013). Ruim 25% van de doelgroep wordt bereikt; deelname leidt tot een verbetering van fitheid, een toename van het zelfvertrouwen en verbetering van sociale vaardigheden om sociale contacten te leggen. De onderzoeksresultaten tonen aan dat veranderingen in hoofddoel en subdoelen van het programma haalbaar zijn gebleken. Uit ervaringen van de deelnemers aan de drie pilotprojecten van Sociaal Vitaal blijkt dat het programma goed aansluit bij de behoefte en leefsituatie van ouderen met een lage sociaal economische status.

Landelijke implementatie: Voor de uitvoering van een lokaal Sociaal Vitaal project is een werkmap beschikbaar waarin het stappenplan, de voorlichting, brieven aan de deelnemers, het wervingsprotocol, het screeningsprotocol, en de opzet van de lessen zijn beschreven. Voor het beweegprogramma is een GALM scholing en een mentale weerbaarheids- en sociale vaardigheidsscholing voor lesgevers beschikbaar.

Symposium Beweegvriendelijke inrichting Openbare Ruimte

Neem de ruimte!

Johan de Jong – Lectoraat Praktijkgerichte Sportwetenschap, Hanzehogeschool Groningen, Hiske Wiggers, Lectoraat Praktijkgerichte Sportwetenschap, Hanzehogeschool Groningen, Jeroen Hoyng, Kenniscentrum Sport, Jeroen Lakerveld, EMGO+-VUmc, 4e spreker to be announced

Inhoud:

De openbare ruimte wordt niet alleen gebruikt van om A naar B te komen, te fiets of wandelend. Recreanten en sporters maken ook van de openbare ruimte gebruik. De druk op de openbare ruimte neemt daarmee toe. Tegelijk zien we dat de openbare ruimte niet altijd goed is ingericht naar de eisen en wensen van de verschillende gebruikers. We constateren dan ook dat er nog veel winst is te halen in de inrichting van de openbare ruimte om (meer) actieve beweging te stimuleren. De Innovatie Werkplaats Beweegvriendelijke Inrichting Openbare Ruimte (samenwerkingsverband tussen onderwijs-onderzoek, overheden en bedrijfsleven) ontwikkelt kennis omtrent dit thema. Via verschillende projecten in het landelijke en stedelijke gebied onderzoeken we welke inrichtingsprincipes geschikt zijn om actieve beweging in de openbare ruimte te stimuleren. Daarnaast wordt u bijgepraat over recente wetenschappelijk en praktische ontwikkelingen rondom de beweegvriendelijke openbare ruimte.

Doel symposium:

Kennis delen rondom het thema Beweegvriendelijke Inrichting Openbare Ruimte. Zowel de kennis die we hebben opgedaan binnen onze IWP als de kennis die op andere plekken in het land aanwezig is rondom dit dynamische thema.

Make it count:

De IWP richt zich op onderzoeksvragen die vanuit 'de markt' zijn ingebracht. Er is een vraag van overheden of gebruikers en via onderzoek komen we tot een innovatieve oplossing. Met de resultaten van het onderzoek wordt vervolgens een voorziening of toepassing gerealiseerd. De monitoring van het gebruik van de voorzieningen levert vervolgens inzicht in het succes van de implementatie en geeft aanknopingspunten voor eventuele aanpassingen in het product

Trekker:

Johan de Jong – Lectoraat Praktijkgerichte Sportwetenschap, Hanzehogeschool Groningen
Johan de Jong is lector Healthy Lifestyle, Sports and Physical en zijn werk richt zich op het stimuleren van sport en bewegen. Zijn onderzoeksthema's zijn het stimuleren van sport- en beweeggedrag via de (fysieke)omgeving en community-based interventies en belasting en herstel bij (top)sporters & werknemers. Hij is projectleider van de Innovatie werkplaats BIOR.

Deelnemers:

Hiske Wiggers, Lectoraat Praktijkgerichte Sportwetenschap, Hanzehogeschool Groningen
Jeroen Hoyng, Kenniscentrum Sport, Jeroen Lakerveld, EMGO+-VUmc, 4e spreker to be announced

Organisaties:

Hanzehogeschool Groningen, Sweco, EMGO+ - VUmc, Kenniscentrum Sport, Sportplein Groningen

Format:

De workshop zal bestaan uit een aantal korte presentaties van de deelnemers (circa 4 x 10 minuten) en een interactief deel met de deelnemers (wel of niet in groepjes, afhankelijk van aantal deelnemers) van circa 30 minuten. De overige tijd is voor een korte introductie en een plenaire afsluiting.

Onderliggende abstracts

De stad als sportschool

De invloed van de vernieuwde inrichting van de openbare ruimte op sport en bewegen

H.M Wiggers en H.G. Verbree

Steeds meer mensen sporten in ongeorganiseerd verband waardoor vluchtige, nieuwe sportgemeenschappen in de openbare ruimte zijn toegenomen (Borgers et al., 2013; Thiesen-Raaphorst, 2015). De fysieke en sociale omgeving zijn, veelal onbewust, van invloed op het beweeggedrag van mensen (Sallis, Owen & Fisher, 2008). Een aantrekkelijk park of een mooie fietsroute nodigt uit tot wandelen, fietsen of hardlopen. Toegankelijkheid, aantrekkelijke beweegmogelijkheid, maar ook esthetiek speelt een rol in het in beweging krijgen van mensen (Humpel, Owen & Leslie, 2002). De openbare ruimte is de grootste sport- en beweegaccommodatie van Nederland. Of mensen er gebruik van maken is van meer factoren afhankelijk dan alleen de inrichting van de fysieke infrastructuur. Dit onderzoek beschrijft de ontwikkeling van de vernieuwde beweegvriendelijke inrichting van openbare ruimte in de gemeente Groningen en de mogelijkheden voor lokale overheid om de uitkomsten te integreren in vernieuwend sportbeleid.

Methode: In dit onderzoek is gekozen om het MAPE-model te hanteren om de efficiëntie van de betreffende locaties vast te stellen en te kunnen vergelijken in de toekomst (Boukaert, 1990). Door middel van een meervoudige casestudie is de ontwikkeling van vier locaties in de stad Groningen in de periode januari tot juni 2016 onder alledaagse omstandigheden in zijn totaliteit onderzocht. Op de locaties is geobserveerd (SOPAC-methode), een wijkscan uitgevoerd, zijn verschillende stakeholders en gebruikers geïnterviewd en is een vragenlijst afgenomen onder bewoners.

Resultaten: De gebruikers van de locaties zijn voornamelijk actieve sporters en spelende kinderen. De onderzoeksresultaten laten zien dat de vernieuwde inrichting van de openbare ruimte in de stad Groningen, afhankelijk van de locatie, niet uitnodigt tot meer bewegen. Gebruikers van de vernieuwde inrichting zijn echter wel frequenter in de openbare ruimte gaan sporten, variërend van 43,75% tot zelfs 86,67%. De weersomstandigheden en (het moment van) de dag hadden verrassend genoeg geen invloed op het gebruik van de vernieuwde inrichting.

Discussie en conclusie: Dit onderzoek kan worden beschouwd als kritische noot op lokale en landelijke beleidsvorming op het gebied van beweegvriendelijk ingerichte openbare ruimten. In de presentatie worden de resultaten betreft de diversiteit van de locaties, het tot stand komen van de vernieuwde inrichting en de rol van burgerparticipatie bediscussieerd. Om de waarde van de openbare ruimte nog meer te benutten, is het goed om te kijken op welke manier deze ingezet kan worden om meer mensen in beweging te krijgen.

Onderliggende abstracts

De omgeving, lichamelijke activiteit, en alles wat daar tussen zit

Jeroen Lakerveld

Op de stoep mag je niet autorijden; de stoep is voor voetgangers. En lopen doe je niet op de autoweg. Het type stenen of tegels in de buurt bepalen dus grotendeels hoe je de bebouwde omgeving mag gebruiken. En zo zijn er nog tal van kenmerken in de bebouwde omgeving die lichamelijke activiteit stimuleren of beperken. Zijn er veel doorgaande routes? Kan je makkelijk en goedkoop parkeren? Zijn er faciliteiten op loop/fietsafstand? Maar naast een beweegvriendelijke omgeving zijn er nog veel meer factoren van belang. Deze presentatie gaat in op de complexe interactie tussen de bebouwde omgeving, individuele kenmerken en andere contextuele factoren zoals de sociale omgeving, veiligheid, en hoe mensen de omgeving ervaren. Er wordt ingegaan op mogelijkheden om in wetenschappelijk onderzoek rekening te houden met die complexiteit, en hoe de beweegvriendelijkheid van de bebouwde omgeving in kaart gebracht kan worden.

Symposium Naar een meetlat voor de open club

Bas van der Heijden, NOC*NSF, Janine van Kalmthout Mulier Instituut, Kasper Bakker, HAN, Dayenne L'abée, Kenniscentrum Sport

Er is een methode ontwikkeld om de mate van openheid van sportclubs mee te meten. De samenwerkende partijen (Mulier Instituut, HAN, Kenniscentrum Sport en NOC*NSF) willen hier graag over in gesprek. Aan de hand van een korte inleiding en introductie op het meetinstrument en het doorlopen proces worden de aanwezigen mee genomen. Het doel van de sessie is met de aanwezigen in gesprek te gaan over de ontwikkelde methode. Meet het de elementen die het zou moeten meten? Kan deze methode leidend worden in meten van openheid van clubs?

Doelstelling van het symposium:

Toetsen in hoeverre de betrokken partijen op de goede weg zitten en of deze methode leidend kan zijn/ worden in het meten van openheid van sportclubs.

Make it count:

Veel bonden, gemeenten en sportverenigingen zijn op een manier bezig met het thema van open clubs. Om te kunnen meten hoe de ontwikkeling van een sportclub richting 'open' club verloopt moet eerst duidelijk worden of en hoe dit meetbaar is. Gezien dit gepercipieerde belang van lijkt het ook belangrijk een eenduidige 'meetlat' te hanteren hiervoor.

Trekkers van het symposium:

- Bas van der Heijden, NOC*NSF
- Janine van Kalmthout Mulier Instituut

Overige deelnemers:

- Kasper Bakker, HAN
- Dayenne L'abée, Kenniscentrum Sport

Betrokken organisaties:

Mulier Instituut, Hogeschool Arnhem en Nijmegen, Kenniscentrum Sport en NOC*NSF

Opzet symposium:

presentatie met interactief gedeelte (werkvorm/discussie)

Onderliggend abstract

Naar een meetlat voor de open club

Bas v.d. Heijden (NOC*NSF), Dayenne L 'Abee (Kenniscentrum Sport), Janine van Kalmthout (Mulier Instituut) en Kasper Bakker (Hogeschool Arnhem Nijmegen)

De open club is een begrip aan het worden. Het ontstaat spontaan op sommige plekken vanuit de club zelf en het wordt gestimuleerd door gemeenten en bonden. Ook landelijke organisaties als NOC*NSF en VSG stimuleren de beweging met het organiseren van open clubsessies in de regio. Maatschappelijk betrokken club, vitale sportvereniging, sportplusvereniging, buurthuis van de toekomst zijn verschillende verschijningsvormen van de open club. Ze verschillen in nuances, maar voorop staat dat de club meer doet dan zijn kerntaak, namelijk sport organiseren (trainingen en wedstrijden) voor haar leden. Het verzilveren van de maatschappelijke waarde is een belangrijke aanjager van het organiseren van meer maatschappelijke activiteiten, ook voor andere doelgroepen dan de eigen leden.

Het is voor de landelijke partijen wenselijk om meer zicht te krijgen op deze open club beweging die zichtbaar is. Hoeveel open clubs zijn er op een bepaald moment en hoe kunnen we dit monitoren? Ook is het relevant voor verdere kennisontwikkeling. Een eenduidige meetlat is wenselijk om goede vergelijkingen te kunnen maken. Clubs worden gescand op de volgende kenmerken: open cultuur (DNA), ondernemerschap, vraaggerichtheid naar eigen leden en de omgeving en samenwerking met andere partijen uit de wijk. Verdere kennisontwikkeling op die kenmerken is nodig om sportclubs beter te kunnen ondersteunen in het proces om te komen tot een open club, indien ze dat willen.

De hoofdvraag van deze studie is: hoe meten we de mate van 'open' zijn bij sportclubs?

Methode: Aan de hand van onder andere bestaand onderzoek (verenigingsmonitor, sportaanbiedersmonitor) onder sportverenigingen is gezocht naar elementen die kenmerkend zijn voor meer 'open' zijn. Kenmerkend voor openheid betekent dus ook dat alle elementen die enigszins raken aan basis en rand voorwaardelijke aspecten (zoals kernactiviteiten, kader, accommodatie, financiële zaken), voor een gezonde sportvereniging, niet worden opgenomen.

In samenspraak met verschillende kennispartijen (NOC*NSF, KCS, MI, HAN) zijn vier hoofdkenmerken van Open club benoemd: Ondernemerszin, Vraaggerichtheid, Samenwerking en Open cultuur. Op basis van deze kenmerken is een meetinstrument ontwikkeld. Per kenmerk zijn een aantal vragen geformuleerd (open en gesloten). Dit instrument is door het Mulier Instituut in enkele onderzoeken onder sportverenigingen ingezet. Op basis van de data en in samenspraak met de inhoudelijke experts is een scoringsmodel ontwikkeld om te bepalen in hoeverre een club elementen van open club bevat. Op basis van de eerste resultaten, aanvullend onderzoek en discussie, ervaringen in het werkveld wordt het meetinstrument doorontwikkeld en verder verfijnd.

Resultaten: De eerste meting met het meetinstrument laat zien dat 16 procent van de Nederlandse verenigingen voldoende tot goed scoort op de index 'Open club'. Verenigingen scoren het best op de dimensies 'vraaggericht' en 'samenwerking' en het minst op de dimensie 'ondernemerszin'. Maar wat betekent dit nu?

Discussie en conclusie: De uitkomst van het meetinstrument is een inzicht in de mate van openheid van de diverse clubs, aan de hand van een totaal score. De vraag is in hoeverre deze methode passend is om de openheid van clubs in kaart te brengen.

Er zijn zeer veel verschijningsvormen van Open club die elk van waarde zijn. Het meetinstrument is niet bedoeld om een waardeoordeel over een club te geven. Meer of mindere mate van open club is niet goed of slecht. Open Club moet bij de vereniging passen en vanuit de interne organisatie gevoed worden. Maar wel op zoek naar de mogelijkheden voor de clubs om zich te ontwikkelen.

NOC*NSF wil wel graag meetbaar maken hoe de beweging zich ontwikkelt. Om hoeveel clubs gaat het en waar zit nog potentieel? MI, HAN en KCSport zijn geïnteresseerd in deze aanpak omdat het nader (kwalitatief) onderzoek kan opleveren. We kunnen op de kenmerken verder de diepte ingaan. Wat maakt dat een club ondernemend is/ een open cultuur heeft etc., welke competenties moet je dan in huis hebben, hoe kunnen we dat ondersteunen? Verdere kennisontwikkeling op de open club.

We willen aan de aanwezigen vragen of we op de goede weg zitten, of ze tips hebben waar rekening mee te houden e.d.

Make it count: Veel partijen voeren onderzoek uit onder sportclubs (of geven hier opdracht toe). Als eenduidigheid in de onderzoeksmethode ontbreekt kunnen de diverse onderzoeken moeilijk worden vergeleken en ontstaat er mogelijk een verkeerd beeld van de openheid van clubs en de ontwikkelingen hierin.

Meer zicht op de beweging Open club levert meer zicht in de specifieke gevallen op. Hoe geven zij vorm aan de open club, wat zijn de werkende principes en wat kunnen andere clubs (die dat willen) daarvan leren? Ondersteunende partijen kunnen met deze kennis beter clubs ondersteunen die met de open club aan de slag willen.

Symposium Veilig Sportklimaat van bewustwording naar gedragsverandering

David Romeijn, Arnold Bronkhorst, Harold Hofenk,
Paul Duijvestein, Johan Steenbergen, Jan Janssens

Het beleidsprogramma Naar een veiliger sportklimaat is sinds 2012 actief. Sinds die tijd is veel bereikt, met name het bewustzijn voor de problematiek is onder alle sportbetrokkenen enorm gegroeid. Ruim over de helft van de looptijd van het programma is de vraag in hoeverre de vele inspanningen ook daadwerkelijk gedragsveranderingen bewerkstelligen.

In deze sessie beschouwen we zowel de bredere ontwikkelingen van het klimaat als de resultaten van producten en gaan we op zoek naar de kritische succes- en faalfactoren in het beleid rond een veilig sportklimaat.

Doel:

Discussie op gang brengen en kennis ophalen over de succesfactoren en knelpunten in het beleid om het sport

Make it count

Het huidige beleidsprogramma loopt tot 2018, een eventuele opvolger van dit programma heeft direct baat bij de uitkomsten van deze discussie.

Trekker:

David Romijn, onderzoeker bij het Mulier Instituut. In deze functie verantwoordelijk voor de jaarlijkse VSK Monitor in opdracht van VWS. Tevens ontwikkelaar van de VSK SportklimaatApp die een nieuwe manier van monitoren van ongewenst gedrag mogelijk maakt.

Betrokkenen:

- Arnold Bronkhorst (hogeschool Windesheim) & Harold Hofenk (Hanzehogeschool)
- David Romijn (Mulier Instituut)
- Paul Duijvestijn (DSP Groep)
- Johan Steenbergen (Kennispraktijk)
- Jan Janssens (Chionis/SportclubNL)

Format

Presentaties met slotdiscussie

Onderliggende abstract

Alleen maar rottigheid? Met de SportklimaatApp langs de lijn

David Romeijn

Het sportieve 'klimaat' van de wedstrijd is vaak een gevoel, een gevoelsmatige optelling van vele (on)sportieve uitingen en handelingen. Over hetgeen daadwerkelijk plaatsvindt tijdens de wedstrijd baseren onderzoekers en beleidsmakers zich uitsluitend op onderzoek dat terugvraagt naar hetgeen is waargenomen. In die overdracht van informatie gaat veel verloren omdat de bevroegde al de handelingen beziet in het licht van het gevoel hij of zij aan de wedstrijd heeft overgehouden. Maar wat gebeurde er nu precies aan (on)sportieve handelingen, en hoe vaak?

Methode: De toekomst van het monitoren van gewenst en ongewenst gedrag is het 'real-time' vastleggen van de vele kleine handelingen die samen de sfeer maken. Door een eenvoudige, gebruiksvriendelijke App te ontwikkelen waarbij uitsluitend buttons aangetikt hoeven te worden gaat de netto observatietijd van de onderzoeker omhoog. Hiermee kan een volledig en ongekleurd beeld gegeven worden van het brede scala aan (on)sportieve handelingen dat plaatsvindt tijdens diverse sportwedstrijden.

Resultaten: Ruim 85 procent van de kleine 15.000 gedragingen tijdens 310 geobserveerde sportwedstrijden blijkt (zeer) positief. Hierbij verstaan we onder meer complimenteren en excuses aanbieden. Ruim 10 procent van de gedragingen is ongewenst, hierbij valt te denken aan tijdrekken en discussie aangaan. Het laatste aandeel van minder dan 5 procent is zeer ongewenst / excessief gedrag (o.a. schelden, slaan, bedreigen).

Conclusie: De resultaten ondersteunen het gevoel dat op veel plekken in de sport een fijn klimaat heerst, maar dat de incidentele problemen het algemene beeld domineren. Tegelijk tonen de resultaten uit deze studie dat 99 goede gedragingen niet per se opwegen tegen die ene ongewenste.

Make it count: In de presentatie gaan we in op de plekken in de sport waar goed en slecht gedrag oververtegenwoordigd is. Daarmee kan beleidsmakers helpen de doelgroepen voor beleid nog concreter te formuleren.

Onderliggend abstract

Welke effecten zien we van programma's op het terrein van Sportiviteit & Respect en Veilig Sportklimaat

Johan Steenbergen (Kennispraktijk) Jeroen Hoyng, Kenniscentrum Sport, Jeroen Lakerveld,

De afgelopen drie decennia hebben landelijke en lokale beleidsmakers en uitvoeringsorganisaties zich steeds meer gericht op een veiliger sportklimaat. Fair Play & Tolerantie, Sportiviteit & Respect en Veilig Sportklimaat, allemaal zijn het programma's die ertoe dienen bij te dragen dat 'men' zich binnen de sport respectvol en sportief gedraagt. Om dit te realiseren zijn niet alleen (beleids)programma's opgesteld, maar ook tal van interventies ontwikkeld en ingezet. Deze interventies zijn weliswaar uiteenlopend van aard, maar alle hebben een sterk accent op het streven naar gewenst gedrag van uiteenlopende actoren binnen de sportvereniging. In toenemende mate wordt door bonden en sportverenigingen gebruik gemaakt van deze interventies. 'The proof of the pudding is in the eating' en dat betekent hier dat wordt gezien welke effecten (opbrengsten) er al zijn te herkennen. Dit kan zowel op het niveau van de vereniging zijn, maar ook op het niveau van beleid. De veronderstelling is dat waar in de jaren negentig van de vorige eeuw de thematiek als sluitstuk op de agenda stond van sportverenigingen, er nu meer en structureler aandacht is voor de thematiek van sportiviteit/respect/sociaal veilig sportklimaat en bijgevolg meer kan worden gezegd over opbrengsten/effecten.

Methode: Systematische analyse ('systematic review') van onderzoeken en rapportages van de afgelopen jaren op het terrein van Sportiviteit & Respect en Veilig Sportklimaat.

Resultaten: Er zal een 'overall' beeld worden gegeven van de opbrengsten van deze programma's. Niet alleen zal worden gezien welke effecten er zijn, maar vooral ook onder welke omstandigheden (de contextuele factoren) mogelijke effecten wel dan niet optreden.

Discussie en conclusie: Op welke wijze kunnen we ertoe komen dat programma's en interventies binnen het thema Veilig Sportklimaat adequaat worden ingezet binnen sportverenigingen? Welke actoren zijn hierbij belangrijk en welke rol spelen bijvoorbeeld bonden en lokale sportservices hierin? Hoe kan de implementatie effectief plaatsvinden?

Onderliggend abstract

Naar een verenigingsbrede VSK-aanpak met Positive Behaviour Support

Arnold Bronkhorst¹, Harold Hofen², & Nicolette Schipper-van Veldhoven^{1 3}

1 Hogeschool Windesheim, Zwolle, 2 Hanzehogeschool, Groningen, 3 NOC*NSF, Arnhem

In toenemende mate richten lokale beleidsmakers, sportbestuurders en onderzoekers zich op het thema van een veilig (en pedagogisch verantwoord) sportklimaat (VSK) (Schipper-van Veldhoven, 2016). Om te streven naar een VSK is volgens experts een cultuurverandering in de sport nodig die vraagt om een structureel VSK-beleid van sportverenigingen (Romijn, Kalmthout, & Breedveld, 2015). In het onderwijs staat een veilig schoolklimaat al langer op het agenda en is sinds 2015 zelfs een wettelijke taak. In dat licht maken scholen steeds vaker gebruik van de schoolbrede aanpak Positive Behaviour Support (PBS), welke zou bijdragen aan de verbetering van het schoolklimaat (Goei et al., 2012). Sinds een aantal jaren wordt deze organisatiebrede aanpak ook op sportverenigingen toegepast.

Het landelijke lectoraat Sportpedagogiek en het Expertisecentrum PBS van Hogeschool Windesheim dragen bij aan de doorontwikkeling van de PBS-onderwijsaanpak naar een aanpak die passend is voor sportverenigingen. Een eerste stap in deze ontwikkeling was het uitvoeren van een tussenevaluatie van een aantal PBS-projecten bij sportverenigingen. Doel van deze evaluatie was inzicht te krijgen in de kritische succesfactoren die nodig zijn om PBS geschikt te maken voor de sport.

Methode: In het voorjaar van 2016 zijn semigestructureerde interviews met vijf PBS-ervaringsdeskundigen met een toepassing in de sport afgenomen. Aan de hand van protocolanalyse zijn de interviewteksten geanalyseerd..

Resultaten: Uit de interviews komt naar voren dat het gebruik van de PBS-aanpak in een sportvereniging vraagt om diverse aanpassingen. Onder andere: het werken met vrijwilligers, de sportcultuur en de organisatiekracht van een vereniging maakt dat een 'sporteigen' PBS-aanpak gewenst is.

Discussie en conclusie: De resultaten geven aanleiding om door te gaan met de ontwikkeling van een PBS-sportaanpak. In de doorontwikkeling dient rekening gehouden te worden met een aantal kenmerkende eigenschappen van sportverenigingen.

Make it count: Een PBS-sportaanpak kan aanvullend op het huidige VSK-aanbod bijdragen aan een verenigingsbreed VSK.

Referenties: Goei, S. L., Nelen, M., Oudheusden, M. V., Bruïne, E. D., Piscaer, D., Roozeboom, C., Schoorel, B., & Blok, R. (2011). Omgaan met gedragsproblemen in het onderwijs: SWPBS. Remediaal, tijdschrift voor leer- en gedragsproblemen in het vo/bve, 5(2),15-21
Romijn, D., Kalmthout, J. V., & Breedveld, K. (2015). VSK monitor 2015: voortgangsrapportage actieplan 'naar een veiliger sportklimaat'. Utrecht: Mulier Instituut
Schipper-van Veldhoven, N. (2016) Sport en lichamelijke opvoeding in pedagogisch perspectief, een gouden kans. Windesheim, 2016

Onderliggend abstract

Naar sociaal veilige Amsterdamse sportaanbieders

DSP-groep in opdracht van gemeente Amsterdam (2016)

De gemeente Amsterdam wil stelt hoge prioriteit aan een veilig sportklimaat (VSK). Zij wil inzicht in het VSK-gehalte van Amsterdamse sportaanbieders en hen stimuleren om stappen te maken op dit gebied. .

Methode: Op basis van documentenanalyse en interviews met experts en sportaanbieders ontwikkelde DSP een monitorinstrument met VSK-criteria. Dit instrument is, in de vorm van een webenquête, uitgezet onder de Amsterdamse sportaanbieders.

Resultaten: Het blijft natuurlijk subjectief hoeveel waarde aan de verschillende VSK-criteria worden gehecht, maar de volgende elementen worden breed gedeeld:

- | | | |
|------------|----|--|
| Preventief | 1. | Gediplomeerde/opgeleide jeugdtrainers. |
| | 2. | Een VOG voor jeugdtrainers. |
| | 3. | Duidelijke, breed gecommuniceerde gedragsregels, waarop ook wordt toegezien. |
| Curatief | 4. | Een vertrouwenscontactpersoon (VCP), tot wie betrokkenen zich kunnen wenden bij (vermoeden van) ongewenste bejegening. |
| | 5. | Heldere richtlijnen hoe om te gaan met (vermoedens van) seksuele intimidatie, agressie, pesten enz. |

De Amsterdamse sportaanbieders scoren verschillend op de onderscheiden VSK-criteria:

- ongeveer de helft van de sportaanbieders vraagt om een VOG voor trainers;
- de meeste clubs hebben weliswaar gedragsregels, maar deze zijn doorgaans nogal vrijblijvend van aard;
- de meeste sportorganisaties hebben géén duidelijke richtlijnen hoe om te gaan met (vermoedens van) ongewenst gedrag;
- steeds meer clubs stellen een VCP aan, maar de taakstelling blijft vaak onduidelijk.

Discussie en conclusie: Volledige veiligheid valt natuurlijk nooit te garanderen, maar het is de uitdaging om zo gunstig mogelijke voorwaarden te scheppen voor een veilig sportklimaat. Elke sportaanbieder kan nog stappen maken op dat gebied. De belangrijkste opgave van de gemeente Amsterdam is dan ook om, vanuit goed relatiebeheer, een vinger aan de pols te houden bij de sportaanbieders waar zij mee samenwerkt en hen te stimuleren om zich te verbeteren op VSK-vlak.

Make it count: Het ontwikkelde VSK-monitorinstrument kan ook andere gemeenten inzicht bieden in het VSK-gehalte van hun sportaanbieders en biedt aangrijpingspunten om met hen in gesprek te gaan over verbeterpunten

Onderliggend abstract

Experimenteren met een educatieve straf in het voetbal

DSP-groep in opdracht van KNVB

Duijvestijn, P. & Scherders, S.

Vanaf 2014 experimenteert de KNVB in samenwerking met Halt met de zogeheten Training Sport en Gedrag: een educatieve straf voor jeugdvoetballers die zich hebben misdragen op het veld. Doel is bewustwording en zelfreflectie als eerste stap tot gedragsbeïnvloeding. DSP monitort deze training. Met dit meelopend onderzoek wordt nagegaan wat de aanpak oplevert en op welke vlakken het meerwaarde heeft. Bovendien levert het ook input op om de interventie tussentijds op onderdelen te verbeteren.

Methode: In het seizoen 2014-2015 hield DSP voorafgaand aan de training (T0), kort na afloop (T1) en enkele maanden later (T2) half-gestructureerde telefonische interviews met deelnemers en betrokkenen in hun omgeving (Halt-begeleider, trainer, ouders). In het seizoen 2016-2017, waarin naast de eerder ingezette light variant van de training (kortdurend traject voor schorsingen van 7-10 wedstrijden) tevens zal worden geëxperimenteerd met een zwaardere variant (intensief traject voor excessplegers met schorsingen van minimaal een half jaar), wordt een deel van de interviews vervangen door half-gestructureerde webvragenlijsten.

Resultaten: In 2015 waren zowel deelnemers als andere betrokkenen positief over de opzet en inhoud van de training. De vraag was echter of de juiste doelgroep werd bereikt: want omdat de training vrijblijvend werd aangeboden deden er vooral jongeren aan mee, die zich direct al schuld bewust toonden en als incidentele overtreder aangemerkt kunnen worden

Discussie en conclusie: De evaluatie in 2015 heeft geleid tot een aantal aanpassingen van de training. Er is zoals gezegd een zwaardere variant bijgekomen voor excessplegers en recidivisten, de trainingen worden inmiddels minder vrijblijvend aangeboden (geen dwang maar drang) en de trainingen hebben een duidelijkere plek gekregen in de organisatie. Het gevolg is dat het aantal deelnemers fors is toegenomen. Het vervolgonderzoek moet duidelijk maken of de positieve resultaten ook bij een zwaardere doelgroep en bij grotere aantallen stand houden en welke kritische succesfactoren hierin een rol spelen.

Make it count: Het praktijkgerichte onderzoek is bedoeld om de effectiviteit van de Trainingen Sport & Gedrag inzichtelijk te maken en waar mogelijk te versterken. Dit kan er aan bijdragen dat agressieve jongeren in de sport meer bewust worden van hun verbale en fysieke gedrag, hun vaardigheden m.b.t. het reguleren van hun eigen emoties en gedrag vergroten en zich prosocialer gaan opstellen

Onderliggend abstract

De zin en onzin van het VSK-beleid

Jan Janssens (Chionis/SportclubNL)

Het programma Naar een veiliger sportklimaat (VSK) is in 2011 van start gegaan en zou aanvankelijk doorlopen tot en met 2016. Voor deze periode was een budget van maar liefst 39 miljoen beschikbaar.

In de monitor van 2015 werd vastgesteld dat de resultaten van de beleidsinspanningen aanleiding geven tot tevredenheid, maar ook dat het zaak is om de aandacht voor deze thematiek te continueren. Minister Schippers van Sport, gesteund door de sportwoordvoerders in de Tweede Kamer, heeft daar gehoor aan gegeven, heeft de beleidsperiode voor VSK verlengd en tast opnieuw in de buidel.

Deze gang van zaken roept natuurlijk vragen op? Is het wel terecht dat het VSK-programma wordt voortgezet? Hoe moet het nu verder met dat beleid? Onverdroten verder gaan op de ingeslagen weg? Meer van het zelfde? Of is een aanpassing van de koers gewenst? Komt er ooit wel een moment dat de beleidsinspanningen kunnen worden afgebouwd?

Middels een kritische reflectie op het tot dusverre gevoerde beleid wordt een aftrap gegeven voor de plenaire discussie over de zin en onzin van het VSK-beleid.

Referenties:

Romijn, D., Kalmthout, J. V., & Breedveld, K. (2015). VSK monitor 2015: voortgangsrapportage actieplan 'naar een veiliger sportklimaat'. Utrecht: Mulier Instituut.

Symposium Slim, fit en vaardig

Cognitieve effecten door bewegen in en om het onderwijs

Marck de Greeff

Dagelijks bewegen is essentieel voor de gezondheid van kinderen en adolescenten. Er is inmiddels ook steeds meer wetenschappelijk bewijs dat bewegen op de korte termijn de concentratie, en op de lange termijn de cognitieve vaardigheden en de leerprestaties van leerlingen verbetert (Verburch et al. 2013; Tomporowski et al., 2015). Het belang van bewegen is bij de meeste basis- en middelbare scholen al wel bekend, maar het is voor een school lastig om tijd vrij te maken voor regelmatig bewegen, zonder dat het ten koste gaat van de reguliere lessen. Daarnaast is het voor een school moeilijk om een onderscheid te maken tussen wat wel en wat niet werkt. Tijdens dit symposium worden er verschillende mogelijkheden om te bewegen tijdens de schooldag toegelicht; worden de resultaten van verschillende onderzoeksprojecten gepresenteerd; en wordt ingegaan op vragen over de intensiteit, omvang en type activiteit.

Doel: Het doel van het symposium is om een wetenschappelijk overzicht te bieden van de effecten van bewegen op cognitie en om praktische voorbeelden te geven van effectieve programma's. Dit wordt gedaan aan de hand van de resultaten van de interventies 'Fit & Vaardig op school' en 'Slim door Gym'; en aan de hand van resultaten van een proefschrift over de relatie tussen fysieke activiteit, cognitie en schoolprestaties bij adolescenten.

Make it count: 'Fit & Vaardig op school' is een voorbeeld van een wetenschappelijk onderbouwd beweegprogramma waarvan de praktische toepasbaarheid en effectiviteit direct getoetst is. Tijdens het symposium wordt kort toegelicht hoe het proces van een gerandomiseerd onderzoek ('Randomized controlled trial') naar de ontwikkeling van een nieuwe onderwijsmethode verloopt. Daarnaast worden er tijdens het symposium voorbeelden gegeven van praktische mogelijkheden om meer en goede beweegprogramma's toe te passen.

Trekker: Marck de Greeff is sinds 2011 bij het Centrum voor Bewegingswetenschappen als promovendus werkzaam in het project 'Fit en Vaardig op school'. Sinds 2015 is hij als onderzoeker verbonden aan het project 'Slim door Gym'. In beide projecten wordt er onderzoek gedaan naar de effecten van fysieke activiteit op cognitie bij basisschoolleerlingen.

Namen overige deelnemers Dr. Martin van Dijk, docent en onderzoeker Fontys Sporthogeschool, Eindhoven, Anna Meijer MSc, promovendus Klinische Neuropsychologie, VU Amsterdam, Irene van der Fels MSc, promovendus Centrum voor Bewegingswetenschappen, Universitair Medisch Centrum Groningen/Rijksuniversiteit Groningen., Dr. Esther Hartman, universitair hoofddocent Centrum voor Bewegingswetenschappen, Universitair Medisch Centrum Groningen/Rijksuniversiteit Groningen.

Format: Korte presentaties (3 x 30 min).

Onderliggend abstract

Associaties tussen objectief gemeten fysieke activiteit en cognitieve prestaties van adolescenten

Martin van Dijk

Fysieke activiteit heeft een positief effect op vele structuren en processen in het brein, zoals de aanmaak van nieuwe neuronen en capillairen. Of deze positieve effecten van fysieke activiteit op het brein ook leiden tot betere cognitieve prestaties is echter minder duidelijk.

De meeste studies die de associaties tussen fysieke activiteit en cognitieve prestaties van adolescenten hebben onderzocht, maakten gebruik van een vragenlijst om fysieke activiteit te meten. Deze subjectieve methode heeft vele beperkingen, zoals sociale wenselijkheid van beantwoorden. Daarom is het doel van de huidige studie om de associaties tussen objectief gemeten fysieke activiteit en cognitieve prestaties in adolescenten te onderzoeken.

Methode: In totaal namen 330 adolescenten (gem. 13.3 jaar; 51% vrouw) van HAVO en VWO deel aan dit onderzoek. De totale hoeveelheid fysieke activiteit (aantal stappen per dag) werd gemeten met de ActivPAL3tm accelerometer, gedragen op het rechterbovenbeen gedurende een volledige schoolweek (24 uur per dag). Cognitieve prestaties werden gemeten met de d2 Test of attention (inhibitie van informatie, één van de executive functies) en de Symbol Digit Modalities Test (snelheid van informatieverwerking).

Resultaten: Fysieke activiteit was positief gerelateerd met inhibitie ($\beta = .15$, $p = .023$), maar niet met snelheid van informatie verwerken ($\beta = .02$, $p = .298$).

Discussie en conclusie: Er is een positieve relatie tussen fysieke activiteit en executief functioneren. De relatie tussen fysieke activiteit en de snelheid van informatie verwerken, een algemene cognitieve vaardigheid, is niet significant.

Make it count: Voor de praktijk betekent dit: 4000 stappen per dag extra (wat voor een gemiddelde adolescent gelijk staat aan heen en weer lopen/fietsen naar school) zorgt mogelijk voor een 3.2% hogere score op het executief functioneren, wat een belangrijke rol speelt bij schoolprestaties. Daarbovenop zou beweging voorafgaand aan school door naar school te lopen/fietsen mogelijk een directe bijdrage kunnen leveren aan het concentratievermogen en de schoolprestaties.

Onderliggend abstract

Fit & Vaardig op school: effect van fysiek actieve reken- en taallessen op fysiek fitheid en schoolvaardigheden na 2 jaar

Marck de Greeff^a, Esther Hartman^a, Marijke Mullender-Wijnsma^a, Simone Doolaard^b, Roel Bosker^b & Chris Visscher^a

A Centrum voor Bewegingswetenschappen, Universitair Medisch Centrum Groningen, Rijksuniversiteit Groningen, B Gronings instituut voor onderzoek van onderwijs, opvoeding en ontwikkeling (GION), Rijksuniversiteit Groningen

Door meer aandacht en concentratie zorgen fysiek actieve reken- en taallessen ervoor dat de kinderen beter bij de les zijn.^[1] Bovendien zorgt matig tot intensieve fysieke activiteit (MVPA) voor een verbetering in fysieke fitheid, wat vervolgens zou kunnen leiden tot een verbeterde hersenstructuur in hersengebieden die verantwoordelijk zijn voor leren.^{[2][3]} Het doel van het project 'Fit & Vaardig op school' (F&V) was het verbeteren van de fysieke fitheid en schoolvaardigheden door het integreren van MVPA in de reguliere reken- en taallessen.

Method: F&V is een 2-jarig cluster-gerandomiseerd onderzoek geweest waarbij kinderen 22 weken lang, 3 keer per week, fysiek actieve reken- en taallessen werden gegeven in het klaslokaal. Tijdens elke les werd 10-15 minuten aan rekenen en 10-15 minuten aan taal besteed. Kinderen uit groep 4 en groep 5 van 12 basisscholen werden random aan de interventie (n = 249) of controle groep (n = 250) toegewezen. De schoolvaardigheden (CITO onderdelen rekenen/wiskunde en spelling) en fysieke fitheid (Eurofit onderdelen uithoudingsvermogen en kracht) werden voorafgaand en na afloop van de interventie bij zowel de controle als interventiegroep geëvalueerd.

Resultaten: Multilevel analyse laat zien dat, na controle voor groep en geslacht, de kinderen in de interventiegroep meer vooruit gingen op de Cito onderdelen rekenvaardigheid (ES = 0.42, 4.1 maanden leerwinst) en spelling (ES = 0.45, 4.2 maanden leerwinst) dan de kinderen in de controle groep. Er werden geen effecten gevonden voor fysieke fitheid.

Discussie en conclusie: Fysiek actieve reken- en taallessen zijn een veelbelovend nieuwe strategie om de schoolvaardigheden van basisschoolkinderen te verbeteren. Fysieke fitheid is niet verbeterd, maar de aandacht na deze fysiek actieve lessen is wel verbeterd wat mogelijk de effecten op schoolvaardigheden verklaart^[1].

Make it count: Er worden tijdens de presentatie voorbeelden gegeven van mogelijkheden om het beweegprogramma direct toe te kunnen passen.

Referenties: [1] Mullender-Wijnsma, MJ et al. (2015). BMC Public Health, 15(1): 404.

[2] Etnier, JL et al. (1997). J Sport Exerc Psychol, 19(3):249-277.

[3] Tomporowski, (2015). J Sport Health Sci, 4(1): 47-55.

Onderliggend abstract

Slim door Gym: resultaten van een pilotonderzoek naar de implementatie van twee beweegprogramma's, fysieke en cognitieve testen in het basisonderwijs

I.M.J. van der Fels^a, A. Meier^c, J.W. de Greeff^a, A.G.M. de Bruijn^b, C. Visscher^a & E. Hartman^a

Er is steeds meer bewijs voor een positief effect van bewegen op cognitieve functies en schoolprestaties van basisschoolkinderen^{1,2}. In Slim door Gym worden twee soorten beweeginterventies onderzocht. Eén met name gericht op fitheid (aerobe interventie), de ander vooral op complexe motorische vaardigheden (complex motorische interventie). Daarbij wordt de relatie met cognitieve functies onderzocht. Op vier basisscholen is een pilot uitgevoerd met als doel de implementatie van twee programma's, inclusief bijbehorende testen. Daarnaast is de test-hertest betrouwbaarheid van de Bruininks-Oseretsky Test of Motor Proficiency second edition (BOT-2) onderzocht.

Method: De beweeginterventies zijn vier weken lang, twee keer per week gegeven. Kinderen zijn toegewezen aan de aerobe interventie (n=25), de complex motorische interventie (n=31) of de controle groep (n=62). De controle groep volgde het reguliere bewegingsonderwijs. Tijdens de pilot is het percentage matig tot intensieve fysieke activiteit (MVPA) van de gymlessen bepaald met hartslagmeters en accelerometers. Daarnaast is de motivatie van de kinderen bepaald met de Intrinsic Motivation Inventory. Fitheid en motoriek zijn voor en na de interventie gemeten met onderdelen van de Eurofit testbatterij en de BOT-2. Daarnaast zijn cognitieve taken eenmalig afgenomen.

Resultaten: Tijdens de presentatie zullen de effecten van de interventie op fitheid en motoriek getoond worden. De intensiteitsmetingen hebben laten zien dat de aerobe gymlessen significant intensiever waren dan de complexe gymlessen, zowel met hartslagmeters ($T=2.5^*$) als met accelerometers ($T=5.3^{**}$). De motivatie van kinderen uit de aerobe interventie groep en de controle groep was hoger dan de kinderen uit de complexe interventie groep ($F(2,51)=7.49^{**}$). De test-hertest betrouwbaarheid van het BOT-2 onderdeel 'balvaardigheid' was goed ($ICC=.816$), maar de betrouwbaarheid van het onderdeel 'bilaterale coördinatie' was onvoldoende ($ICC=.421$).

Discussie en conclusie: De pilot heeft geresulteerd in een aantal aanpassingen in zowel de samenstelling van de testbatterij als de interventies.

Make it count: Er zullen een aantal voorbeelden van gymlessen worden gegeven.

Referenties: 1. Davis CL, Tomporowski PD, McDowell JE, Austin BP, Miller PH, Yanasak NE, Allison JD, Naglieri JA (2011). Exercise improves executive function and achievement and alters brain activation in overweight children: A randomized, controlled trial. *Health Psychology*, 30(1), 91.

Symposium de sociale waarde van sportevenementen 1

Hans Slender (Hanzehogeschool Groningen), Paul Hover (Mulier Instituut), Mark van den Heuvel (Fontys), Koen Breedveld (Radboud Universiteit / Mulier Instituut), Nienke Lammertink (Radboud Universiteit)

De afgelopen jaren is er steeds meer aandacht gekomen voor de economische impact van sportevenementen. Onderzoekers ontwikkelden gezamenlijke methodieken en voerden vergelijkende studies uit via de Werkgroep Evaluatie Sportevenementen (WESP). Een sportevenement is echter meer dan een economisch beleidsinstrument. Evenementen kunnen bijdragen aan sociale aspecten als cohesie, netwerkvorming, inclusie/exclusie, identiteit, participatie, etc. Over de sociale impact van sportevenementen is echter nog weinig consensus, wat maakt dat deze vaak onderbelicht blijft.

In deel 1 van dit symposium staat het evalueren van sociale impact centraal. Recent werd een position paper opgesteld in opdracht van VWS waarin de huidige (inter)nationale literatuur over de sociale impact van evenementen gebundeld werd. Deze paper en twee voorbeeld impactstudies worden gepresenteerd tijdens dit symposium. Hierbij staat zowel het gebruikte evaluatie-instrument als de uitkomst centraal. Vervolgens wordt er door de deelnemers aan het symposium gediscussieerd over de beschikbare instrumenten die zowel wetenschappelijke als praktische relevantie moeten hebben.

Doel: Zoeken naar consensus over centrale concepten, operationalisaties en methodes die het evalueren van de sociale impact van sportevenementen kan stimuleren.

Make it count: Meer kennis over de sociale impact van sportevenementen maakt dat beleidsmakers meer afgewogen keuzes kunnen maken en evenementenorganisatoren zich bewuster worden van hun maatschappelijke rol wat uiteindelijk kan leiden tot evenementen met (meer) publieke waarde.

Trekker: Hans Slender (Hanzehogeschool Groningen) is senior-onderzoeker van het lectoraat Praktijkgerichte Sportwetenschap. Naast ervaring in praktijkgerichte onderzoeksprojecten zoals evenementen evaluaties en haalbaarheidsonderzoeken, werkt hij momenteel ook aan een proefschrift over de sociale impact en hefboomwerking van sportevenementen.

Betrokkenen: Paul Hover (Mulier Instituut), Mark van den Heuvel (Fontys), Koen Breedveld (Radboud Universiteit / Mulier Instituut), Nienke Lammertink (Radboud Universiteit), Hidde Bekhuis (Radboud Universiteit)

Betrokken organisaties: Hanzehogeschool Groningen, Mulier Instituut, Fontys, Radboud Universiteit

Format: Drie inleidende presentaties door Paul Hover, Mark van den Heuvel en Koen Breedveld. Daarna interactieve discussie over het ontwikkelen van methodieken om sociale impact te evalueren.

Onderliggend abstract

Bekijft een internationaal wielerevenement? Een panel onderzoek naar de invloed van de Giro d'Italia op de Gelderse bevolking

Hidde Bekhuis

Met de start van de Giro d'Italia in Gelderland heeft de provincie Gelderland getracht de wielersport in Gelderland een stimulans te geven, de sportparticipatie onder de Gelderse bevolking te vergroten, en de cohesie in de maatschappij te vergroten. Of de start van een wielerevenement tot deze resultaten leidt is onbekend. Onderzoek rondom de Spelen in London heeft laten zien dat de sportparticipatie een tijdelijke opleving kent. Het is echter onbekend of een groot sportevenement voor meer cohesie in de samenleving zorgt. Dit onderzoek beantwoordt dan ook de volgende vragen: In hoeverre heeft de start van de Giro d'Italia in Gelderland geleid tot meer sportparticipatie en cohesie? En in hoeverre zijn een eventuele verhoging van de sportparticipatie en cohesie duurzaam?

Methode: Voor het beantwoorden van de vragen wordt een panel onderzoek onder de inwoners van Gelderland gehouden. Inwoners van Gelderland die in het LISS panel zijn opgenomen zijn/worden 3 maanden voor de start van de Giro (begin maart 2016), vlak na de Giro (mei 2016), 5 maanden na de Giro (oktober 2016) en 10 maanden na de Giro (begin maart 2016) online bevraagd.

Resultaten: Op basis van de eerste meting direct na de Giro blijkt dat de Giro geen invloed heeft op sportparticipatie. Gecontroleerd voor relevante achtergrondkenmerken blijkt dat alleen het daadwerkelijk bezoek van de Giro leidt tot significant meer vertrouwen in de samenleving, wat een maat is voor cohesie. Daarnaast blijkt dat mensen die de Giro bezocht hebben significant trotser te zijn op de provincie.

Discussie/conclusie: De invloed van een groot sportevenement lijkt met name invloed te hebben op cohesie en niet zozeer op sportparticipatie. Latere metingen moeten uitwijzen in hoeverre het nu gevonden effect duurzaam is.

Make it count: Een groot sportevenement lijkt niet direct bij te dragen aan een verhoging van de sportparticipatie, maar draagt wel bij aan cohesie en het gevoelens van trots.

Onderliggend Abstract

De Kracht van de Vierdaagse

Koen Breedveld en Nienke Lammertink
Radboud Universiteit / Mulier Instituut

Sportevenementen zijn niet alleen leuk maar kunnen ook veel betekenen voor de sociale cohesie en het opbouwen van sociaal kapitaal: door sport kunnen mensen nieuwe mensen leren kennen, worden bestaande vriendschappen versterkt en voelt men zich mogelijk meer verbonden (zie Putnam (1995) en de literatuur die daarop voortbouwde).

Methode: In dit paper laten we zien hoe de Vierdaagse eraan bijdraagt dat de cohesie in de samenleving wordt versterkt en mensen sociaal kapitaal opbouwen. Hiervoor hebben we een online enquête uitgezet onder 2.100 Nederlanders (als deel van het Nationaal sportonderzoek). Daarnaast zijn vragenlijsten onder deelnemers van de 100ste Vierdaagse afgenomen via een oproep op de website en social media Vierdaagse (n= 1.400).

Resultaten: De resultaten maken duidelijk dat veel Nederlanders in hun omgeving iemand kennen die de Vierdaagse loopt of heeft gelopen. Ruim 9 miljoen Nederlanders zijn op enigerlei wijze betrokken bij de Vierdaagse, waarvan 0,5 als (oud-)deelnemer. Deelnemers zelf geven aan dat hun deelname vaak onderwerp van gesprek is tijdens ontmoetingen met anderen, en dat ze tijdens de Vierdaagse veel in gesprek treden met bekenden en met onbekenden. Zowel deelnemers als de Nederlandse bevolking geven aan dat het aanmoedigen van deelnemers bij de Vierdaagse hen een warm gevoel geeft, een gevoel van verbinding. In het paper gaan we nader in op deze uitkomsten, en de verschillen naar onder andere sekse en opleidingsniveau.

Conclusie: Concluderend stellen we dat sportevenementen aantoonbaar bijdragen aan de vorming van sociaal kapitaal en daarmee aan de sociale cohesie, en dat dit op een relatief eenvoudige wijze duidelijk te maken is. De kracht van de Vierdaagse is daarbij gelegen in het feit dat het evenement gelegenheden schept, voor deelnemers, hun relaties en voor toeschouwers, om hun 'mede-mens zijn' te beleven en te uiten. De rapportage van Breedveld en Lammertink (2016) is inmiddels openbaar.

Make it count: Sportevenementenorganisatoren kan dit helpen om draagvlak te vinden voor hun evenement en uit te leggen wat daarvan de maatschappelijke betekenis is.

Literatuur:

Breedveld, K. & Lammertink, N. (2016). De kracht van de Vierdaagse. Nijmegen: Radboud Universiteit.
Putnam, R. D. (1995). Bowling alone: America's declining social capital. *Journal of democracy*, 6(1), 65-78.

Onderliggend abstract

Sportevenementen kansrijk voor maatschappij

Paul Hover, Mulier Instituut

Sportevenementen worden vaak gezien in het licht van de bijdrage die ze kunnen leveren aan maatschappelijke doelen (o.a. Ministerie van VWS, 2013). Om de maatschappelijke kansen van sportevenementen te benutten is kennis belangrijk. Het doel van dit onderzoek was het presenteren van de bestaande kennis over de maatschappelijke impact door sportevenementen en het benoemen van strategieën om die impact te bevorderen. Van het onderzoek is verslag gedaan in het rapport 'Creating social impact with sport events' (Hover et al., 2016) dat door het Mulier Instituut en de Universiteit Utrecht is opgesteld.

Methode: Er is een omvangrijke studie van de internationale wetenschappelijke literatuur uitgevoerd. Daarnaast zijn experts in binnen- en buitenland telefonisch en per e-mail geconsulteerd en hebben zestien academici uit negen landen tijdens het congres van de European Association for the Sociology of Sport (EASS) input geleverd.

Resultaten: Sportevenementen kunnen sporters aanmoedigen om meer te sporten of een andere sport te beoefenen. Voor niet-sporters bieden sportevenementen vaak onvoldoende stimulans om te gaan sporten. Sportevenementen kunnen leiden tot gevoelens van trots, plezier en saamhorigheid. Positieve maatschappelijke impact kan worden gestimuleerd door lokale krachten aan te wenden, door andere sectoren te betrekken en door helder verantwoordelijkheden te benoemen.

Conclusie en discussie: Voor de sportbranche zijn sportevenementen van onschatbare waarde. Ook buiten de sport kunnen sportevenementen van betekenis zijn. Uitdaging voor de wetenschap is om het ontstaan van maatschappelijke impact door sportevenementen beter te onderbouwen en de betekenis voor de samenleving te duiden. Uitdaging voor organisatoren en hun stakeholders is om legacy-denken steviger in het beleid te verankeren.

Literatuur: Hover, P., Dijk, B., Breedveld, K., Eekeren, F. van & Slender, H. (2016). Creating social impact with sport events. Utrecht: Mulier Institute/Utrecht University.

Ministerie van VWS (2013). Beleidskader sportevenementen. Den Haag: Ministerie van VWS.

Onderliggend Abstract

Maatschappelijke impact loopevenementen onder deelnemers, bezoekers en bewoners

Mark van den Heuvel, Fontys Economische Hogeschool Tilburg / SPECO

Sportevenementen kunnen een maatschappelijke bijdrage leveren in stedelijke ontwikkeling, infrastructuur, economische impact, maar ook op het gebied van sport(deelname) en sociale aspecten (Preuss, 2007). De sportieve en sociale impact worden de 'zachte' effecten genoemd die vaak minder eenvoudig vast te stellen zijn. De Werkgroep Evaluatie Sportevenementen (WESP) heeft instrumenten ontwikkeld om ook deze sociaal-maatschappelijke impact meetbaar te maken (Hover & Postma-De Groot, 2015). Het doel van dit onderzoek was om de maatschappelijke impact onder de doelgroepen deelnemers, bezoekers en bewoners in kaart te brengen bij loopevenementen.

Methodie: De WESP-richtlijn voor maatschappelijke impact is toegepast bij de Tilburg Ten Miles in 2013, de Venloop in 2014 en de Marathon van Eindhoven in 2015. Centrale thema's zijn o.a. trots, imago, (sport) participatie, cohesie en overlast. In Tilburg werden bezoekers bevraagd (n=120) en deelnemers (n=1.352), bij de Venloop werden bezoekers (n=383) en deelnemers bevraagd (n=4.410), bij de marathon van Eindhoven de bewoners (n=301).

Resultaten: Deelnemers en bezoekers ervaren een hoge mate van trots als het evenement in de eigen stad wordt georganiseerd. Daarnaast hebben de loopevenementen een sociaal karakter waarbij een hoge mate van saamhorigheid wordt ervaren en ontmoetingen plaatsvinden. Ook de bewoners zijn gemiddeld genomen trots op het evenement en kennen het waarde toe voor het imago van de stad. Er wordt relatief weinig overlast ervaren.

Discussie: De vraag rijst of de maatschappelijke impact van een loopevenement onder deelnemers, bezoeker, omwonenden of alle drie geëvalueerd dient te worden. Hoewel de mate waarin verschilt, zijn alle drie de doelgroepen positief. Ze zijn echter niet alle drie op gelijke wijze te bevragen.

Make it count: Dit onderzoek levert een bijdrage aan de discussie over hoe het maatschappelijke impact van sportevenementen meetbaar gemaakt kan worden voor beleidsevaluaties.

Literatuur: Preuss, H. (2007). The conceptualisation and measurement of mega sport event legacies. *Journal of sport & tourism*, 12(3-4), 207-228.

Hover, P. & Postma-De Groot, M. (2015). Richtlijn onderzoek participatie en cohesie. Werkgroep Evaluatie Sportevenementen (WESP).

Richards, Greg, Marisa de Brito, Linda Wilks (2013). *Exploring the social impact of events*. Routledge.

Presteren & Belasting & Belastbaarheid Serie II



Zelfregulatie: nuttig voor de preventie van overbelastingblessures bij getalenteerde tennissers?

Van der Sluis A¹, Brink MS¹, Pluim BM², Verhagen E^{3,4,5,6}, Elferink-Gemser MT¹, Visscher, C¹.

Centrum voor Bewegingswetenschappen, Universitair Medisch Centrum Groningen, Rijksuniversiteit Groningen, 2 Koninklijke Nederlandse Tennis Bond, Amersfoort, 3 Department of Public and Occupational Health, EMGO Institute for Health and Care Research, VU University Medical Center, Amsterdam, 4 Amsterdam Collaboration on Health and Safety in Sports, IOC Researc Centre for Prevention of Injury and Protection of Athlete Health, VUmc/AMC, Amsterdam , 5 Australian Centre for Research into Injury in Sport and its Prevention (ACRISP), Federation University Australia, Ballarat, Victoria, Australia, 6 Honorary senior lecturer UCT/MRC Research Unit for Exercise Science and Sports Medicine (ESSM), Department of Human Biology, Faculty of Health Sciences, University of Cape Town, South Africa.

Metacognitieve vaardigheden (reflectie, planning, monitoring en evaluatie) zijn onderdeel van zelfregulatie. Getalenteerde sporters gebruiken metacognitieve vaardigheden om hun prestatie te verbeteren (Jonker et al., 2011). Waarschijnlijk spelen deze vaardigheden ook een rol in het reguleren van de eigen gezondheid (Clark & Zimmerman, 2014). Dit kan voor talentvolle sporters van belang zijn. In dit onderzoek wordt de relatie tussen metacognitieve vaardigheden en overbelastingblessures bij getalenteerde tennissers onderzocht.

Methode: Bij aanvang van het seizoen zijn de metacognitieve vaardigheden van 73 tennissers (45 jongens en 28 meisjes, leeftijd 11 tot 14 jaar) gemeten, met behulp van de Self-Regulation of Learning Self-Report Scale. Overbelastingblessures werden gedurende het hele seizoen gemonitord aan de hand van de Oslo Sports Trauma Research Centre Questionnaire on Health Problems.

Resultaten: Ordinale regressie laat zien dat gemiddelde of lage monitoring vaardigheden (OR 4.555, CI 1.096-18.927, $p=0.037$) en expositie (in uren) (OR 1.380, CI 1.106-1.721, $p=.004$) gerelateerd zijn aan meer overbelastingblessures die tot uitval van training en competitie leiden. Dit is vooral het geval bij meisjes (OR 10.757, CI 1.845-62.714, $p=.008$). Lineaire regressie toont aan dat hogere scores op reflectie en expositie gerelateerd zijn aan de gemiddelde ernstscore voor overbelastingblessures gedurende het seizoen ($F(5,58)=2.921$, $p=.0.020$, $R^2=.201$).

Discussie en conclusie: Mogelijk helpt monitoring sporters om te voorkomen dat overbelastingklachten leiden tot daadwerkelijk uitval van training en competitie. Wellicht zijn spelers die hierop hoog scoren beter in staat om bijvoorbeeld de reactie van hun lichaam op belasting in de gaten te houden en kunnen ze pijnsignalen beter duiden. De rol van reflectie bij het ontstaan van overbelastingblessures moet nader onderzocht worden.

Make it count: Coaches en trainers moeten er alert op zijn dat de monitoring vaardigheden tussen jonge sporters sterk kunnen verschillen. Sporters zouden getraind kunnen worden om deze monitoringsvaardigheden beter in te zetten voor het voorkomen van overbelastingblessures.

Trainingsbelasting en herstel tijdens intensieve wedstrijdperiodes bij professionele basketbal spelers

Doeven, MSc, S.H.^{1,2}, Brink, dr. M.S.², Lemmink, Prof.dr. K.A.P.M.²

1 Instituut voor Sportstudies, Hanze Hogeschool Groningen, 2 Centrum voor Bewegingswetenschappen, Universitair Medisch Centrum Groningen/Rijksuniversiteit Groningen

In de topsport participeren teamsporters in nationale en internationale competities wat leidt tot een hoge wedstrijdrequentie en korte herstelperiodes tussen wedstrijden. Voor optimaal herstel kunnen coaches trainingsbelasting aanpassen door intensiteit of volume van trainingen te verminderen. Welke strategieën gebruikt worden en hoe dit herstel beïnvloedt is onbekend. Daarom is doel van deze studie om te onderzoeken wat het verschil is tussen trainingsbelasting en herstel tijdens 1 wedstrijd per week en meerdere wedstrijden per week.

Methode: 4 professionele basketballers namen deel aan het onderzoek (24,8 jaar $\pm$ 2,07). Een wedstrijdseizoen lang zijn dagelijks Ervaren Mate van Inspanning (EMI), Duur, Welzijn en Ervaren Mate van Herstel (EMH) gemeten bij alle spelers. Het trainingsseizoen werd verdeeld in weken waarin 1 wedstrijd (lage wedstrijdrequentie) werd gespeeld en weken waarin 2/3 wedstrijden (hoge wedstrijdrequentie) werden gespeeld gedurende minimaal 3 achtereenvolgende weken. Verschillen in intensiteit, duur en herstel zijn onderzocht met behulp van een gepaarde T-test. De relatie tussen intensiteit, duur en herstel is onderzocht middels de Pearson Correlatie Coëfficiënt.

Resultaten: De gemiddelde EMI, duur, welzijn en EMH was tijdens de lage wedstrijdrequentie weken achtereenvolgens: 13,9($\pm$ 1,86), 666,0 min.($\pm$ 200), 18,0($\pm$ 1,72) en 13,6($\pm$ 1,0). Tijdens de hoge wedstrijdrequentie weken was dit respectievelijk: 13,1($\pm$ 2,14), 511,6 min.($\pm$ 97,39), 18,5($\pm$ 1,21) en 13,8($\pm$ 1,02). De EMI ($p=0,025$) en duur ($p=0,000$) in de hoge wedstrijdrequentie weken was significant lager dan in de lage wedstrijdrequentie weken. Het welzijn ($p=0,046$) in de hoge wedstrijdrequentie weken was significant hoger dan in de lage wedstrijdrequentie weken.

Discussie/Conclusie: Dit onderzoek laat zien dat de gemiddelde intensiteit en duur tijdens hoge wedstrijdrequentie weken bijna een derde lager is vergeleken met lage wedstrijdrequentie weken. Het welzijn was beter in de hoge wedstrijdrequentie weken.

Make it count: Coaches lijken de trainingsbelasting te verminderen tijdens intensieve wedstrijdperiodes en dit gaat gepaard met een beter welzijn. Dit is belangrijk om optimaal te presteren en gezondheidsproblemen te voorkomen.

Inloed van psychosociale belasting en herstel op prestatie-indicatoren

Ruby Otter.

Voor duursporters is een goede balans van belasting en herstel van groot belang voor hun prestaties. Hierbij gaat het niet alleen om fysieke belasting en herstel, zoals training en rust, maar ook om psychosociale belasting en herstel. Omdat er nog weinig bekend is over het psychosociale deel is het doel van deze studie om uit te zoeken hoe deze relatie tussen veranderingen in psychosociale belasting, herstel en prestatie-indicatoren bij duursporters eruit ziet. .

Methode: Twee jaar lang zijn psychosociale belasting, herstel en prestatie-indicatoren onderzocht van 115 duursporters. De sporters hebben in die periode dagelijks een trainingslogboek bijgehouden. Wekelijks tot 3-wekelijks hebben zij een belasting en herstelvragenlijst ingevuld (RESTQ-sport) en elke 6 tot 7 weken hebben zij een submaximale prestatietest gedaan. Gedurende deze periode is er bij de hardlopers een negatieve levensgebeurtenis (NLG) voorgekomen.

De analyses van deze gegevens zijn tweeledig. Eerst is met behulp van multilevel-analyses uitgezocht wat de relatie is tussen psychosociale belasting, herstel en prestatie-indicatoren. Daarna is met ANOVA's en T-tests uitgezocht wat de invloed is van een NLG op psychosociale belasting, herstel en prestatie-indicatoren.

s

Resultaten: De analyses lieten zien dat een verbetering in psychosociale belasting en herstel bijdraagt aan een verbetering in prestatie-indicatoren. Bovendien bleek dat een NLG een negatieve invloed heeft op psychosociale belasting en herstel in de week van de gebeurtenis en 1 week daarna. Daarnaast blijkt dat de looeconomie (prestatie-indicator) van hardlopers 3 weken na een NLG is verminderd.

Conclusies: Veranderingen in psychosociale belasting en herstel zijn gerelateerd aan veranderingen in prestatie-indicatoren van duursporters. Daarbij verstoort een NLG de mate van psychosociale belasting en herstel en heeft het ook invloed op prestatie-indicatoren.

Make it count: Coaches kunnen psychosociale belasting en herstel monitoren om inzicht te krijgen in belastbaarheid van sporters. Hierdoor kunnen trainingsprogramma's op het individu aangepast worden om uiteindelijk prestaties te verbeteren.

VO_{2max} is proportioneel met mitochondriële oxidatieve capaciteit - van chronische hartpatiënten tot professionele wielrenners

Stephan van der Zwaard, Jo de Ruiter, Dionne Noordhof, Renske Sterrenburg, Frank Bloemers, Jos de Koning, Richard Jaspers en Willem van der Laarse

VO_{2max} lijkt te worden beperkt door zuurstoftoevoer naar de mitochondriën en niet zozeer door de mitochondriële capaciteit om zuurstof te consumeren. Mensen en dieren gebruiken slechts 60-80% van hun mitochondriële oxidatieve capaciteit bij VO_{2max} . Echter, deze bepaling van mitochondriële oxidatieve capaciteit is onderhevig aan nadelige gevolgen van het isoleren van mitochondriën of permeabiliseren van spiervezels. Een alternatieve methode voor bepaling van de mitochondriële oxidatieve capaciteit is via kwantitatieve enzym histochemie van succinate dehydrogenase (SDH) activiteit.

We hebben bepaald in welke mate VO_{2max} die wordt bereikt tijdens een maximaaltest op de fietsergometer verschilt van de mitochondriële oxidatieve capaciteit voorspeld vanuit SDH activiteit van de m. vastus lateralis in chronische hartpatiënten, gezonde controles en wielrenners.

Methode: VO_{2max} is gemeten in 20 gezonde proefpersonen en 28 wielrenners en SDH activiteit is bepaald van biopsies van de m. vastus lateralis met behulp van kwantitatieve histochemie. Vergelijkbare data van ons laboratorium van 14 chronische hartpatiënten en 6 gezonde proefpersonen zijn geïncorporeerd. Mitochondriële oxidatieve capaciteit is voorspeld vanuit SDH activiteit op basis van totale spiermassa en de bekende relatie tussen spiervezel VO_{2max} en SDH activiteit van geïsoleerde spiervezels en hartventrikelvezels in hyperoxische condities.

Resultaten: De Mitochondriële oxidatieve capaciteit voorspeld vanuit SDH activiteit is gerelateerd ($r^2=0.89$, $p<0.001$) aan VO_{2max} gemeten tijdens fietsinspanning in proefpersonen met een VO_{2max} van 9.8 tot 79.0 $ml \cdot kg^{-1} \cdot min^{-1}$. VO_{2max} is gemiddeld $90 \pm 14\%$ van de mitochondriële oxidatieve capaciteit.

Discussie/Conclusie: VO_{2max} is gerelateerd aan mitochondriële oxidatieve capaciteit zoals voorspeld vanuit SDH activiteit. Mitochondriële oxidatieve capaciteit is waarschijnlijk marginaal gelimiteerd door zuurstoftoevoer naar de mitochondriën.

Make it count: VO_{2max} schaalt vergelijkbaar met mitochondriële oxidatieve capaciteit in goedgetrainde wielrenners, gezonde proefpersonen en hartpatiënten, waarbij zuurstoftoevoer naar de mitochondriën is aangedaan. VO_{2max} en mitochondriële oxidatieve capaciteit lijken dus goed op elkaar afgestemd, waarbij individuele verschillen in oxidatieve overcapaciteit mogelijk gerelateerd zijn aan beperkingen in de zuurstoftransportketen.



Presteren
Diversen
Serie II

Succesvol in topsport én studie: wat moet je daarvoor in huis hebben?

Anne Spitse (Hogeschool Windesheim) en Nicolette Schipper-van Veldhoven (Hogeschool Windesheim / NOC*NSF).

Lang werd gedacht dat topsport een slechte combinatie vormt met onderwijs. Maar uit recente onderzoeken blijkt juist dat topsporters die studeren (Duale Carrière atleten) betere studieresultaten hebben dan hun medestudenten die geen topsport bedrijven (Jonker, Elferink-Gemser, & Visscher, 2011). DC atleten komen in hun duale carrière wel voor uitdagingen te staan, vooral op academisch, atletisch, psychologisch, psychosociaal en financieel vlak (Wylleman, Reints, & De Knop, 2013). Dit vraagt om goede begeleiding van DC atleten door pedagogische bekwame DC begeleiders.

Hogeschool Windesheim en NOC*NSF nemen deel aan het internationale onderzoek 'Gold in Education and Elite Sport' (GEES), welke gericht is op onderzoek naar gerichte ondersteuning van DC atleten. De hoofdvraag van de eerste (net afgeronde) onderzoeksfase is: Welke competenties hebben atleten nodig om succesvol een duale carrière te kunnen voorbereiden, doorlopen en volbrengen? Wij doen hier verslag van het NL deel van het onderzoek.

Methodie: In Nederland hebben 350 DC atleten (15-25 jaar met een NOC*NSF-topsportstatus) een online vragenlijst ingevuld. Aan hen werd een lijst met 38 competenties voorgelegd, waarin zij invulden hoe belangrijk zij deze competenties vinden voor een succesvolle duale carrière en in hoeverre zij deze competenties al bezitten.

Resultaten: Volgens DC atleten zijn de 3 belangrijkste competenties:

1. Inzicht in het belang van rust en herstel
2. Vermogen om door te zetten gedurende moeilijke tijden en tegenslagen
3. Toewijding om succesvol te zijn in je sport én studie

En bezitten zij deze 3 competenties het meest:

1. In staat zijn om samen te werken met begeleiders in sport en studie (bijv. coach, trainer, andere begeleider)
2. Gretig zijn om te luisteren naar en leren van andere personen en eerdere ervaringen
3. Vermogen om door te zetten gedurende moeilijke tijden en tegenslagen

Deze top 3-en komen overeen met de Europese resultaten, alleen in een andere volgorde..

Discussie en conclusie: DC atleten geven aan welke competenties zij het belangrijkste te vinden, maar bezitten deze niet het meest. Hier blijkt dus ruimte te zijn om DC atleten beter te begeleiden. Zo kunnen DC atleten bijvoorbeeld beter begeleid worden bij het herkennen van overtraining. De tweede fase van het onderzoek richt zich op de vraag wat DC begeleiders precies in huis moeten hebben om een pedagogisch verantwoorde begeleiding te geven die zich richt op empowerment van de DC atleten. Voor meer info, zie <http://www.gees.eu/index.php/nl/>.

Literatuur: Jonker, L., Elferink-Gemser, M. T., & Visscher, C. (2011). The role of self-regulatory skills in sport and academic performances of elite youth athletes. *Talent Development & Excellence*, 3(2), 263-275. Wylleman, P., Reints, A., & De Knop, P. (2013). A developmental and holistic perspective on athletic career development. In P. Sotiradou & V. De Bosscher (Eds.), *Managing high performance sport* (pp. 159-182). New York, NY: Routledge.

Samen basketballen is basketballen met teamafspraken?

Ivo van der Spek^{1,2} en Sanne de Vries²

1 De Haagse Hogeschool, Faculteit Gezondheid, Voeding en Sport, Haagse Academie voor Lichamelijke Opvoeding, 2 De Haagse Hogeschool, Faculteit Gezondheid, Voeding en Sport, Lectoraat Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving

In het voortgezet onderwijs (VO) zijn jongens significant actiever tijdens de gymlessen door competitieve spelvormen (basketbal, voetbal etc.) dan meisjes. Mogelijkerwijs verhindert de dominantie van jongens tijdens spelvormen dat meisjes in een gymles even actief kunnen zijn als jongens. Dit is een serieus probleem aangezien ongeveer 60% van het Nederlandse lichamelijke opvoeding (LO) curriculum uit spelvormen bestaat (Slingerland, 2014).

In dit onderzoek is onderzocht wat het effect is van het maken van teamafspraken tijdens een basketbalwedstrijd op de speluitvoering, de spelbeleving en de bewegingsintensiteit bij leerlingen van 12 tot 17 jaar. De verwachting is dat vooral minder vaardige leerlingen meer gaan bewegen, meer betrokken zijn en zich meer betrokken voelen bij het spel wanneer er teamafspraken zijn gemaakt.

Methodie: In dit onderzoek is het spelen van 4 tegen 4 basketbal (half veld met recht van aanval) met en zonder teamafspraken met elkaar vergeleken. Teamafspraken kunnen de voorspelbaarheid van de speel-acties (onderwijsdifferentiatie) verhogen (Van der Spek, 2012). Het onderzoek is uitgevoerd onder 98 leerlingen van 12 tot 17 jaar die van 10 LO studenten teamafspraken hebben aangeleerd door op verschillende momenten het spel stil te leggen ('freeze-play') voor tips en aanwijzingen. Voor en na deze instructie is het basketbalspel gefilmd ter observatie van de speluitvoering en hebben 16 leerlingen een ActiGraph GT3X versnellingsmeter op hun heup gedragen ter meting van hun bewegingsintensiteit. Er zijn tevens interviews afgenomen bij 31 leerlingen om een beeld te krijgen van hun spelbeleving. .

Resultaten: Het spelen met teamafspraken leidde tot meer bewegen, passes en balcontacten. Vooral meisjes en minder-vaardige leerlingen lijken hiervan te profiteren. Zij voelden zich competent.

Discussie/Conclusie: Teamafspraken bieden structuur en verhogen de voorspelbaarheid van basketbal wat leidt tot meer beweging en betrokkenheid van alle leerlingen tijdens de gymles.

Make it count: Een groot deel van de LO docenten hanteert een lesprogramma dat zwaar leunt op competitieve spelvormen en normatieve evaluaties (Slingerland, 2014). Daarnaast leggen LO docenten meer nadruk op fundamentele bewegingsvaardigheden van leerlingen dan op fundamentele spelvaardigheden. Teamafspraken kunnen dit complementair maken, wat volgens Smit (2014) wenselijk is. Het houdt rekening met verschillen in geslacht en motorische vaardigheden van leerlingen. Bovendien kan het de basis zijn van een alternatieve vorm van evaluatie.

Referenties: Slingerland, M. (2014). Physical Education's Contribution to levels of physical activity in children and adolescents. Fontys Sporthogeschool en Maastricht University, 129-130.
Smit, W. (2014). Fundamental movement skills and fundamental games skills are complementary pairs and should be taught in complementary ways at all stages of skill development. Sport, Education an Society, 1-13.
Spek, I. v. (2012). Basketbal: aanvallen 'in motion' in het voortgezet onderwijs. Koninklijke Vereniging van Lichamelijke Opvoed, 22-25.

De perfecte sportrolstoel

Witte, A.M.H. de^{1,2}, Berger M.A.M.¹, Slikke, R.M.A. van der^{1,3},
Hoozemans, M.J.M.², Woude, L.H.V. van der³, Veeger, H.E.J.^{2,3}

1 The Hague University of Applied Sciences, 2 Faculty of Human Movement Sciences, VU University Amsterdam, 3 Delft University of Technology, 4 Centre for Human Movement Sciences, University Medical Centre Groningen, University of Groningen

In rolstoelbasketbal kan goed materiaal het verschil maken tussen winnen en verliezen. Het gaat dan om de materiaaleigenschappen van de rolstoel maar ook om de manier waarop de rolstoel is aangepast aan de atleet. De perfecte afstemming van rolstoel op atleet is een complex proces waarin rekening moet worden gehouden met de atleet, de rolstoel en de omgeving. In dit 4 jarig onderzoeksproject proberen we een antwoord te vinden op de vraag: wat is de optimale afstemming van de rolstoel op de atleet, rekening houdend met de fysieke eigenschappen, vaardigheden en individuele veldpositie, om optimaal te presteren in rolstoelbasketbal? .

Methode: Rolstoel-atleet acties zijn tijdens wedstrijden geobserveerd met behulp van videoanalyse en inertieële sensoren om inzicht te krijgen in de functionele eisen (de Witte et al., 2016, van der Slikke et al, 2015). Daarnaast zijn er interviews gehouden met experts.

Resultaten: Op basis van de videoanalyse, inertieële sensoren en interviews is een testcircuit ontwikkeld waarmee rolstoel mobiliteit gemeten kan worden in een gestandaardiseerde omgeving. Het ontwikkelde testcircuit is getoetst op validiteit (n=46), betrouwbaarheid (n=23) en responsiviteit op rolstoelaanpassingen (de Witte et al., 2016b).

Discussie en conclusie: De volgende fase in dit onderzoeksproject is om in de geïsoleerde omgeving van het testcircuit te kijken naar het effect van verschillende rolstoelinstellingen op prestatie. Er wordt gekeken naar het effect van zithoogte, grip en gewicht op de mobiliteitsprestatie.

Make it count: Doel van dit onderzoeksproject is het ontwerpen van een systematiek ten behoeve van de optimale afstemming van de rolstoel voor een atleet in rolstoelbasketbal. De aanpak in dit onderzoeksproject levert zowel wetenschappelijke als praktische antwoorden op voor coaches, atleten en rolstoelexperts. De verzamelde data wordt gebruikt voor het opstellen van statistische modellen waarmee antwoord gegeven kan worden op de hoofdvraag. Daarnaast wordt de verzamelde data direct vertaald naar bijvoorbeeld (individuele) trainingsadviezen.

Referenties: van Der Slikke, R. M. A., Berger, M. A. M., Bregman, D. J. J., Lagerberg, A. H., & Veeger, H. E. J. (2016). From big data to rich data, the key kinematics of wheelchair mobility performance. *Journal of Biomechanics* (2016), <http://dx.doi.org/10.1016/j.jbiomech.2016.08.022>
de Witte, A. M. H., Hoozemans, M. J. M., Berger, M. A. M., Veeger, D. (H. E. J.), & van der Woude, L.H.V. (2016a). Do field position and playing standard influence athlete performance in wheelchair basketball? *Journal of Sports Sciences*, 34(9), 811-820.
de Witte, A. M. H., Hoozemans, M. J. M., Berger, M. A. M., Veeger, D. (H. E. J.), & van der Woude, Lucas H.V. (2016b). Development, construct validity, and test-retest reliability of a field-based wheelchair mobility performance test for wheelchair basketball. Submitted *Journal of Sports Sciences*.

Fiets efficiëntie afhankelijk van absolute weerstand

Joost Oomen¹, Willem Gosens¹, Steven Vos^{1,2}

1 Fontys Sporthogeschool, 2 Technische Universiteit Eindhoven

Van fiets efficiëntie wordt over het algemeen aangenomen dat deze tussen de 20 en 25% is. In dat geval gaat het om Gross Efficiency (GE) welke per definitie de ratio tussen extern geleverde arbeid en arbeid die het lichaam daarvoor nodig heeft gehad. Ettema [1] heeft in een review beschreven dat de grootste factor van efficiëntie het absoluut geleverde vermogen is en daarna de trapfrequentie. Dit was echter niet binnen dezelfde personen gemeten. De onderzoeksvraag was dan ook: Is fiets efficiëntie binnen personen afhankelijk van het absoluut geleverde vermogen?

Methode: Zevenenveertig vrijwilligers (30 mannen en 17 vrouwen) deden mee aan het onderzoek en fietsten op 0, 50, 100, 140, 180 Watt (Lode Excalibur Sport, Groninger). Degenen die nog verder konden fietsten nog op 220 en 260 Watt. Proefpersonen kregen de opdracht het aantal omwentelingen per minuut gelijk te houden tijdens de gehele meetperiode. Op elke stap werd gedurende 3 via indirecte calorimetrie (Cortex Metalyzer B2,) energieverbruik bepaald (het gemiddelde van de laatste minuut) en de GE berekend.

Resultaten: Binnen personen is GE afhankelijk van het absolute vermogen. Bij 50 watt is de gemiddelde GE 11,8%, bij 100 Watt 17,0% en vanaf 180 Watt pas boven de 20% met een maximum van 21,9% bij 260 Watt.

Discussie / conclusie: Voor zover bekend is dit de eerste studie die op grote schaal aantoont dat binnen dezelfde personen de fiets efficiëntie afhankelijk is van de absolute weerstand. En hiermee worden de bevindingen van Ettema [1]. Het fenomeen van afgenomen GE is vooral aanwezig onder de 100 Watt.

Make it count: Voor mensen met een ziektebeeld als COPD betekent dat, dat er wellicht geen verminderde efficiëntie [2] is maar enkel een afname van de maximale absolute weerstand.

Referenties: 1. Ettema G, Lorås HW. Efficiency in cycling: a review. Eur J Appl Physiol. Springer-Verlag; 2009;106:1–14.

2. Baarends EM, Schols AM, Akkermans MA, Wouters EF. Decreased mechanical efficiency in clinically stable patients with COPD. Thorax. 1997;52:981–6.





Sportieve School Serie II

Motivatatie voor school, ook door sport

Dr. Hilde Bax en drs. Douwe van Dijk

In het schooljaar 2015-2016 is onderzoek gedaan naar de motivatie voor school van leerlingen uit het voortgezet onderwijs op een vijftal scholen met een sportprofiel in Amsterdam en omgeving. Zowel leerlingen uit de onderbouw als die van de bovenbouw zijn in het onderzoek betrokken.

Methode: Voor het verzamelen van data over de motivatie voor school is de Nederlandse versie van de Breq-2 vragenlijst gebruikt. Deze is gebaseerd op de zelfdeterminatie theorie van Ryan & Deci (2000). De vragen zijn per type motivatie gegroepeerd. De betrouwbaarheid is gecontroleerd met de Cronbach's alpha en is telkens 0,7 of meer. Voor het berekenen van de motivatie als geheel is de rai formule gebruikt.

Resultaten: Aan het onderzoek hebben 2525 leerlingen deelgenomen. Opvallend is dat de leerlingen van deze scholen laag scoren op a-motivatatie en externe regulatie en dat ze hoog scoren op geïdentificeerde en intrinsieke regulatie. Dat geldt zowel voor de leerlingen met een sportprofiel als de leerlingen met een andere profilering. Er zijn nauwelijks verschillen gevonden tussen de jongens en de meisjes. In de bovenbouw zijn leerlingen die gekozen hebben voor het keuze examenvak bewegen, sport en maatschappij (BSM) beter gemotiveerd voor school dan de leerlingen die dat vak niet hebben in hun profiel.

Discussie/conclusie: De vijf scholen die betrokken waren in het onderzoek hebben allemaal een sportprofiel en vaak nog een tweede of derde profiel. Een visie op onderwijs waarbij leerlingen kunnen kiezen voor een profilering heeft kennelijk een positieve invloed op de motivatie van leerlingen voor school.

Make it count: Scholen met sport doen het goed! Profileren, zeker doen!

SALVO onderzoek: protocol en baseline resultaten

Huib van de Kop

Adolescenten van het Voorbereidend Middelbaar Beroeps Onderwijs (VMBO) bewegen steeds minder, zijn lichamelijk minder fit en hebben steeds vaker overgewicht. Hierdoor neemt het risico op gezondheidsproblemen op volwassen leeftijd toe. Het niet voldoen aan de beweegnorm van een uur per dag leidt tot een 20 tot 30 % vergrote kans op chronische ziekten en een verkorte levensduur met drie tot vijf jaar. Daarom wordt aanbevolen om adolescenten van het VMBO uit te dagen lichamelijk actief te blijven door interventies af te stemmen op hun mogelijkheden en belevingswereld.

Methode: Het onderzoek Stimuleren Actieve Leefstijl VMBO Onderwijs (SALVO) is een 4 jarig vergelijkend interventie onderzoek, met 3000 leerlingen verdeeld over 11 interventie en 11 controlescholen. De leerlingen worden daarbij gevolgd op lichamelijke fitheid (Eurofittest) en zelf gerapporteerde lichamelijke activiteit. De inrichting van de interventie wordt afgestemd op de mogelijkheden en vaardigheden van de VMBO leerlingen. Het afstemmen van de interventie op kenmerken van de VMBO leerling vindt plaats met behulp van een asset benadering. De assets worden, binnen de thematiek van een actieve leefstijl, bepaald aan de hand van activiteiten waarbij leerlingen elkaar interviewen en met elkaar in discussie gaan met zelfgemaakte foto's. Door hen te betrekken bij de inrichting van de interventie, wordt de kans groter dat de interventie aansluit bij de mogelijkheden en belevingswereld van de leerlingen en de school. De verwachting is dat leerlingen daardoor een actievere leefstijl ontwikkelen.

Resultaten: De huidige presentatie gaat in op het toepassen van de SALVO aanpak bij het ontwikkelen van op maat gemaakte interventies. Voorlopige resultaten van de voormeting worden gepresenteerd.

Discussie en conclusie: Voor- en nadelen van een participerende VMBO leerlingen in het ontwikkelen van een actieve leefstijl worden bediscussieerd. De resultaten van de voormeting worden toegelicht

Make it count: Het SALVO onderzoek evalueert een participerende rol van leerlingen in een actieve leefstijl interventie.

Sport als middel tegen voortijdig schooluitval

Programma karakteristieken om risicojongeren te motiveren

Marieke Fix

Voortijdig schoolverlaten (vsv) is een probleem vanuit economisch en maatschappelijk perspectief (Brekke, 2013). Vanuit de overheid zijn succesvolle maatregelen ingesteld om vsv terug te dringen, waaronder speciale begeleidingsprogramma's (Cabus, 2012). Deze studie onderzoekt 4 programma's in een topsportcontext om risicojongeren te motiveren. De onderzoeksvragen zijn:

1. Wat zijn succesfactoren in vier programma's in topsportcontext voor risicojongeren?
2. Welke ontwerpprincipes kunnen worden geïdentificeerd?

Methode: Data over de programma's is verzameld gedurende 18 maanden door documentstudie en focusgroep interviews met docenten (n=16). Data analyse vond plaats door de Quagol methode (Dierckx de Casterlé et al., 2012).

Resultaten: Docenten hebben drie succesfactoren geïdentificeerd: 1) Gepersonaliseerd leren; 2) Niet-schoolse aanpak; 3) Heldere programma doelen. Docenten identificeerden de niet-schoolse aanpak als instrument voor succes. Drie programma's gebruikten sport als middel en één groepsdynamiek. Docenten identificeerden de coachende rol van de docent en de topsport locatie in de sportcontext eveneens als succesfactor.

Er zijn drie ontwerpprincipes geformuleerd: 1) focus op coaching; 2) topsportlocatie 3) sport en groepsdynamiek als instrument.

Conclusie: Docenten identificeerden drie karakteristieken voor programma's. Cruciale succesfactor was de niet-schoolse aanpak. Drie ontwerpprincipes zijn geformuleerd voor programma's voor risico leerlingen.

Make it count: Docenten zien sport als instrument om risicojongeren te motiveren hun opleiding af te maken. Dit inzicht samen met de ontwerpprincipes geven scholen een nieuw instrument in begeleiding van deze moeilijke doelgroep.

Referenties: -Brekke, I. (2013). Long-term labour market consequences of dropping out of upper secondary school: Minority disadvantages? *Acta Sociologica*, 57(1), 25-39.

-Cabus, S. (2012). An economic perspective on school dropout prevention using micro econometric techniques. Doctoral dissertation. Maastricht: University of Maastricht.

-Dierckx de Casterlé, B., Gastmans, C., Bryon, E., & Denier, Y. (2012). QUAGOL: A guide for qualitative data analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 49, 360-371.

Ontwikkelen van een sport en bewegen strategie op en rondom school, top-down of bottomup? Een case-study aanpak.

Anneke von Heijden¹, Yvonne Sanders¹ en Steven Vos^{1,2}

1 Fontys Sporthogeschool, Lectoraat Move to Be, 2 TU Eindhoven, Faculteit Industrial Design

Scholen bieden een belangrijk aangrijpingspunt om sporten en bewegen te stimuleren bij kinderen (Stuij e.a., 2011). Landelijke programma's werden ontwikkeld en steeds meer gemeenten spreken de ambitie uit om het sport- en beweegklimaat op en rondom basisscholen te verbeteren. Vraag is wat de wens van de scholen hierin is.

Methode : Om de effectiviteit van dit verbeterproces te verhogen, is draagvlak binnen de scholen essentieel. De beslissingstheorie van Maier (Effectiviteit= Kwaliteit x Aanvaarding; 1970), door Vos en Scheerder (2011) toegepast op sport- en beweegbeleidsplanning, werd gebruikt als kader. Deze theorie stelt dat een effectief beleid een product is van de kwaliteit van de beleidsmaatregelen en de aanvaarding door betrokkenen, en niet noodzakelijk de meest 'juiste' benadering of oplossing. Het onderzoek bestond uit:

- 1) globale inventarisatie d.m.v. online vragenlijsten onder 26 scholen en interviews met schoolbesturen
- 2) interviews op 8 geselecteerde scholen
- 3) ontwikkeling van actieplannen voor deze scholen en een globale scenario ontwikkeling voor de gemeente

Resultaten: De scholen zien verschillende aanknopingspunten voor verbetering (meer specifiek in presentatie). Bij terugkoppeling aan het team bleek het belangrijk om verschillende standpunten af te stemmen. Middels overleg zijn zij tot een prioritering en fasering gekomen in hun actieplannen.

Discussie en conclusie: De scholen kunnen de verbeterpunten niet allemaal (zelf) aanpakken. Hiertoe wordt een constructie opgezet (zogenoemde beweegteams) die met de scholen uitvoering gaan geven aan de actieplannen. Personeel inzet vanuit school is voorwaarde voor deze samenwerking. De bottom-up benadering, samen met flankerend beleid vanuit de gemeente, lijkt een goede basis te bieden voor een effectieve aanpak op maat.

Make it count: Vaak gaan goede initiatieven ten onder door gebrek aan draagvlak bij betrokkenen. Binnen dit onderzoek is bewust gezocht naar een manier om het draagvlak binnen scholen te vergroten (o.a. door bottom-up benadering). Waarde voor de praktijk zit dan ook met name in de procesgerichte aanpak.

Referentie: Maier, N.R.F. (1970). Problem solving and creativity in individuals and groups. Belmont: Brooks & Cole , Stuij, M., Wisse, E., Mossel, G. van, Lucassen, J.M.H. & Dool, R. van den (2011). School, bewegen en sport. Onderzoek naar relaties tussen de school(omgeving) en het beweeg- en sportgedrag van leerlingen. Den Bosch/Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut/Arko Sports Media
Vos, S. & Scheerder, J. (2011). Effectiviteit = Kwaliteit x Aanvaarding. Een analyse van de lokale sportbeleidsplanning in Vlaanderen. Vlaams Tijdschrift voor Sportbeheer, (221), 27-33



Sport verenigingen Serie II



De organisatiecultuur van sportverenigingen: basis voor verandering?

Jo Lucassen

Sportverenigingen vormen de stabiele kern van het sportaanbod in Nederland. Zij maken deel uit van een veranderende maatschappij. Van hen wordt verwacht dat ze openstaan voor vernieuwing en inspelen op nieuwe behoeften. Naast het aanbieden van sport als hoofdactiviteit, worden de sportverenigingen geconfronteerd met de wens om andere maatschappelijke taken op zich te nemen, nieuwe doelgroepen te bedienen en hun primaire proces daarop in te richten. Maar vormt de cultuur van verenigingen niet een belangrijke belemmering om zich als vitale open verenigingen te kunnen ontwikkelen. Hoe is die cultuur eigenlijk te typeren?

Methode: De cultuur van een steekproef van 660 verenigingen is in kaart gebracht met het OCAI (Organizational Culture Assessment Instrument). De cultuur van een organisatie wordt geplaatst naar vier basistypes: familiecultuur, adhocratiecultuur, marktcultuur en hiërarchiecultuur.

Resultaten: De verenigingscultuur blijkt verhoudingsgewijs het sterkst trekken te hebben van een familiecultuur, veel minder aanwezig is de hiërarchiecultuur en adhocratiecultuur. Het minst scoren sportclubs op de marktcultuur. Er zijn qua cultuur verschillen tussen clubs naar bijvoorbeeld clubgrootte en vestigingsplaats. De aanwezigheid van een betaalde manager bij clubs hangt samen met een iets sterkere adhocratie- of marktcultuur.

Discussie en conclusie: In vergelijking met sportverenigingen hebben andere typen organisaties soms een meer hiërarchische cultuur (overheid, zorg) of een marktcultuur (bedrijven). In veel professionele organisaties wordt een ontwikkeling wenselijk gevonden naar een sterkere familie- en adhocratiecultuur. De combinatie van een dominante familiecultuur en relatief sterke adhocratie trekken kunnen een prima basis zijn voor geleidelijke innovatie van onderop bij sportverenigingen.

Make it count: De OCAI cultuuranalyse vormt een interessant hulpmiddel voor analyse en verandering bij sportclubs. Het OCAI instrument kan zowel worden ingezet voor zelfbeoordeling (gecombineerd met een wensenplaatje) als door verenigingsadviseurs vanuit bonden of gemeenten bij ondersteuning.

Referenties: Lucassen, Jo en Janine van Kalmthout (2015). Vitale clubs voor sport en samenleving – Kennisbron voor de stimulering van vitale en open sportverenigingen. Deventer: ...Dam Uitgeverij Thiel, A., & Mayer, J. (2009). Characteristics of voluntary sportsclub management: A sociological perspective. *European Sport Management Quarterly*, 9(1, March), 81-98.
Cameron, K.S. & Quinn, R.E. (2006). *Diagnosing and changing organizational culture: based on the competing values framework*. San Francisco: Jossey-Bass

Samen sterk? Succes- en faalfactoren van fusies in de verenigingssport

Jan Janssens (Chionis/SportclubNL)

Afgaande op de meest recente ledencijfers van NOC*NSF (Van Genderen & Van Haren, 2015) telt Nederland momenteel een kleine 25.000 sportverenigingen en sporten daar bijna 4,5 miljoen mensen. Hoewel het aantal verenigingssporters in de afgelopen decennia flink is gegroeid (en zich de laatste jaren heeft gestabiliseerd) loopt het aantal sportverenigingen al geruime tijd flink terug. Vele duizenden sportverenigingen zijn opgehouden te bestaan. Hoewel er over de oorzaken en gevolgen daarvan eigenlijk weinig bekend is (Janssens, 2011), is het wel duidelijk dat er sprake is van schaalvergroting door groei en fusie van verenigingen.

Uit onderzoek in het bedrijfsleven is bekend dat het overgrote deel van de fusies negatief uitpakt en ook dat de helft van de fusies binnen tien jaar wordt teruggedraaid (Van Raes e.a., 2009). Fuseren is niet eenvoudig, succes niet vanzelfsprekend. Hoewel ze ook in de sport aan de orde van de dag zijn, is er over fusies in die sfeer maar weinig bekend. Tegen die achtergrond is een verkennend onderzoek gestart naar succes- en faalfactoren van fusies in de verenigingssport.

Methode: Voor het verkennend onderzoek worden 25 fusieprocessen uit het recente verleden geanalyseerd. De informatie daarvoor is afkomstig uit vraaggesprekken met direct betrokkenen (met name verenigingsbestuurders en –ondersteuners) en uit bestudering van documenten. De fusieprocessen betreffen clubs van uiteenlopende takken van sport uit heel Nederland.

Resultaten: Het onderzoek is nog in volle gang. De eerste bevindingen worden tijdens de Dag van het Sportonderzoek gedeeld. Aan bod komt o.a. dat de werkwijze bij fusies bepalend is voor het succes. Net als in het bedrijfsleven, lijkt ook in de sport een gestructureerde aanpak waarbij de sleutelfiguren in het fusieproces heel doelgericht te werk gaan en een scherp oog hebben voor cultuurverschillen tussen de betrokken organisaties, en planmatig werken aan het overbruggen daarvan, lijkt het beste recept voor een geslaagde fusie.

Referenties: Janssens, J.W. (2011), De prijs van vrijwilligerswerk. Professionalisering, innovatie en veranderingsresistentie in de sport. Amsterdam,: HVA Publicaties.
Van Genderen, M. & Van Haren, B.(2015), Ledental NOC*NSF over 2014. Arnhem: NOC*NSF.
Van Raes, J., Vanbeselaere, N., De Witte H. en Boen, Ph. (2009), Het recept voor een succesvolle fusie. De cruciale rol van organisatiebinding. Leuven/Den Haag: Acco.

Grensoverschrijdend gedrag op het voetbalveld

Dr. Inge Claringbould, Universiteit Utrecht

Georganiseerde jeugdsport, en met name voetbal is voor veel jongeren van groot belang. Dat komt onder andere omdat vrijwel iedereen er vanuit gaat dat sport en bewegen goed is voor de fysieke, sociale, morele en cognitieve ontwikkeling van jongeren. Sport krijgt daarentegen in toenemende mate te maken te krijgen met onsportiviteit, (seksuele) intimidatie, agressie en geweld. Hoewel dit probleem ruimschoots erkend wordt door het ministerie van VWS, NOC*NSF en diverse bonden bestaat er nog weinig inzicht in hoe jongens en volwassenen betekenis geven aan, en betrokken zijn bij het vóórkomen en voorkómen van grensoverschrijdend gedrag in jongensvoetbal. Dit onderzoek zal nader ingaan op deze vraag. Het doel van dit onderzoek is om meer inzicht te bieden in de verschillende manieren waarop grensoverschrijdend gedrag op en om het voetbalveld plaatsvindt. De dataverzameling heeft plaatsgevonden in het voorjaar van 2015 bij drie Utrechtse voetbalclubs en bestaat uit zowel observaties als interviews. Het onderzoek laat enerzijds zien dat zich op wedstrijddagen zelden situaties voordoen die escaleren. Anderzijds kan op basis van de data geconstateerd worden dat grensoverschrijdend gedrag continue en door alle betrokken partijen plaatsvindt. . Bovendien is men van mening dat grensoverschrijdend gedrag, zoals het overtreden van regels en het intimideren van de arbitrage een 'normaal' onderdeel is van het spel. Verder is opvallend dat er sprake is van een gedeeld besef dat 'iedereen' verantwoordelijk is voor een goed spelverloop, maar dat de scheidsrechter vrijwel alle verantwoordelijkheid naar zich toegeschoven krijgt.

Waarde & effecten van het sportlidmaatschap

Nick ter Welle

Veel sportverenigingen teren in op hun financiële reserves (Mulier Instituut, 2015) waardoor contributies omhoog gaan (SWS, 2013). Dit onderzoek probeert de waarde van het lidmaatschap te achterhalen door leden te vragen naar de maximale hoogte van de contributie die zij bereid zijn te betalen en de relatie met drie mogelijke effecten van het lidmaatschap (plezier, gezondheid en sociaal contact).

Methode: De vragenlijst is uitgezet bij 28 verschillende sportverenigingen in voornamelijk Zuid- en Oost Nederland. Studenten van de HAN hebben de leden benaderd om de vragenlijst in te vullen, dit heeft geleid tot 2051 respondenten. De maximale hoogte van de contributie (WTP) is berekend aan de hand van 11 stellingsvragen. De effecten van het lidmaatschap van de vereniging zijn gevraagd door drie stellingsvragen.

Resultaten: De gemiddelde huidige contributie van de respondenten bedroeg €166,31 en men is gemiddeld bereid 25,17% meer te betalen. Een Mann Whitney analyse laat zien dat leden die plezier en gezondheid ervaren door hun lidmaatschap meer bereid zijn te betalen ($p < .01$). De regressie analyse laat zien dat vooral plezier een verklarende factor voor de bereidheid tot betalen is.

Discussie en conclusie: De resultaten laten zien dat de effecten van lidmaatschap voor een klein deel de bereidheid tot betalen kunnen verklaren. Bovendien maakt dit onderzoek duidelijk dat vooral het plezier een belangrijke samenhang heeft met de bereidheid tot betalen. De waarde van het lidmaatschap zit hem daarmee vooral in het kunnen beoefenen van de sport en minder in het bereiken van gezondheids- of sociale doelen.

Voor verenigingen is het belangrijk om leden het plezier van het beoefenen van de sport mee te geven en minder aandacht te hebben voor de gezondheids- of sociale effecten van de vereniging. Sporten bij een vereniging dient voor leden vooral als doel en minder als middel.



Gezonde Leefstijl Serie II



Nieuw perspectief van gedragsverandering naar een actieve leefstijl: de barrière-benadering

Adrie Bouma

Beweeginterventies kunnen leiden tot meer bewegen, wat gerelateerd is aan gunstige effecten op fysieke en mentale uitkomstmaten. Echter, veel mensen bewegen nog onvoldoende en maken geen gebruik van deze interventies, en als ze deelnemen aan beweeginterventies dan vallen ze vaak terug in inactiviteit. Het doel van deze studie was het begrijpen van inactiviteit en terugval vanuit psychologisch perspectief en het ontwikkelen van theory-based gedragsverandering strategieën om duurzame bewegen te stimuleren en ondersteunen. Onze bewering is dat barrière percepties de belangrijkste psychologische factoren zijn die het (gaan) bewegen tegenhouden.

Methodie: Er is een beschrijvend onderzoek uitgevoerd. Sociaal cognitieve theorieën en empirische data zijn geëvalueerd op grond waarvan een theoretisch raamwerk is beschreven en vier verandering strategieën zijn ontwikkeld.

Resultaten: We presenteren in deze studie een nieuw theoretisch raamwerk om inzicht te geven in waarom mensen niet gaan bewegen en/of regelmatig terugvallen als ze begonnen zijn met bewegen. Er wordt onderscheid gemaakt tussen drie verschillende typen barrière percepties: attributies, eigen effectiviteit, en negatieve uitkomstverwachtingen. Deze drie barrière percepties kunnen beïnvloed worden door gebruikt te maken van vier verschillende strategieën: 1. Changing means strategie, 2. Goalsetting strategie, 3. Restructuring strategie, en 4. Acceptance strategie.

Discussie: Deze barrière-benadering van gedragsverandering is erop gericht een individueel patroon van bewegen te ontwikkelen voor de lange termijn, wat is aangepast aan de (vaak beperkte) motivatie voor bewegen van een individu, waarbij het voorkomen van barrières wordt tegen gegaan. Een persoon zal leren om te gaan met factoren die hem in de toekomst mogelijk van het bewegen afhouden.

Make it count: De barriër-benadering is niet alleen toepasbaar bij individuele persoonlijke begeleiding, maar ook binnen het bewegingsonderwijs, (top)sport coaching, en digitale smartphone applicaties.

Validiteit en betrouwbaarheid van de aangepaste SQUASH bij volwassenen met een chronische ziekte of een fysieke beperking

Bregje Seves & Jorrit Schoenmakers Rijksuniversiteit Groningen

Het meten van fysieke activiteit kan op vele manieren. Een voorbeeld hiervan is met behulp van de Short Questionnaire to Assess Health-enhancing Physical activity (SQUASH). Deze vragenlijst is gemodificeerd om beter fysieke activiteit van chronisch zieken en lichamelijk beperkten te meten. Het doel van dit onderzoek is het onderzoeken van de reproduceerbaarheid en validiteit van de aangepaste SQUASH bij volwassenen met een chronische ziekte of fysieke beperking.

Methodie: 59 deelnemers (26 mannen en 33 vrouwen, gemiddelde leeftijd 56 ± 18 jaar) hebben de aangepaste SQUASH twee keer ingevuld met een tussenperiode van minimaal twee weken (gemiddeld 16 ± 4 dagen). Reproduceerbaarheid van de verschillende onderdelen van de vragenlijst werd bepaald door Spearman correlatie coëfficiënten. Validiteit werd onderzocht door vergelijking met de Actiheart activiteitenmonitor, die gedragen werd door 21 deelnemers (5 mannen en 16 vrouwen, gemiddelde leeftijd 45 ± 22 jaar) gedurende één week. Tot slot werd een Bland-Altman analyse uitgevoerd om systematische bias tussen beide meetinstrumenten te onderzoeken.

Resultaten: De reproduceerbaarheid van de totale activiteitscore van de aangepaste SQUASH was matig goed; 0.69 ($p \leq 0.01$, $N=59$), en varieerde van 0.23 tot 0.94 voor de afzonderlijke onderdelen. Daarnaast werd een significante Spearman correlatie coëfficiënt gevonden tussen de totale activiteitscores van de aangepaste SQUASH en de Actiheart, $\rho = 0.49$ ($p=0.024$). Deze varieerde tussen 0.02 en 0.38 voor de verschillende intensiteit categorieën. Bland-Altman analyse impliceerde dat er geen sprake was van systematische bias.

Conclusie: De aangepaste SQUASH is een goed meetinstrument voor het vaststellen van fysieke activiteit bij volwassenen met een chronische ziekte of fysieke beperking.

Make it count: De aangepaste SQUASH is een betrouwbaar en valide meetinstrument voor het bepalen van fysieke activiteit patronen bij patiënten in de revalidatie gezondheidszorg.

Waarom, wat en waar? De relatie tussen de ruimtelijke omgeving en motivatie en doelen om te sporten

Ineke Deelen, co- auteurs: Dick Ettema en Martin Dijst

Utrecht University: Faculty of Geosciences, Human Geography and Planning, Healthy Urban Living

Sporters die intrinsiek gemotiveerd zijn en intrinsieke doelen hebben om te sporten, sporten vaker en langer. Echter, niet alleen psychologische factoren hebben invloed op sportgedrag; ook de ruimtelijke omgeving speelt een belangrijke rol. Of en hoe de ruimtelijke context samenhangt met type motivatie en doelen om te sporten is nog niet bekend. Met dit onderzoek willen we daarom verkennen hoe de ruimtelijke context, waaronder type sportlocatie, afgelegde afstand en buurtkenmerken zoals SES, leefbaarheidsindicatoren en stedelijkheidsgraad, zijn gerelateerd aan sportmotivatie en -doelen.

Methode: Onder volwassenen in 6 Nederlandse gemeenten is een online vragenlijst uitgezet. We selecteerden sporters die minstens eens per maand sporten (N = 776). Met behulp van multivariate analyses zijn verbanden tussen ruimtelijke factoren (o.a. verkregen via CBS, Leefbaarometer, SCP) en sportmotivatie en -doelen geanalyseerd, waarbij gecontroleerd is voor individuele kenmerken.

Resultaten: Sporters die in de openbare ruimte sporten zijn vaker intrinsiek gemotiveerd, vooral wanneer we hen vergelijken met sporters die gebruik maken van indoor sportaccommodaties. Sporters in de openbare ruimte sporten vaker vanwege gezondheidsredenen (intrinsiek doel) en image (extrinsiek doel). Gebruikers van outdoor sportaccommodaties zijn vaker gericht op het ontwikkelen van sportvaardigheden en sociale verbinding. Wonen in een aantrekkelijke buurt wat betreft de fysieke omgeving en het voorzieningenniveau, is positief geassocieerd met intrinsieke motivatie. Een minder leefbare buurt betreffende de demografische samenstelling is juist gerelateerd aan extrinsieke vormen van motivatie en sociale erkenning als sportdoel.

Conclusie: Sporters die gebruik maken van verschillende sportlocaties, verschillen in type motivatie en doelen om te sporten. Buurtkenmerken kunnen daarnaast de motivatie en doelen van sporters beïnvloeden.

Make it count : Dit onderzoek toont de potentie van sporten in de openbare ruimte aan omdat dit vaak samengaat met intrinsieke motivatie en doelen om te sporten.

Key words: sportdeelname * motivatie * doelen * ruimtelijke omgeving * sport locatie * buurtkenmerken

Wat werkt voor wie en waarom? Actieve leefstijl counseling na revalidatie bij mensen met een lichamelijke beperking of chronische ziekte

Hoekstra T, & Hoekstra F, Dekker R, Hettinga FJ, van der Schans CP, Duijf M, van der Woude LHV

Het doel van het wetenschappelijk onderbouwde programma Revalidatie, Sport en Bewegen is het stimuleren van een actieve leefstijl bij mensen met een fysieke beperking of een chronische ziekte tijdens en na afloop van het revalidatietraject. Het programma bestaat onder andere uit het aanbieden van individuele counseling sessies na revalidatie, met behulp van motivational interviewing. Het is echter onbekend welke (combinatie van) programmakenmerken vooral bijdragen aan een actieve leefstijl. Het doel van dit onderzoek is tweeledig. Ten eerste worden unieke profielen ontwikkeld op basis van verschillende programmakenmerken. Ten tweede wordt onderzocht welke profielen in het bijzonder geassocieerd zijn met een actieve leefstijl na afloop van de revalidatie.

Methode: 1,719 patiënten met een lichamelijke beperking of een chronische ziekte zijn geïnccludeerd in deze studie. Profielen zijn ontwikkeld op basis van de duur en vorm (telefonisch of e-mail) van de counseling en de mate waarin de consulent motivational interviewing heeft toepast. Latente klasse analyses zijn uitgevoerd om de profielen te construeren. Patiënten werden vervolgens ingedeeld in hun best passende profiel. ANOVAs analyseerden verschillen in lichamelijke activiteit tussen de profielen.

Resultaten: Vier verschillende profielen zijn ontrafeld. De profielen werden als volgt gekenmerkt: 'frequent mailcontact' (N=846), 'frequent telefonisch contact' (N=705), 'minimale counseling' (N=97) en 'frequent en langdurig telefonisch contact' (N=71). Patiënten binnen deze profielen rapporteerden dat zij respectievelijk op 6, 6, 5 en 5 dagen per week lichamelijk actief zijn ($p=0.921$).

Discussie en conclusie: Dit onderzoek legt de grote diversiteit van actieve leefstijl counseling na revalidatie bloot. De diversiteit in counseling bleek echter niet geassocieerd met grote verschillen in fysieke activiteit. Toekomstig onderzoek zou zich moeten richten op de vraag of gepersonaliseerde counseling na revalidatie juist wel, of juist niet geoptimaliseerd kan worden.

Make it count: Dit onderzoek geeft inzicht in de werkingsmechanismen van actieve leefstijl counseling in de revalidatiesetting.



Ondernemer- schap en leiderschap Serie II



Sport Start Ups: Go To The Start!

Ben Hattink

Sportondernemerschap is een opkomend fenomeen (Ratten, 2010; 2012; Ciletti en Chadwick, 2012). Deze constatering geeft aanleiding tot een bestudering van sportondernemerschap. Een eerste doel van het onderzoek was, te inventariseren wat er in theorie over dit onderwerp is verschenen. Het hoofddoel was, te onderzoeken hoe sportondernemerschap zijn beslag kan krijgen in de praktijk van sport start ups.

Methode: Door middel van een literatuurstudie is 'the state of the art' ten aanzien van sportondernemerschap onderzocht.

Vervolgens is een honderdtal studenten, die geparticipeerd hebben in een sportondernemerschaps-minor (in de periode 2011-2016), bevraagd en gevolgd tijdens en na de minor in hun ontwikkeling als start up sportondernemer.

Resultaten: Sportondernemerschap als (onderzoeks)domein wordt vanuit vele disciplines belicht; bijvoorbeeld vanuit economie, sociologie en management. Bovendien wordt sportondernemerschap vanuit verschillende perspectieven bestudeerd. De perspectieven die vooral worden benoemd, zijn: de ondernemer, de onderneming (waaronder start ups), het maatschappelijke ondernemersklimaat en het ondernemende proces

In het empirische deel van dit onderzoek is het perspectief van de onderneming, en meer specifiek de start up, gekozen. Het blijkt dat sport start ups zich tot op heden vooral richten op allerlei aan sport gerelateerde, infrastructurele, innovatieve producten en diensten met een nadruk op de commerciële dimensie. In aanvulling daarop richten sport start ups zich nu ook op actieve sportbeoefening met een nadruk op de sociale dimensie. Opvallend is verder, dat start ups die zich begeven in een zogenaamd sport-ondernemerschaps-ecosysteem een grote(re) kans hebben op voortbestaan.

Discussie en conclusie: Hoewel sportondernemerschap in opkomst is, bevindt het zich nog in de embryonale fase. Voor verdere ontwikkeling verdient het domein, zowel in theorie als praktijk, meer aandacht. Het sport-ondernemerschaps-ecosysteem lijkt een mogelijke succesfactor voor sport start ups en moet dus zeker onderwerp van verder onderzoek zijn.

Make it count: Dit onderzoek geeft op de eerste plaats inzicht in de beschikbare theorie ten aanzien van sportondernemerschap. Maar bovenal kan het start ups in de sport helpen succesvol(ler) te zijn!

Referenties:

- Ciletti, D., S. Chadwick (ed.) (2012), Sports entrepreneurship, theory and practice, Morgantown (USA): West Virginia University, Fitness Information Technology
- Ratten, V. (2010). 'Developing a theory of sport-based entrepreneurship'. Journal of Management & Organization, 16 (4), pp. 557-565
- Ratten, V. (2012) 'Sport entrepreneurship: challenges and directions for the future research', International Journal of Entrepreneurial Venturing, 4 (1), pp. 65-76

Betaald voetbal en maatschappelijk verantwoord ondernemen (MVO)

Mark van den Heuvel en Jan de Leeuw

lectoraat Sportbusiness Fontys Economische Hogeschool Tilbur

BVO's in Nederland zijn de laatste jaren actief met maatschappelijke projecten. In de samenleving is veel waardering voor deze maatschappelijke rol van BVO's. Tegelijkertijd komt het betaald voetbal met regelmaat negatief in het nieuws. Denk aan matchfixing; financieel wanbeleid en misleiding bij FC Twente; trainingskampen in landen die op grote schaal mensenrechten schenden. Dit roept de vraag op: wat mag de samenleving van een BVO verlangen op het gebied van MVO en ethiek?

Methode: Om deze vraag te beantwoorden is met behulp van deskresearch een normatief kader ontwikkeld. Binnen dit kader onderscheiden we verschillende niveaus van ethiek: transactie-ethiek, erkenningsethiek, participatie-ethiek en veranderingsethiek (Van Dam, 1980). Daarbij kunnen zowel interne als externe factoren een rol spelen (Babiak & Wolfe, 2009). In het vervolg worden twee casestudies gedaan rond BVO's met een duidelijk onderscheiden eigendomsstructuur wat betreft MVO-implicaties. Een alternatief is - aan de hand van typologieën - het beschrijven van empirische ontwikkelingen wat betreft eigendomsstructuren van BVO's en vervolgens aan de hand van literatuuronderzoek een eerste analyse te maken van de MVO-impact.

Resultaten: BVO's horen minimaal transactie-ethiek te hanteren. In voorkomende gevallen mag erkenningsethiek verlangd worden. Participatie-ethiek wordt niet gezien als een morele plicht voor een BVO, maar wel als prijzenwaardig. Veranderingsethiek mag in zijn algemeenheid niet verwacht worden van BVO's, omdat dat teveel spanning genereert met de eigen hoofddoelstellingen. Kijkend naar de empire dan lijkt het erop dat BVO's in Nederland de ambitie hebben om participatie-ethiek aan te tikken. Tegelijkertijd zijn er praktijken waarbij meer basale niveaus van ethiek (transactie-ethiek en erkenningsethiek) niet of slechts voor een deel gerealiseerd worden.

Discussie en conclusie: Deze voorlopige conclusie levert de vraag op in hoeverre MVO daadwerkelijk gerealiseerd wordt in de kernprocessen van en door BVO's, bijvoorbeeld in eigendom, bestuur, marketing, marketingcommunicatie en HRM. In een vervolgfase van het onderzoek zal de vraag centraal staan hoe eigendomsverhoudingen in BVO's (bijvoorbeeld met een mecenas of investeerder) zich verhouden tot het breed aangehangen idee van maatschappelijk verantwoord ondernemen.

Make it count: De waarde van dit onderzoek is dat het oorspronkelijk idee van maatschappelijk verantwoord ondernemen, dat maatschappelijke verantwoordelijkheid gerelateerd wordt aan de kernprocessen van een organisatie, ook betrokken wordt op organisaties in de betaald voetbalwereld.

Literatuur:

Babiak, K. and Wolfe, R. (2009). Determinants of corporate social responsibility in professional sport: internal and external factors. *Journal of Sportmanagement*, 23 (6) 717-742.
Dam, C. van (1980), Luijk, H. van, *Bedrijfsethiek in drievoud*, In: *Bedrijfskunde*, jg. 61, nr. 4, Kluwer, Deventer. (voor de verschillende niveaus aan ethiek)

Coach ethisch leiderschap, ethisch klimaat en spelersbetrokkenheid binnen voetbalclubs

Drs. Bram Constandt

Universiteit Gent

Talrijke schandalen benadrukken de nood aan ethisch leiderschap in sportclubs, terwijl dit thema grotendeels onderbelicht blijft binnen sportmanagement onderzoek (Welty Peachey et al., 2015). Een bloeiende onderzoekslijn binnen de bedrijfsethiek heeft aangetoond dat ethisch leiderschap een positieve impact heeft op organisatie en betrokkenen. Toegepast op de sportcontext, kan bovendien een cruciale rol voor coaches betreffende de creatie van een ethisch klimaat in hun club gesuggereerd worden (De Waegeneer, 2015). Onder een ethisch klimaat worden de gedeelde percepties omtrent (on)ethisch gedrag en de aanpak van ethische kwesties verstaan (Arnaud, 2006). Het ethisch klimaat staat tevens gekend als een mediator tussen ethisch leiderschap en wenselijk gedrag. Betrokkenheid is een van die gedragingen en bovendien een interessant concept om te testen in een voetbalcontext. Voetbalspelers worden immers vaak verweten deloyaal te zijn. Deze studie analyseert dan ook de invloed van coach ethisch leiderschap op het ethisch klimaat van en de spelersbetrokkenheid binnen voetbalclubs.

Methode - resultaten: De dataverzameling d.m.v. een online vragenlijst, bestaande uit gestandaardiseerde meetschalen, vond plaats van januari tot juni 2016. Zo veel mogelijk leden van alle, bij de Voetbalfederatie Vlaanderen aangesloten clubs (n=943), werden gecontacteerd. Uiteindelijk werd voldoende respons ontvangen van vijftientig clubs. Gelet op de gelaagdheid van de data – spelers binnen teams, binnen clubs – werd een multi-level model opgesteld in HLM7 software. De eerste resultaten wijzen op significante relaties tussen alle onderzoeksvariabelen. De definitieve resultaten zullen klaar zijn voor presentatie op DSO2016.

Conclusie - Make it count: Door ethiek in voetbalclubs te gaan bestuderen aan de hand van bedrijfs-ethische concepten, ambieert deze studie een vernieuwende invalshoek. De implicaties voor de praktijk zijn legio. Naast de nadruk op het belang van ethische criteria bij de rekrutering en vorming van voetbalcoaches, suggereert deze studie ook opties om de betrokkenheid van voetbalspelers binnen hun club te vergroten.

Natuurlijk leiderschap in jeugdvoetbal

G. van Dalfsen

Leiderschap in de moderne sport maar ook op het prehistorische speelveld, is toegewezen aan een relatief kleine groep mensen met gelijke rechten, waar acties 'bottom-up' worden geïnitieerd, en waarbij er sprake is van informeel leiderschap en rol distributie die situationeel gebaseerd is op individuele expertise (Van Vugt & Ahuja, 2011). Het doel van deze paper is om te onderzoeken of het concept van natuurlijk leiderschap toegepast kan worden in de jeugdvoetbal. De zes natuurlijke leiders vragenlijst ontwikkeld door Van Vugt and Ahuja (2011) is hierbij getest in de context van wedstrijdgerichte jeugdvoetbal.

Methode: Een exploratieve factoranalyse met in totaal 1060 respondenten is uitgevoerd om te bepalen of de zes leiderschapsprototypes van natuurlijk leiderschap herkend kunnen worden in de jeugdvoetbal.

Resultaten: De volgende factoren kwamen naar voren uit de analyse: de 'communicatieve leider' (10 items, $\alpha = .9$), de 'middelen leider' (3 items, $\alpha = .71$) en de 'competitieve leider' (2 items, $\alpha = .52$).

Discussie: In theorie bestaan er een overeenkomst tussen leiderschap in de sport en leiderschap zoals dat plaatsvond op de Savannen (Gillet, Cartwright, & Van Vugt, 2011). Als de evolutionaire ontwikkelingen doorgetrokken worden, heeft de mens een voorkeur voor gelijkwaardige gemeenschappen met kleine machtsverschillen, beperkte hiërarchie en de afwezigheid van sociale gelaagdheid (Damen, 2012). Het staat ter discussie of dit ook geldt voor menselijke interactie in sport.

Conclusie: Verschillende constructen van natuurlijk leiderschap wordt herkend in de jeugdsport.

Valorisatie: De uitkomst van dit onderzoek wordt gebruikt als basis om een nieuw leiderschapsinstrument te ontwikkelen dat toegepast kan worden in de jeugdsport.

Verwijzingen:

Damen, B. (2012). Leiderschapsboek. Naar een nieuwe visie op leiderschap en Leiderschapsontwikkeling. Den Haag: Berenschot.

Gillet, J., Cartwright, E., & Van Vugt, M. (2011). Selfish or servant leadership? Evolutionary predictions on leadership personalities in coordination games. *Personality and Individual Differences*. Elsevier. Special Issue on Personality and Economics, 51, Issue 3, August. 231–236.

Van Vugt, M., & Ahuja, A. (2011). De natuurlijke leider. Utrecht: Bruna Uitgevers.



Symposia Serie II



Symposium: Voor iedereen een app!?

Door Vos, S., Janssen, M., Walravens, R., Goudsmit, J. & Vos, S., Hover, P. & van den Dool, R., Goudsmit, J., Janssen, M., Walravens, R. en Vos, S., van der Bie, J, Nibbeling, N., et al.

De laatste vijf jaar is het gebruik van sport- en gezondheid gerelateerde smartphone applicaties exponentieel gegroeid. Grote groepen beoefenaars van individueel te beoefenen sporten zoals hardlopen, fietsen en wandelen, maken gebruik van diverse sportapps. Maar welke (populaire) sportapp past bij welk type van gebruiker/ professional op basis van doelstellingen en wensen? Dit kan variëren van sport- en beweegstimulering, trainingsbegeleiding, gezondheidsbevordering, community building en monitoring.

In dit symposium wordt hier dieper op ingegaan op basis van empirische evidentie. 'Voor iedereen een App!?' is tevens de titel van het SIA-RAAK project, dat op 1 april 2016 van start ging, waarbij Fontys Sporthogeschool als penvoerder samen met een multidisciplinair consortium (Fontys, HvA, inHolland, UU, UM, TU/e, Mulier Instituut en diverse gemeenten, sportbonden, brancheorganisaties en MKB'ers) onderzoek doet naar de ontwikkeling van een beslistool voor het gebruik van populaire sportapps. Dit project wordt medegefinancierd door Regieorgaan SIA, onderdeel van de Nederlandse Organisatie voor Wetenschappelijk onderzoek.

Doel en verloop van het symposium: In het symposium 'Voor iedereen een app!?' wordt kort toelichting gegeven bij de doelstellingen en het verloop van het gelijknamige SIA-RAAK project en wordt vervolgens door middel van vier presentaties dieper ingegaan op deze thematiek, waarin een combinatie van kwalitatief onderzoek, kwantitatief onderzoek en ontwerpend onderzoek aan bod komt. Voor deze presentaties werken onderzoekers van Fontys Sporthogeschool, TU Eindhoven, Mulier Instituut en Hogeschool van Amsterdam samen. Na deze presentaties wordt door middel van een interactieve werkvorm een korte discussie voorzien.

Introductie van de sessie:

Vos, S.
Fontys Sporthogeschool / TU Eindhoven

Wat is een goede hardloop, fiets of wandelapp voor mij?
Ontwikkeling van een screeningstool voor apps.

Janssen, M., Walravens, R., Goudsmit, J. & Vos, S
Fontys Sporthogeschool (Lectoraat Move to Be) / TU Eindhoven
Hover, P. & van den Dool, R.
Mulier Instituut

Apps en big data: ervaringen en blik vooruit.

Eén app voor iedere hardloper? Analyse van verschillende hardlooppapps en de kenmerken en behoeften van de gebruikers ervan.

Goudsmit, J., Janssen, M., Walravens, R. en Vos, S.
Fontys Sporthogeschool (Lectoraat Move to Be) / TU Eindhoven
van der Bie, J, Nibbeling, N., et al.
Hogeschool van Amsterdam

Motiveren tot bewegen met hardloop-apps als BAMBEA:

Discussie door middel van een interactieve werkvorm

Make it count!: Toepassingsgericht onderzoek heeft meer dan ooit waarde voor het werkveld. Het thema van het symposium 'Voor iedereen een app!?' past hier uitstekend in. Steeds meer mensen gaan ongebonden sporten en doen dit veel al in sporten zoals hardlopen en sportief fietsen. Deze sporten zijn relatief eenvoudig te beoefenen op een moment en locatie naar keuze. Dit biedt veel perspectieven voor een verhoging van de sportdeelname. Ook maken steeds grotere groepen van deze sporters gebruik van sportapps. Deze tendens heeft mogelijk ook een keerzijde. Door het ontbreken van begeleiding en sociale support (die veelal geboden wordt door trainers en coaches, al dan niet vanuit sportverenigingen) ontstaan drop-out en/of wordt advies gezocht in apps. Maar kunnen deze apps dat wel en welke app is dan geschikt voor welke behoeften en welke personen? Door hierin een optimale match te zoeken kan beter ingespeeld worden op de behoeften van individuele sporters en kunnen beleidsmakers en sportaanbieders (zoals sportverenigingen) hier beter op inspelen.

Trekker symposium: Steven Vos

Lector 'Move to Be' – Fontys Sporthogeschool

Deeltijd Hoogleraar 'Design & Analysis of Intelligent Systems for Vitality & Leisure Time Sports' – TU Eindhoven

Steven Vos is Lector 'Move to Be' bij Fontys Sporthogeschool en (deeltijd) Hoogleraar 'Design and Analysis of Intelligent Systems for Vitality and Leisure Time Sports' aan de TU Eindhoven. Daarnaast is hij verbonden aan de de Faculteit Bewegings- & Revalidatiewetenschappen (KU Leuven). Met zijn leerstoelen wil hij, samen met zijn team van enthousiaste onderzoekers, nadrukkelijk bijdragen aan het slim en duurzaam verankeren van verantwoord sporten en bewegen, onder meer door het stimuleren en faciliteren van een actieve levensstijl op maat van personen, hun omgeving en de setting waarin ze vertoeven. Hij is onder meer penvoerder van het SIA-RAAK project 'Voor iedereen een app!?'.

Onderliggende abstracts

Motiveren tot bewegen met beweeg-apps als BAMBEA

Nicky Nibbeling*, Joey van der Bie⁺, Ben Krose⁺, Marije Baart De La Faille-Deutekom*.

* Faculteit Bewegen, Sport & Voeding, Hogeschool van Amsterdam, + Faculteit Digitale Media, & Creatieve Industrie, Hogeschool van Amsterdam

De helft van alle Nederlanders voldoet niet aan de nationale beweegnorm. Bestaande beweeginterventies voor deze groep zijn arbeidsintensief en kostbaar. Deze studie onderzoekt of een interactieve smartphone app (BAMBEA) gebaseerd op gedragsveranderingstheoriën in combinatie met Bluetooth beacons kan bijdragen aan het motiveren van beginnende sporters om meer te bewegen.

Methode : Op basis van gedragsveranderingstheoriën is een smartphone app ontwikkeld. De app motiveert de gebruiker om te bewegen (wandelen, hardlopen) door het ondersteunen bij het stellen van doelen ^[1], het aanbieden van locatie specifieke instructionele-(beweeginstructies in video) en motivationele-feedback (motivatie berichten) ^[2] en het gezond belonen van inzet ^[3]. De app is getest in ons living lab: het Oosterpark in Amsterdam. Het park is uitgerust met Bluetooth beacons (zendertjes die elke seconde een signaal versturen) waarmee de app de locatie van de gebruiker bepaalt. Tien gemiddeld actieve gebruikers hebben gedurende tien weken deelgenomen. Na afloop zijn interviews afgenomen om inzicht te verkrijgen in de werkzame elementen van de app en nieuwe behoeften betreffende beweeg apps te inventariseren.

Resultaten : Naar aanleiding van de interviews worden verbeterpunten aan op design, functionaliteiten en terminologie doorgevoerd. We verwachten dat dit leidt tot afname van de waargenomen problemen en een toegenomen tevredenheid bij de gebruikers.

Discussie en conclusie : Deze studie laat het belang zien van het testen op gebruiksvriendelijkheid van een app die motiveert tot bewegen in een living lab. We verwachten dat de studie resulteert in een app met een hogere gebruiksvriendelijkheid met als gevolg een toename in het gebruik van de app en het beweeggedrag van de deelnemers.

Make it count : De positieve effecten van bewegen zijn bekend en toch voldoen veel mensen niet aan de richtlijnen voor gezond bewegen. Het gebruik van de BAMBEA app met zijn locatie specifieke feedback (dmv beacons), theoretische basis en focus op de beginnende sporter biedt perspectieven voor stimulering van het beweeggedrag van deze groep.

Referenties

[1] Sebire, S., Standage, M., Gillison, F.B., & Vanteenkiste, M. (2013). "Coveting thy neighbour's legs": a qualitative study of exercisers' experiences of intrinsic and extrinsic goal pursuit. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35, 308-321.

[2] Badami, R., Vaez Mousavi, M., Wulf, G., & Namazizadeh, M. (2011). Feedback after good versus poor trials affects intrinsic motivation. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82, 360-364.

[3] Charness, G., & Gneezy, U., (2009). Incentives to exercise. *Econometrica*, 77, 909 - 931.

Onderliggende abstracts

Een goede hardloop- fiets- of wandelapp?

Ontwikkeling van een screeningstool voor apps

Janssen, M^{1,2}, Walravens, R.¹, Goudsmit, J.¹ & Vos, S.^{1,2}

1 Fontys Sporthogeschool, Lectoraat Move to Be, 2 TU Eindhoven, Faculteit Industrial Design

Het aanbod en gebruik van op sport- en gezondheidsgerichte apps is exponentieel gegroeid (West et al., 2014). Bijna de helft van de hardlopers, een kwart van de fietsers en één op de tien wandelaars gebruikt een app. Deze apps zijn veelal gericht op het registreren van tijden en afstanden. In mindere mate is er sprake van passende feedback of een op maat trainingsschema (Janssen et al. 2016). Een veelvoud aan apps zorgt ervoor dat de gebruiker moeilijk tot een keuze komt. Het doel is om een screeningsprotocol voor apps te ontwikkelen die apps beoordeeld op kwaliteiten en beperkingen ten behoeve van duurzame en verantwoorde sportbeoefening.

Methode: Er werd gebruik gemaakt van een combinatie van literatuurreview en expertmeetings (Nominal Group Technique). De primaire data uit de expertmeetings werden gekoppeld aan de secundaire data uit de literatuurreview. Het hieruit opgestelde screeningsprotocol werd in een derde fase door experts bij populaire apps getest.

Resultaten: Vanuit de literatuurreview werd inzicht verkregen in vijf deelgebieden: sport- & beweegstimulering, trainingsbegeleiding, gezondheidsbevordering, community building en monitoring. De primaire data uit de sessies zorgde voor een verrijking van secundaire data. Hieruit is een lijst met beïnvloedende elementen opgesteld. Vervolgens werd een betaversie van het screeningsprotocol ontwikkeld. Naast de ontwikkeling van de screeningstool, worden op DSO2016 de resultaten gepresenteerd van een eerste screening van apps.

Discussie en conclusie: Het ontwikkelde screeningsprotocol geeft zowel de eindgebruiker als de professional inzicht in de kwaliteiten en beperkingen van de app. Hierdoor wordt de keuze voor de juiste app vergemakkelijkt en de kans groter dat de app daadwerkelijk kan bijdragen aan duurzame en verantwoorde sportbeoefening. Het protocol zal echter nog uitgebreider getest worden op betrouwbaarheid en bruikbaarheid.

Make it count: Om grote groepen ongebonden sporters te ondersteunen is het cruciaal dat technologie aansluit bij de wensen en behoefte van de eindgebruiker.

Referenties

Janssen, M., Vos, S., Brombacher, A., & Scheerder, J. (2015). Determinants of the use of mobile phone applications and sport watches among runners. Presentatie op de European Sport Management Conference 2015, 9-12 september, Dublin.

West, J.H., Hall, P.C., Hanson, C.L., Barnes, M.D., Giraud-Carrier, C., & Barrett, J. (2014). There's an app for that. Content analysis of paid health and fitness apps. *Journal of Medical Internet Research*, 14 (3). DOI: 10.2196/jmir.1977

Onderliggende abstracts

Eén app voor iedere hardloper?! Analyse van hardloopapps en kenmerken behoeften van gebruikers.

Goudsmit, J., Janssen, M. Walravens, R. & Vos, S.

Technologie, met name apps, hebben hun plek gevonden in het sport- en beweegdomein. De potentie van apps liggen in het begeleiden en ondersteunen van (breedte)sporters in een verantwoorde en duurzame sportbeoefening (Middelweerd et al. 2014). Echter wordt er weinig tot geen onderscheid gemaakt in de verschillen in beleving tussen sporters, terwijl diverse motieven bij deze groep een grote rol spelen. De match tussen de eindgebruiker en keuze voor een passende applicatie is nog onduidelijk. In deze studie wordt nagegaan wat de verschillen zijn tussen populaire hardloopapplicaties in relatie tot de kenmerken en behoeften van eindgebruikers.

Methode: Data van de gestandaardiseerde, online vragenlijst Eindhovense Running Survey 2015 (ERS2015) (N=5984) werd geanalyseerd. Vanuit een heterodox benadering werd er gekeken naar gebruikersprofielen van vier populaire hardloopapplicaties in relatie tot (1) socio-demografische kenmerken, (2) hardloopkarakteristieken en (3) motieven over hardlopen. Multinomiale logistische regressieanalyses op vier geselecteerde hardloopapplicaties werden uitgevoerd om inzicht te krijgen in gebruikersprofielen.

Resultaten: Uit de analyse blijkt dat 51% van de respondenten gebruik maakt van een hardloopapplicatie. De vier populairste apps: Runkeeper (45,0%), Runtastic (14,4%), Nike+running (10,0%) en Strava (6,5%) zijn opgenomen in de analyses. De analyses laten zien dat de kenmerken van gebruikers verschillen per hardloopapplicatie in zowel socio-demografische kenmerken, hardloop-karakteristieken als motieven om te lopen.

Discussie en conclusie: Er zijn verschillende gebruikersprofielen voor de populaire hardloopapplicaties te onderscheiden. Het gebruik wordt bepaald door met name psychografische variabelen. Dit benadrukt de noodzaak van een meer gedifferentieerde aanpak door zowel de ontwikkelaars van applicaties en marketeers gericht op de hardloopbeleving.

Make it count: Het matchen van applicaties bij de motieven en behoeften van de gebruiker kan voor een duurzamere, verantwoorde en plezieriger hardloopervaring zorgen bij de gebruiker.

Referenties:

Middelweerd et al.: Apps to promote physical activity among adults: a review and content analysis. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity 2014 11:97.

.

Onderliggende abstracts

Big data en apps: ervaringen en blik vooruit

Remko van den Dool

De maatschappij is sterk gedigitaliseerd en de hoeveelheid data neemt exponentieel toe. De beloften van deze 'big data' zijn volgens experts groot. Ook informatie uit gezondheid- en prestatie-apps leiden tot big data. Wat houden deze beloften concreet in voor het sportonderzoek? Deze vraag vormt voor het Mulier Instituut aanleiding om de (on)mogelijkheden te inventariseren. De focus ligt op sportvraagstukken met een sociale component en niet op prestatie-optimalisatie voor de topsport.

Methode. Voor de inventarisatie putten wij uit deskresearch, expertmeetings, interviews met belangrijke spelers in het sportonderzoek en (internationale) publicaties op het gebied van sport die big data en apps gebruiken.

Resultaten. De resultaten laten zien dat onderzoekers vooral met big data experimenteren. We zien daarbij vier basisbronnen die relevant zijn voor sportonderzoek. Dit betreft persoonsmeting (apps), (sociale) media, registers/databases en metingen in de openbare ruimte. Met name media-onderzoek (inhoudsanalyse) kan van big data profiteren. Dat geldt ook voor metingen in de openbare ruimte (o.a. persoonstellingen bij evenementen). De publicatie is in oktober 2016 gereed. Het Mulier Instituut formuleert daarin ook enkele vragen die zij in de komende tijd met big data wil beantwoorden.

Discussie en conclusie. De discussie richt zich vooral op methodische vragen rond big data. Het is bijvoorbeeld lastig om concrete vragen met 'opraapdata' te beantwoorden. Daarnaast is er in theorie veel data beschikbaar maar zijn deze in de praktijk vaak ontoegankelijk. We benoemen daarnaast de grootste kansen voor big data in het sportonderzoek. Deze bestaan vooral uit het combineren van verschillende databronnen zoals het meten van uitkomsten met een sportapp in combinatie met een vragenlijst.

Make it count: Het Mulier Instituut wil een handvat bieden voor onderzoekers om het gebruik van big data te stimuleren. We streven er naar om onderzoekers te inspireren.

Symposium Zwemonderzoek noodzakelijk voor een duurzaam zwemveilig Nederland

Jarno Hilhorst, Ad Reinstra MSc, H Dr. Remo Mombarg, Dr. Koen Breedveld, Mandy van der Weijden – Van Rooden MSc, Drs. Vincent Verdoorn, Drs. Patrick Rijnbeek, Drs. Titeke Postma

In dit minisymposium gaan onderzoekers in gesprek met praktijk en beleid over zwemveiligheid en zwemvaardigheid van Nederlanders. Hoe kan kennis helpen om de kwaliteit van zwemonderwijs te vergroten en om veiligheid van iedereen in Nederland (ook vluchtelingen) te stimuleren? Daarbij wordt de koppeling gemaakt met recent gestarte onderzoeken vanuit het project 'Op weg naar een duurzaam zwemveilig Nederland' (ondersteund door VWS) en de lancering van een Kennisagenda Zwemonderwijs vanuit de zwembranche. Centrale vraag is of de lopende onderzoeken aansluiten op de vraagstukken van de zwemlespraktijk hoe de lopende onderzoeken daadwerkelijk zorgen voor verbetering van die zwemlespraktijk.

Doel van het symposium: Vaststellen of lopend onderzoek aansluit op de vragen uit de praktijk en hoe toekomstig onderzoek kan bijdragen aan het hogere doel 'Iedereen in Nederland zwemveilig en zwemvaardig

Make it count : De waarde van onderzoek naar zwemonderwijs voor de zwempraktijk staat centraal, zoals zou moeten blijken uit de beschrijving. Daarbij leert 95% van alle kinderen zwemmen en haalt zwemdiploma A, maar toch zijn er grote zorgen over de zwemveiligheid en zwemvaardigheid.

Trekker symposium: Jarno Hilhorst – manager Kenniscentrum Zwemmen bij Nationaal Platform Zwembaden | NRZ. Daarnaast buitenpromovendus bij Radboud Universiteit/Vrije Universiteit Brussel. Tussen 2007 en 2015 werkzaam als onderzoeker/adviseur bij Kennispraktijk. Vanuit NPZ | NRZ verantwoordelijk voor de opbouw van het Kenniscentrum Zwemmen. Daaronder valt ook het projectmanagement van het samenwerkingsproject 'Duurzaam Zwemveilig' met o.a. Mulier Instituut, Hanze Hogeschool, Hogeschool Windesheim, Fontys Sporthogeschool en Kenniscentrum Sport.

Betrokkenen: Ad Reinstra MSc, Hanze Hogeschool (en Dr. Remo Mombarg)
Dr. Koen Breedveld, Mulier Instituut
Mandy van der Weijden – Van Rooden MSc, Hogeschool Windesheim
Drs. Vincent Verdoorn, Fontys Sporthogeschool
Drs. Patrick Rijnbeek, Kenniscentrum Sport
Drs. Titeke Postma, Nationaal Platform Zwembaden | NRZ Nienke Visser

Betrokken organisaties: Nationaal Platform Zwembaden | NRZ, Hanze Hogeschool, Mulier Instituut, Hogeschool Windesheim, Fontys Sporthogeschool, Kenniscentrum Sport

Format symposium: Inleiding/toelichting Kennisagenda Zwemonderwijs + project Duurzaam Zwemveilig (20 min), plenaire discussie rondom centrale vraag (15 min), 3 onderzoekspresentaties (3 x 15 min), plenaire vervolgdiscussie vanuit 3 onderzoeken over centrale vraag (10 min)

Onderliggende abstracts

Kinderen zwemveilig na turbozwemmen?

Jarno Hilhorst (Nationaal Platform Zwembaden | NRZ) & Marjan Rikken (Universiteit Utrecht)

In een waterrijk land zoals Nederland, is het van groot belang dat kinderen zich op een veilige manier rond en in het water kunnen bewegen. Al jaren is er zwemlesaanbod in de vorm van turbocursussen, waarbij kinderen in minder dan 5 maanden en soms in een kortere vakantieperiode intensief zwemlessen volgen en hun zwemdiploma halen. Zwemlesaanbieders komen zo tegemoet aan de wens een deel van de ouders. Zowel bij ouders als onder zwemlesaanbieders zelf is er verdeeldheid over de wenselijkheid van turbozwemmen in relatie tot zwemveiligheid.

Methode: Er is in voorjaar 2016 een kwalitatief onderzoek uitgevoerd door het voeren van semi-gestructureerde interviews gekoppeld aan drie zwemlesorganisaties. Er zijn interviews afgenomen bij vier leidinggevenden, zeven zwemonderwijzers en tien ouders.

Resultaten: Ouders kiezen voor turbozwemmen omdat ze dan niet een jaar of langer wekelijks naar het zwembad hoeven te rijden en omdat ze ervaren dat er meer duidelijkheid is. Verder wordt er wel een tijdsdruk ervaren en zijn er zwemonderwijzers die ervaren dat er een keuze gemaakt moet worden tussen prestatiegericht werken en het geven van een 'leuke' zwemles. Een en ander stelt ook meer eisen aan de zwemonderwijzer. Verder bleek dat het de vraag is of het turbozwemmen geschikt is voor ieder kind, het beeld is dat het voor sommige kinderen prima kan werken, maar voor andere niet.

Discussie en conclusie: Het aanbod van turbozwemmen sluit aan op de behoefte van een deel van de ouders. Verder zijn er wel verschillende zorgpunten en lijkt het dat ouders en zwemlesaanbieders zich hier meer bewust van zijn, zodat ze bewuste keuzes maken. Zo moet de zwemles aansluiten op ieder individueel kind met professionele begeleiding, zodat zwemlessen staan voor veiligheid, efficiency én plezier.

Make it count: De uitkomsten kunnen worden benut door NPZ | NRZ om meer bewustwording van zorgpunten te realiseren bij ouders en zwemlesaanbieders. Tegelijk vormen ze een basis voor vervolgonderzoek binnen het nieuwe landelijke project NL Zwemveilig.

Het volledige onderzoek: Rikken, M. (2016). Een duik in de wereld van het turbozwemmen: explorerend onderzoek naar de, door zwemlesaanbieders en ouders, ervaren pedagogische en didactisch-organisatorische vormgeving van het turbozwemmen. Masterthesis Universiteit Utrecht. Utrecht: Universiteit Utrecht

Onderliggende abstracts

Schoolzwemmen: achterhaald idee?

Koen Breedveld, Corry Floor en Janine van Kalmthout

Mulier Instituut.

Van oudsher spelen scholen een belangrijke rol in het stimuleren van de zwemvaardigheid van kinderen. De laatste decennia hebben we echter gezien dat scholen zich terugtrekken uit het domein van het leren zwemmen. Volgens de laatste meting, in 2013, bood niet meer dan een derde van de scholen nog schoolzwemmen aan.

Methode: In dit paper doen we verslag van een recente representatieve enquête onder 800 basis-scholen naar 'schoolzwemmen' (via het panel van onderzoeksorganisatie Duo). In het onderzoek is gevraagd naar de mate waarin scholen schoolzwemmen (of andere zwem-activiteiten) aanbieden, hun overwegingen om dat wel of niet te doen, en de verschillen dienaangaande tussen verschillen type scholen. En passant maken we gebruik van deze en andere onderzoeken om in te gaan op de vraag wat er te winnen valt bij schoolzwemmen, wat er te verliezen zou zijn als het schoolzwemmen zou verdwijnen, en wat dit betekent voor de plaats van het zwemmen in het onderwijs.

Resultaten : De uitkomsten uit het scholenonderzoek zijn nog niet binnen. Uit de andere onderzoeken komt naar voren dat schoolzwemmen met name voor achterstandsgroeperingen (lage SES, etnische minderheden) van belang blijft om kinderen voldoende zwemveilig te maken. Verder blijkt dat schoolzwemmen er mede toe bijdraagt dat er effectiever gebruik wordt gemaakt van het bestaande zwemwater.

Conclusie: Hoewel het afschaffen van schoolzwemmen niet heeft betekend dat de zwemvaardigheid in zijn algemeenheid drastisch is verslechterd, zijn er voldoende argumenten om te bezien hoe de kracht van het onderwijs kan worden benut in het zwemveilig maken van kinderen.

Make it count: Dit paper helpt school-directeuren en gemeenteambtenaren om zich een beeld te vormen van de betekenis van schoolzwemmen, en helpt hen afwegen of een investering in schoolzwemmen op zijn plaats is.

.

In Nederland worden op dit moment verschillende zwemdiploma's uitgegeven. De twee grootste zijn het ZwemABC (NPZ-NRZ) en Superspeters (KNZB). Beide diploma's hebben ongeveer dezelfde eindtermen, maar een andere beginslag. En toch zeggen beide organisaties dat hun methode de beste is. Daarom gaat dit onderzoek in op de effecten van de beginslagkeuze op de zwemvaardigheid en zwemveiligheid van kinderen na 4 maanden zwemles. Een groep kreeg 8 weken schoolslag en rugslag onderwezen, gevolgd door 8 weken borstcrawl en rugcrawl (BS/SBS; n=40). De tweede groep kreeg 8 weken borstcrawl en rugcrawl onderwezen, gevolgd door 8 weken schoolslag en rugslag (FS/BS; n=40). De resultaten laten zien dat de FS/BS groep beter scoorde op zwemvaardigheid dan de BS/SBS groep. Er zijn echter geen verschillen gevonden tussen de groepen wat betreft zwemveiligheid, plezier in de zwemlessen, het aardig vinden van de zwemleraar, durven zwemmen zonder ouders, zelfvertrouwen in het water en motivatie om te leren zwemmen. Uiteindelijk kan voorzichtig geconcludeerd worden dat borstcrawl en rugcrawl opleiden tot vaardigere zwemmers gedurende de eerste 4 maanden van de zwemles, maar dat de beginslagkeuze geen invloed heeft op de zwemveiligheid.

Symposium Applied sportscience NL goes international

Cees Vervoorn, Dr. Marije Baart De La Faille, Dr. Johan de Jong, Marianne van Gemert-Falkema, Dr. Remo Mombarg & Robert Gelinck, Janine van Kalmthout

Internationalisering is een noodzakelijke beweging voor de verdere ontwikkeling van Nederland als kenniseconomie: voor het versterken van de innovatiekracht en de concurrentiekracht. Sportonderzoek kan hier een belangrijke bijdrage aan leveren! Actieve deelname in de mondiale kennisnetwerken is onontkoombaar om een voorlopersrol te kunnen blijven spelen bij het doorgeven, verder ontwikkelen, en toepassen van kennis. Op basis van de huidige ontwikkelingen is de verwachting dat Nederland de komende vijf jaar kan uitgroeien tot een van de grote spelers in het sportonderzoek veld. Universiteiten, hogescholen en andere onderzoeksinstituten vormen samen een infrastructuur voor internationaal onderscheidend onderzoek (Nationale Kennisagenda Sport en Bewegen, 2016).

Tijdens dit symposium worden de internationale ambities en doelstellingen van Sportonderzoek Nederland toegelicht. Daarnaast wordt ook gepresenteerd welke internationale projecten momenteel al in uitvoering zijn waarbinnen Nederlandse sportonderzoekers en -lectoren al een actieve rol spelen.

Trekker : Dr. Cees Vervoorn is lector Topsport en Onderwijs voor de Universiteit en Hogeschool van Amsterdam. Hij is boegbeeld internationaal NWA-route sport en bewegen en voorzitter van de de schrijfgroep Nationale kennisagenda sport en bewegen. Cees heeft als sporter, coach, Chef de Mission Paralympische ploeg en liefhebber diverse Olympische Spelen meegemaakt.

Doel van het symposium/workshop: Belang en ambities van internationale samenwerking en oriëntatie binnen sportonderzoek kenbaar maken en aan de hand van concrete presentaties van projecten dit illustreren en verduidelijken.

Opzet

1. Opening met nut en belang internationalisering sportonderzoek kennisagenda sport rol internationaal (Cees Vervoorn)
2. Dr. Marije Baart De La Faille, SEDY project
3. Keuze uit Den Haag/Fontys/Windesheim
4. Dr. Johan de Jong, SPEACH project
5. Marianne van Gemert-Falkema
6. Afronding ambities platform Dr. Remo Mombarg & Robert Gelinck

Sprekers 2, 3 en 4 krijgen ieder 15 min. presentatie tijd met 5 min discussie vragen. Het geheel wordt ingeleid (10 min.) door de voorzitter van de Sportlectoren in Nederland, tevens trekker internationalisering Cees Vervoorn. De gecombineerde afsluiting vindt plaats door Remo Mombarg en Robert Gelinck (10 min.).

Symposium Applied sportscience NL goes international

Cees Vervoorn, Dr. Marije Baart De La Faille, Dr. Johan de Jong, Marianne van Gemert-Falkema, Dr. Remo Mombarg & Robert Gelinck, Janine van Kalmthout

Make it count!: Internationale oriëntatie en samenwerking met buitenlandse partners binnen sportonderzoek in Nederland is van groot belang en Nederland telt op dit vlak absoluut mee (zie bijdragen symposium)!

Namen overige symposium deelnemers + affiliatie:

1. Dr. Cees Vervoorn, lectoraat Topsport en onderwijs, Hogeschool en Universiteit. Tevens voorzitter Sportlectoren NL en trekker internationaal NWA route sport en bewegen.
2. Dr. Marije Baart De La Faille-Deutekom, lectoraat kracht van sport, Hogeschool van Amsterdam en InHolland.
3. Dr. Johan de Jong, lectoraat Praktijkgerichte Sportwetenschap, anezhogeschool Groningen.
4. Fontys/Windesheim/Den Haag. Nog nader bekend te maken.
5. Dr. Remo Mombarg, Lectoraat Praktijkgerichte Sportwetenschap en tevens voorzitter Sportlectoren NL.
6. Robert Gelinck, Kenniscentrum Sport.
7. Marianne van Gemert-Falkema, international liaison officer Sport Science & Onnovation ZonMw

Onderliggend abstract

Applied sportscience NL goes international

Dr. Cees Vervoorn

Hogeschool van Amsterdam, Lector Topsport en Onderwijs/Boegbeeld Kennisagenda Sport en Bewegen

In de korte opening van deze workshop zal de spreker in gaan op het belang van internationale verbanden en verkenningen voor het sportwetenschappelijk onderzoek in NL. De hierbij horende ambities zijn vastgelegd in de recent verschenen Kennisagenda Sport en Bewegen (Topteam Sport/NWO, april 2016), de voorbeeldroute Sport en Bewegen van de Nationale Wetenschap Agenda (NWA/ZonMW, juni 2016) en de uitgangspunten van het Sport lectoren platform (RAAK/Sia, augustus 2016) zoals dit recent is opgericht. Mede vanuit het Hoger Sportopleidingen Overleg (HSO, voorheen ALODO) is dit speerpunt gekoppeld aan de Olympische cyclus en heeft hierdoor al de eerste schreden gezet in Brazilië (Braziliëcall, maart 2016) en Japan (oktober 2015 en 2016). Het lijkt van belang hier een gezamenlijk nationaal beleid op in te richten dat gedragen wordt door de sportlectoren en –onderzoekers uit het HBO. Een beleid dat aansluit bij de ontwikkelingen zoals deze in het sportinnovator ecosysteem op dit moment door het Tooteam Sport worden uitgezet. Met de steun van RAAK/Sia, NWO, Zon/MW en STW moet dit kunnen uitgroeien tot een beleid dat het HBO in staat stelt mee te doen in de competitie om onderzoeksgelden binnen de EU, buiten de EU maar ook nationaal. In alle gevallen op voet van gelijkheid met het WO dat reeds langer dan het HBO een internationale en ondernemende traditie kent op het gebied van internationale contacten, samenwerking en fondsenwerving.

Binnen de workshop zal door diverse sprekers verder gereflecteerd worden op eigen internationale projecten en ervaringen, maar tevens gekeken worden naar de kansen die samenwerking het HBO biedt om internationaal een belangrijke onderzoek partij te worden. Wellicht wordt ook gesproken over het verbreden van de horizon naar meer wetenschappelijke fondsen dan de bekende HBO wereld.

Onderliggend abstract

Haagse ambities en plannen rondom beweegstimulering en internationaliseringL goes international

Sanne de Vries

Lector Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving, De Haagse Hogeschool

In 2020 wil de Haagse Hogeschool (HHS) de meest internationale instelling van zijn soort in Nederland zijn. Internationalisering is een belangrijke component op de weg om de toekomstige professionals op te leiden tot wereldburgers in de actuele globale samenleving. De wereld beweegt snel, grenzen passeren we eenvoudig en graag, andere culturen en zienswijzen verwelkomen we. Om in deze globale wereld te bewegen, is het nodig om kennis te vergaren over wat er in de wereld speelt en hoe economieën, culturen en groepen zich gedragen en tot elkaar verhouden. In dit kader zet de HHS in op het aantrekken van docenten en gastdocenten uit het buitenland die vanuit een internationaal perspectief naar het vakgebied kijken, op internationale uitwisseling en stages voor inkomende en uitgaande studenten en op een duurzame samenwerking met internationale partners. Zo ook op het gebied van sport en bewegen. Lector Sanne Vries zal ingaan op de ambities en plannen rondom beweegstimulering en internationalisering van De Haagse Hogeschool en de eerste ervaringen met internationale samenwerkingspartners in Finland, Brazilië en Australië delen. Zo reist Sanne in oktober 2016 af naar Australië om samenwerking rondom het meten en ontwikkelen van motorische vaardigheden van kinderen in het bewegingsonderwijs vorm te geven.

Onderliggend abstract

Recente ervaringen Internationale projecten

Dr. Marije Baart de la Faille

Lector Kracht van Sport, Hogeschool Inholland

Marije Baart de la Faille heeft als lector Kracht van Sport van de HvA en Hogeschool Inholland ervaring met verschillende internationale projecten. Zo is zij projectleider van een Erasmus+ aanvraag gericht op het verhogen van de sportdeelname van kinderen met een beperking (SEDY, 2015) en is zij aanvrager van twee projecten in het NWO/SIA/FAPESP (Brazilië call, maart 2016) programma ("Data driven research on sports and exercise") gericht op samenwerking tussen Nederland en Sao Paulo (in Brazilië). Zij zal in oktober 2016 in Japan een keynote (Sportscience Missie Japan-NL, Tokyo) houden over de waarde van sport op een sportconferentie, georganiseerd door het sportlectoren platform. Vervolgens zal zij daar mogelijkheden voor onderzoek bespreken. In haar verhaal tijdens het DSO2016 zal zij ingaan op het belang van internationalisering, op de uitdagingen die hierin liggen en op de kansen die het kan bieden.

Onderliggend abstract

Sport physical education and coaching in health (speech project)

De Jong J.¹, Skovgaard T.², Knudsen LS³,

1 Hanze University of Applied Sciences Groningen, School of Sport Studies, 2 University of Southern Denmark, Department of Sports Science and Clinical Biomechanics: Research and Innovation Center for Human Movement and Learning. Odense, Denmark, 3 University of Southern Denmark, Department of Sports Science and Clinical Biomechanics: Research and Innovation Center for Human Movement and Learning. Odense, Denmark.

Doel van het SPEACH project is via docenten lichamelijke opvoeding en sportcoaches (MBO, HBO en Master niveau) gezondheidsbevorderende sport en lichamelijke activiteit (HEPA) bij kinderen en jongeren te stimuleren. Om dit te bereiken worden studiemodules ontwikkeld voor en met medewerking van huidige en toekomstige docenten lichamelijke opvoeding en sportcoaches. De ontwikkeling van deze modules is gebaseerd op een behoeftepeiling onder sportstudenten, sportprofessional en experts uit zeven EU landen.

Methode: De behoeftepeiling bestond uit drie stappen: 1) afname van een zelfontwikkelde digitale HEPA survey over kennis, interesse en attitude onder sportstudenten; 2) interviews gehouden onder vertegenwoordigers van nationale sleutelorganisaties op het gebied van sport en bewegen over organisatorische en implementatie aspecten van de HEPA modules; 3) reflectie op de eerste uitkomsten van de digitale survey door een focus groep bestaande uit internationale sport- en beweegexperts.

Resultaten: De uitkomsten van de digitale survey zijn gebaseerd op 660 sport studenten en de volgende HEPA thema's werden als meest relevant genoemd: gedragsverandering, persoonlijk leiderschap, HEPA voor speciale doelgroepen, gezondheidsbeleid, testen en voorschrijven van HEPA en voeding. Hoog scorende werkvormen waren: praktijkgericht leren, training-, groep- en klassikaal gericht leren, stage en integratie van reflectief leren. Belangrijk aandachtspunt was dat de inhoudelijke thema's en leermethoden in afstemming moeten zijn met de kennis, attitude en vaardigheden die de studenten dient te ontwikkelen.

Conclusie: De SPEACH/HEPA modules moeten thematisch en geïntegreerd zijn zodat meerder inhoudsgebieden worden gecombineerd. De werkvormen dienen eveneens gemixt te zijn dus een combinatie van training, stage, groep- en klassikaal leren. Tot slot moeten binnen alle HEPA modules genoeg differentiatiemogelijkheden zijn zodat iedere module toepasbaar is op MBO, HBO of master niveau.

Make it count! : Het SPEACH project kan via HEPA bijgeschoolde docenten lichamelijke opvoeding en sportcoaches veel Europese kinderen en jongeren bereiken en HEPA binnen deze groep stimuleren en gezondheid bevorderen.

Onderliggend abstract

Stimuleren van internationale samenwerking: Wat is nodig om internationaal te gaan?

mr. M. van Gemert-Falkena LL.Mleg

International liaison officer Sport Science & Innovation ZONMW

Afgelopen zomer is Marianne van Gemert-Falkena aangetrokken bij ZonMw om de internationale mogelijkheden voor sportonderzoek en –innovatie te verkennen en de verbinding te maken met nationale activiteiten. In haar vorige functie bij het Ministerie VWS heeft zij veel EU-ervaring opgedaan.

ZonMw investeert in het brede kennisveld van sport en bewegen ten behoeve van de gehele onderzoeks- en kwaliteitscyclus: In het onderzoeksprogramma Sport is er naast fundamenteel onderzoek net als in het programma Sportblessurepreventie veel aandacht voor toegepast en praktijkgericht onderzoek. Het programma Sportinnovator beoogt massa, focus en rendement te vergroten met kennis en innovatie. De Sportimpuls programma's ondersteunen lokale partijen bij het opstarten en uitvoeren van hun vraaggerichte aanbieden van sport- of beweegaanbod. Door deze combinatie en toenemende integratie van programma's draagt ZonMw bij aan het verbeteren van (top)sportprestaties, het bevorderen van de deelname aan sport en bewegen, het bevorderen van vitaliteit en gezondheid, en aan het voorkomen van sportblessures.

Het is de bedoeling om tijdens deze sessie te inventariseren welke internationale behoefte er leeft bij de sportonderzoekers.

Symposium Van kennis naar interventie: kansen voor verenigingsondersteuning

Maikel Waardenburg, Allard Donker, Lammert Bosma, Janine van Kalmthout, Jan-Willem van der Roest, Erik Puyt, Ymkje Woudstra

Sportverenigingen bevinden zich in een turbulente omgeving die de organisatiekracht van de vereniging op de proef stelt. Vernieuwend sportaanbod, gemeentelijke bezuinigingen, eisen over sociale veiligheid en de vraag een bijdrage te leveren aan maatschappelijke vraagstukken; zomaar enkele van de uitdagingen waar sportverenigingen zich voor gesteld zien. Verenigingsondersteuning heeft door deze uitdagingen een grote meerwaarde voor sportverenigingen.

Dit symposium brengt op unieke wijze theorie, onderzoeksdata en praktijk over de organisatiekracht van sportverenigingen en verenigingsondersteuning samen. Op basis van bevindingen uit twee promotieonderzoeken van de Universiteit Utrecht, de landelijke verenigingsmonitor van het Mulier Instituut en de Friese Sportverenigingsmonitor van Sport Fryslân/Fries Sociaal Planbureau gaan we in discussie over de mogelijkheden van verenigingsondersteuning in Nederland. We bespreken op welke wijze verenigingsondersteuning een betekenisvolle bijdrage kan leveren aan de organisatiekracht en maatschappelijke betrokkenheid van sportverenigingen.

Doel symposium: Verbinden van onderzoek naar organisatievraagstukken van sportverenigingen aan de interventies van sportverenigingsondersteuners

Make it count: Vanuit diverse onderzoeksbevindingen en praktijkvoorbeelden laten we zien:

- welke knelpunten verenigingen ervaren;
- hoe enkele ondersteuningsorganisaties daarop inspelen;
- welke ervaringen het werkveld heeft daarmee (beperkingen en mogelijkheden)

Trekkers van het symposium:: Maikel Waardenburg (Universiteit Utrecht) en Allard Donker (Sport Fryslân).

Betrokkenen:

- Lammert Bosma – Sport Fryslân
- Janine van Kalmthout – Mulier Instituut
- Jan-Willem van der Roest – Mulier Instituut
- Erik Puyt - Sportservice Noord-Holland
- Ymkje Woudstra - Fries Sociaal Planbureau

Betrokken organisaties:

- Fries Sociaal Planbureau
- Mulier Instituut
- Sport Fryslân
- Sportservice Noord-Holland
- Universiteit Utrecht (USBO)

Format symposium:

1) Twee gebundelde presentaties:

- a. Maikel / Jan-Willem (algemene thematiek, 20 minuten)
 - Dubbelspel: over instrumentalisering van de sportvereniging
 - Van participatie naar consumptie? Consumentisme in sportverenigingen
- b. Janine / Allard of Ymkje (verdieping o.b.v. monitors, 25 minuten)
 - Landelijke Verenigingsmonitor: organisatiekracht, maatschappelijke betrokkenheid/open club en sport in transitie gebieden
 - Van Friese Sportverenigingsmonitor naar ondersteuning

2) Reflectie door panel (15 minuten)

Reactie op/discussie o.b.v. presentaties door panel

- Hanzehogeschool
- NOC*NSF)
- Sportservice Noord-Holland
- Sport Fryslân

Gespreksleider: Allard /Maikel

3) Open discussie met publiek

Mogelijkheid tot uitwisseling en leren van elkaar a.d.h.v van vragen/stellingen:

- Hoe bereik je sportverenigingen?
- Welke knelpunten ervaar je in de ondersteuning van verenigingen?
- Wat zijn goede en slechte ervaringen?
- Tips voor ondersteuningsorganisaties

Er wordt zo mogelijk gebruik gemaakt van interactieve technologie (mobiel stemmen, twitter hashtag)

Gespreksleiders: Allard / Maikel

Onderliggende abstracts

Organisatiekracht en maatschappelijke functie sportverenigingen geeft richting aan ondersteuning

Janine van Kalmthout/ Allard Donker

Sportverenigingen bevinden zich in een veranderende omgeving die steeds meer van hen vraagt en daarmee een beroep doet op de organisatiekracht en maatschappelijke functie van de vereniging. In bepaalde delen van Nederland, bijvoorbeeld in krimpregio's, lijkt dit meer aan de orde dan in andere delen van het land. Hoe organisatiekrachtig zijn de verenigingen en in welke mate vervullen zij een maatschappelijke of open club functie in hun omgeving? En wat betekent dit voor verenigingsondersteuning in een bepaalde regio?

Methode: Jaarlijks wordt een aantal metingen uitgevoerd bij het Verenigingspanel om de ontwikkeling van sportverenigingen te volgen, zo ook de vitaliteit van sportverenigingen. Het Verenigingspanel van ongeveer 2.000 verenigingen vormt een goede afspiegeling van de georganiseerde sport in Nederland. Om inzicht te krijgen in de organisatiekracht en de maatschappelijke en Open club functie zijn de verenigingen door middel van een webenquête bevraagd. Dezelfde vragenlijst is uitgezet onder 1.265 Friese sportverenigingen.

Resultaten: De eerste resultaten laten zien dat zowel landelijk als in Friesland twee derde van de verenigingen organisatiekrachtig is. De verenigingen in Friesland scoren iets lager dan de landelijke cijfers op de criteria beleid en financiën. Op de index Open Club functie scoort zowel landelijk als in Friesland 15 procent van de verenigingen voldoende tot goed.

Discussie en conclusie: Er lijkt nog een wereld te winnen wat betreft de maatschappelijke of open club functie van verenigingen. Voor verenigingsondersteuning is het van belang om te weten met welk type vereniging men te maken heeft. Met behulp van deze resultaten wordt het mogelijk inzicht te verkrijgen in deze typen.

Make it count: De uitkomsten van dit onderzoek bieden verenigingsondersteuners input voor gerichte ondersteuning in een bepaalde gemeente/regio.

Onderliggende abstracts

Over instrumentalisering van en consumentisme in de sportvereniging

Maikel Waardenburg (Universiteit Utrecht) & Jan-Willem van der Roest (Mulier Instituut)

Sportverenigingen bevinden zich in een turbulente omgeving die de organisatiekracht van de vereniging op de proef stelt. Vernieuwend sportaanbod, gemeentelijke bezuinigingen, eisen over sociale veiligheid en de vraag een bijdrage te leveren aan maatschappelijke vraagstukken; zomaar enkele van de uitdagingen waar sportverenigingen zich voor gesteld zien. In deze presentatie zoomen we, op basis van twee recent afgeronde proefschriften (Van der Roest, 2015; Waardenburg, 2016) in op de instrumentalisering van en consumentisme in de sportvereniging. We stellen de vraag: op welke wijze spelen sportverenigingen in op instrumentalisering en consumentisme? Methode: Er is gebruik gemaakt van een diversiteit aan onderzoeksmethoden, waaronder casestudies, beleidsanalyses, focusgroepen, interviews en panelonderzoek.

Resultaten: De resultaten laten zien dat sportverenigingen zich strategisch positioneren ten opzichte van hun institutionele omgeving. Relaties met diverse externe stakeholders worden geïnitieerd of onderhouden ten behoeve van het bewaken van de legitimiteit van de organisatie. Hierdoor zijn sportverenigingen bijvoorbeeld bereid maatschappelijke taken op zich te nemen of nieuw sportaanbod te ontwikkelen, al stellen ze daarbij wel grenzen vanuit een focus op een verenigingslogica. Een opvallende uitkomst is dat verenigingen met een bestuur met relatief veel jonge bestuursleden zich meer op modernisering richten dan verenigingen met relatief oudere besturen.

Conclusie: De onderzoeken laten zien dat sportverenigingen zich meer strategisch dan op basis van literatuur verwacht mag worden oriënteren op hun institutionele omgeving. De wijze waarop sportverenigingen inspelen op instrumentalisering en consumentisme bestendigt hun organisatiekracht, en biedt kansen voor organisatieontwikkeling.

Make it count: Tijdens het symposium 'Van kennis naar interventie' bespreken we op welke wijze verenigingsondersteuning een betekenisvolle bijdrage kan leveren aan de organisatiekracht en maatschappelijke betrokkenheid van sportverenigingen.

Bronnen: Van der Roest, J. (2015). From participation to consumption? Consumerism in voluntary sport clubs. Utrecht: Universiteit Utrecht.
Waardenburg, M. (2016). Dubbelspel. Over instrumentalisering van de sportvereniging. Utrecht/Nieuwegein: Universiteit Utrecht/Arko Sports Media.

Onderliggende abstracts

Sportverenigingen in het Sociaal Domein

De vitaliteitsmonitor als schakel tussen beleid en uitvoering

Erik Puyt

De gemeenten Heemskerk en de Haarlemmermeer zien een belangrijke rol voor de sportvereniging bij de transformatie van het sociaal domein. De grote uitdaging is daarbij om recht te doen aan de positie van álle verenigingen als sportaanbieder en sociaal netwerk. Uitvoering van de vitaliteitsmonitor biedt inzicht in de organisatiekracht (kunnen) en maatschappelijke intentie (willen) van verenigingen. Dit is de basis voor het gesprek met verenigingen over een bredere maatschappelijke rol.

Methode: Samen met het Mulier Instituut heeft Sportservice Noord-Holland de vitaliteitsmonitor uitgevoerd. Uniek van de vitaliteitsmonitor is dat deze inzicht biedt in de stand van zaken van individuele verenigingen. Sportservice Noord-Holland en haar lokale uitvoeringsorganisatie verzorgen de contacten met de verenigingen.

Resultaten: De gezamenlijke aanpak leidt tot een hoge respons (55%-75%) waaronder veel kleine verenigingen. Grote verenigingen met accommodatie willen vaker een maatschappelijke rol spelen. De “social sports” (denksporten, jeu de boules, biljarten) blijken ook zeer relevant. Het blijkt dat beide typen verenigingen met fundamenteel andere problemen kampen; grote verenigingen hebben moeite met het vinden en binden van vrijwilligers en kleine verenigingen met ledenwerving en behoud.

Discussie en conclusie: In Heemskerk zijn de resultaten besproken met alle verenigingen, daaruit bleek dat de meeste verenigingen de ervaren uitdagingen zelf kunnen en willen aanpakken. Zij wensen ondersteuning bij het vergroten van de bijdrage in het sociaal domein, vooral waar het gaat om het realiseren van de samenwerking met maatschappelijke organisaties.

Make it count: Deze inzichten zijn voor gemeenten en Sportservice Noord-Holland de basis voor een nieuwe structuur voor verenigingsondersteuning gericht op het maximaliseren van het maatschappelijk rendement van de sociale en fysieke sportinfrastructuur door:

- Het verbinden van grote verenigingen met maatschappelijke organisaties om concrete matches te realiseren
- Het behouden en initiëren van nieuwe kleinschalige sociale netwerken.

Symposium Gehandicaptensportbeleid: hoe kennis uit onderzoek de ontwikkeling van beleid ondersteunt

Caroline van Lindert, Femke Hoekstra, Marjo Duijf of Lilian van den Berg

De gehandicaptensport in Nederland heeft de laatste jaren een enorme ontwikkeling doorgemaakt. Dit is mede te danken aan de impuls vanuit de landelijke overheid voor de ontwikkeling van interventies en programma's. Het nieuwe beleid, genaamd Grenzeloos actief, bouwt hierop voort, maar is mede tot stand gekomen op basis van de verzamelde kennis over de sportdeelname van mensen met een beperking en de stimulerende en belemmerende factoren die daarbij een rol spelen. Om te toetsen of het nieuwe programma resultaat oplevert is eveneens kennis nodig, bijvoorbeeld over de huidige stand van zaken met betrekking tot het gevoerde lokale en provinciale beleid. Hoe ver staan we nu en wat is de horizon? Ook is het interessant te bezien hoe Nederland in vergelijking met andere landen omgaat met gehandicaptensportbeleid. In deze workshop zetten we onderzoek af tegen de praktijk en discussiëren we over hoe kennis kan helpen bij de ontwikkeling van beleid.

Doel symposium:: Kennis delen over gehandicaptensportbeleid uit onderzoek en praktijk en discussiëren over hoe beiden elkaar kunnen aanvullen.

Trekkers van het symposium: Caroline van Lindert, (1969) studeerde Vrijtijdsmanagement aan de Nationale Hogeschool voor Toerisme en Verkeer (NHTV) in Breda en vervolgens Culturele Antropologie aan de Universiteit van Utrecht. Na haar afstuderen werkte Caroline enige tijd voor de NKBV en deed op freelance basis (onderzoeks)klussen voor verschillende organisaties. In 1997 trad zij als (beleids) onderzoeker/adviseur in dienst bij het toenmalige Chionis/Diopter. Bij de voorloper van het huidige Mulier Instituut is de basis gelegd voor een brede interesse in sportvraagstukken. In 2000 maakte Caroline de overstap naar Marktplan Adviesgroep en van daaruit volgde een overstap naar een andere sector, het onderwijs. Caroline werkte ruim zes jaar als docent sportmanagement bij de NHTV te Breda. Sinds 2007 is zij terug op het 'oude nest' en werkt zij als senior-onderzoeker bij het Mulier Instituut. Ze is gespecialiseerd in vraagstukken op het gebied van de gehandicaptensport. Caroline is vanuit het Mulier Instituut projectleider voor onderzoek t.a.v. gehandicaptensport en voor de monitoring van het VWS-programma Sport en Bewegen in de Buurt en deelonderzoeken op het gebied van de inzet van combinatiefunctionarissen en buurtsportcoaches en de Sportimpuls.

Betrokkenen:

- Femke Hoekstra, UMCG
- Marjo Duijf of Lilian van den Berg (KC Sport)

Betrokken organisaties:

- KC Sport
- UMCG
- Mulier Instituut

Format symposium: 3 korte presentaties, 2 vanuit onderzoek, 1 vanuit praktijk. Aansluitend discussie

Onderliggende abstracts

Van onderzoek naar gehandicaptensportbeleid: programma Grenzeloos actief

Lilian van den Berg

Vanuit onderzoek (monitor (On)beperkt sportief 2008 en 2013) werd geconstateerd dat de sportdeelname van mensen met een beperking achterbleef bij die van mensen zonder beperking. In de periode tussen de onderzoeken was het beleid van het Ministerie van VWS gericht op stimulering vanuit vindplaatsen, te weten speciaal onderwijs, verstandelijk gehandicaptenzorg en revalidatiecentra. De resultaten van het onderzoek in 2013 hebben geleid tot de ontwikkeling van nieuw gehandicaptensportbeleid van het Ministerie van VWS. Aan dit beleid wordt uitvoering gegeven door middel van het programma Grenzeloos actief.

Resultaten: Naast de achterstand in sport- en beweegdeelname voor alle verschillende categorieën beperkingen was een van de conclusies dat het grootste gedeelte van de mensen met een beperking zich niet bevindt op een specifieke 'vindplaats'. En welke inzet nodig is om het sport- en beweeggedrag van mensen met een beperking te stimuleren, zoals het verbeteren van de afstemming van vraag en aanbod.

Conclusie: Op basis van de conclusies en de geformuleerde aanbevelingen is het programma Grenzeloos actief opgesteld. Doel is dat mensen met een beperking de mogelijkheid hebben dichtbij huis te sporten. Centraal in het programma staat dan ook de match tussen vraag en aanbod. Middelen zijn o.a. het ontwikkelen van een landelijk netwerk van regionale samenwerkingsverbanden, het versterken van lokaal sportaanbod en de inzet van buurtsportcoaches.

Make it count: De resultaten van het onderzoek hebben mede geleid tot een nieuw gehandicaptensportbeleid van het Ministerie van VWS. Het programma Grenzeloos actief geeft uitvoering aan het beleid in de lokale en regionale praktijk van gehandicaptensport binnen gemeenten en sport- en beweegaanbieders. Waarbij de aanpak ondersteunend werkt bij de verhoging van de sportdeelname onder mensen met een beperking.

Onderliggende abstracts

Gehandicaptensportbeleid bij gemeenten en provincies

Caroline van Lindert

Het ministerie van VWS lanceerde in 2015 een nieuw gehandicaptensportbeleid, genaamd Grenzeloos actief. Doel is dat na 2018 mensen met een beperking die dat willen de mogelijkheid hebben om te sporten, dichtbij huis. Middelen zijn o.a. het ontwikkelen van een landelijk netwerk van regionale samenwerkingsverbanden, het versterken van lokaal sportaanbod en de inzet van buurtsportcoaches speciaal voor gehandicapten. Gemeenten spelen een belangrijke rol in dit programma. Om de startsituatie bij lokale overheden vast te leggen, voerde het Mulier Instituut een onderzoek uit onder alle Nederlandse gemeenten (393 in 2015) én provincies (Van Lindert et al., 2016).

Methoden: Doel was na te gaan in hoeverre gemeenten en provincies beleidsdoelstellingen hebben vastgelegd en activiteiten uitvoeren op het gebied van gehandicaptensport en in hoeverre gemeenten buurtsportcoaches inzetten speciaal voor mensen met een handicap. Het onderzoek bestond uit een online vragenlijst onder alle Nederlandse gemeenten en telefonische interviews met provincies. Aanvullend zijn coalitieprogramma's van alle provincies en gemeenten doorzocht met zoektermen.

Resultaten/Discussie: Meer dan de helft van de provincies besteedt aandacht aan gehandicaptensport. Twee derde van de gemeenten heeft beleidsdoelstellingen voor gehandicaptensport. Bij de meerderheid daarvan zijn deze vastgelegd in een beleidsnota sport. Bijna alle gemeenten gaven aan tenminste een activiteit op het gebied van gehandicaptensport uit te voeren. Het aanstellen van buurtsportcoaches voor gehandicapten wordt als de meest succesvolle activiteit gezien. Deze buurtsportcoaches zijn het resultaat van een ander VWS programma, Sport en Bewegen in de Buurt. Tijdens de presentatie staan we ook stil bij de inzet van buurtsportcoaches voor gehandicapten aan de hand van studentonderzoek.

Make it count: Gemeenten hebben een speciale rol bij het versterken van de gehandicaptensport op lokaal niveau. Het onderzoek laat zien dat er een goede voedingsbodem is voor de activiteiten in het kader van Grenzeloos actief.

Literatuur: Lindert, C. van, Terpstra, N., Pulles, I. & Schootemeijer, S. (2016). Gehandicaptensportbeleid in gemeenten en provincies. Utrecht: Mulier Instituut.

Onderliggende abstracts

Het gehandicaptensportbeleid in Nederland en Canada: verschillen en overeenkomsten

Femke Hoekstra, Lynn Roberts, Caroline van Lindert, Kathleen A. Martin Ginis, Lucas H.V. van der Woude, Mary Ann McColl

Een inventarisatie van verschillen en overeenkomsten van het gehandicaptensportbeleid in Nederland en Canada geeft de mogelijkheid om hiaten te ontdekken en verbeterpunten in het beleid aan te brengen. Dit onderzoek richt zich daarom op 1) het beschrijven van het landelijke gehandicaptensportbeleid in Nederland en Canada en 2) op het identificeren van overeenkomsten en verschillen van het beleid in beide landen.

Methode: Aan de hand van systematische internet-onderzoek zijn de belangrijkste beleidsdocumenten, rapporten en websites over het landelijke gehandicaptensportbeleid in Nederland en Canada geselecteerd. De geselecteerde items zijn onderverdeeld in vier groepen: wetten, organisaties, programma's en rapporten. Vervolgens zijn de belangrijkste verschillen en overeenkomsten beschreven.

Resultaten: Zowel Nederland als Canada heeft een gehandicaptensportbeleid waarbij zowel aandacht is voor gehandicaptensport op topniveau als op recreatief niveau. Beide landen faciliteren en stimuleren Paralympische topsporters door middel van financiële ondersteuning aan individuen, coaches, organisaties, sportfaciliteiten en ondersteunende middelen. Het stimuleren van gehandicaptensport op recreatief niveau verschilt tussen beide landen. Het Nederlandse beleid kenmerkt zich door tijdsgebonden programma's gericht op verbetering van de sportinfrastructuur en samenwerkingsverbanden waarbij de verantwoordelijkheden vooral bij de lokale/gemeentelijke overheden liggen. In Canada, daarentegen, zijn deze verantwoordelijkheden en taken bij provinciale overheden vastgelegd in de vorm van doorlopende overeenkomsten tussen landelijke en provinciale overheden. Daarnaast is in Canada het stimuleren van de sport en bewegen bij wet vastgelegd.

Conclusie: De landelijke overheden in Nederland en Canada stimuleren en faciliteren gehandicaptensport zowel op topniveau als recreatief niveau. Beide landen hebben het beleid vormgegeven op een manier die aansluit bij de cultuur en infrastructuur van het land.

Make it count: De bevindingen van dit vergelijkend beleidsonderzoek kunnen bijdragen aan een verdere optimalisatie van het Nederlandse en Canadese gehandicaptensportbeleid. Daarnaast kunnen de bevindingen gebruikt worden als inspiratiebron voor het opstellen of optimaliseren van het gehandicaptensportbeleid in vele andere landen.

Symposium Van wetenschap naar praktijk: Een leven lang meedoen met sport

Prof. dr. Bert Steenbergen, Sandra van Cappellen,
Femke van Abswoude, Eralt Boer

Kinderen zijn verschillend. Ook als het gaat om leren. Het éne kind leert liever al doende, terwijl het andere kind graag eerst specifieke beweeginstructies krijgt. Het huidige bewegingsonderwijs is vooral ingericht op expliciete manieren van leren, waarbij onderwijzers veel instructie en feedback geven over hoe kinderen lichaamsbewegingen het best kunnen uitvoeren. Dat, terwijl veel kinderen baat kunnen hebben bij impliciete leermethoden, waarbij ze minder bewust nadenken over de manier waarop een beweging moet worden uitgevoerd. We kennen al de termen spelenderwijs leren en ervaringsleren die hier mee te maken hebben. In deze workshop werken we vanuit de principes van motorisch leren concrete voorbeelden uit hoe impliciet leren nadrukkelijker in het bewegingsonderwijs gebruikt kan worden door een andere inrichting van de oefeningen, externe focus van aandacht, leren met behulp van een analogie en foutloos leren. Ter illustratie worden recente onderzoeksresultaten besproken in relatie tot impliciet en expliciet leren.

Doel van het symposium: Kennis delen, inspireren en discussiëren

Make it count: Vanuit ons programma Meedoen met Sport is continu aandacht voor de koppeling tussen wetenschap en praktijk. Wij vertalen wetenschappelijke kennis in toepasbare handboeken, leskaarten en we verzorgen workshops voor sport- en beweegprofessionals

Trekker van het symposium: Prof. dr. Bert Steenbergen, projectleider Meedoen met Sport
Bert Steenbergen is professor aan de Radboud Universiteit, Nijmegen. Een belangrijk aspect van zijn onderzoek is de vertaling van fundamenteel onderzoek naar de toepassing hiervan in revalidatie en onderwijs voor individuen met visuele en motorische beperkingen

Betrokkenen:

- Sandra van Cappellen, onderzoeker
- Femke van Abswoude, onderzoeker
- Eralt Boers, projectmedewerker

Betrokken organisaties: Radboud Universiteit, Behavioural Science Institute, Kennispraktijk

Format symposium: Presentatie en interactieve werkvormen

Onderliggende abstracts

Impliciet leren: de praktijk

Sandra van Cappellen

Kinderen met een motorische beperking (onder andere CP) nemen minder deel aan sport, gym, en andere beweegactiviteiten. Dit is deels veroorzaakt door hun fysieke beperking, maar ook individuele instructies 'op maat' die voor een betere motorische prestatie zouden kunnen zorgen lijken vaak te ontbreken. Veelgebruikte expliciet leermethoden vragen veel van het werkgeheugen van deze kinderen, terwijl impliciete leermethoden het werkgeheugen omzeilen. Aangezien kinderen met een motorische beperking vaak ook een verminderde werkgeheugencapaciteit hebben, denken wij dat ze gebaat zijn bij meer inzet van impliciete leermethoden.

Methode: Om deze reden is een protocol ontwikkeld dat er mogelijk voor zorgt dat gymdocenten meer impliciete leermethoden gebruiken. In dit protocol werden voorbeelden aangereikt passend bij leren met een externe focus van aandacht, foutloos leren, differentieel leren en analogie leren. In totaal zijn drie gymlessen per klas op het speciaal voortgezet onderwijs gefilmd. De eerst gymles betrof een basismeting. Vervolgens werd het protocol uitgereikt en de tweede en derde gymles fungeerden als nameting om te bepalen of meer impliciete leermethoden waren ingezet.

Resultaten: In totaal is gefilmd op 6 scholen verspreid in Nederland. De filmpjes worden momenteel geanalyseerd in Noldus aan de hand van een codeerboom. Uit eerder onderzoek door de onderzoeksgroep bleek dat >70% van de gegeven instructies van gymdocenten expliciet van aard zijn, dit verwachtten wij dan ook terug te zien bij onze basismeting.

Discussie en conclusie: Uit de analyse van de videobeelden zal blijken of de interventie, het protocol, bruikbaar is om te zorgen voor een verhoging van het gebruik van impliciete leermethoden. Een vervolgstap zal zijn om te bepalen of kinderen dan ook daadwerkelijk meer 'meedoen' aan de gymles.

Make it count: Na de bespreking van de bevindingen zal een interactieve workshop volgen die zich richt op inzet van impliciete leermethoden in de praktijk.

Onderliggende abstracts

Impliciet leren, van theorie naar praktijk

Femke van Abswoude

Impliciete leermethoden worden vaak genoemd als mogelijkheid om kinderen motorische vaardigheden aan te leren, zowel voor typisch ontwikkelende kinderen als voor kinderen met een motorische beperking. Deze methoden doen geen beroep op cognitieve vaardigheden en zijn mogelijk ook leuker. In deze eerste presentatie binnen het symposium zal de theorie over impliciet motorisch leren worden besproken, waarbij een recent onderzoek naar het verschil tussen impliciet en expliciet leren wordt uitgelicht. Dit onderzoek kijkt naar de het verschil tussen oefenen met instructies met een externe focus van aandacht (impliciet leren) en een interne focus van aandacht (expliciet leren). Hierbij is de vraag welk van deze methodes het meest effectief is bij het aanleren van een nieuwe vaardigheid en welke motivatie en cognitieve factoren hierop van invloed zijn.

Method: 162 kinderen hebben deelgenomen en oefenden een slingerbal te mikken op een doel. Dit doel bestaat uit verschillende cirkel, hoe dichters kinderen bij het doel gooien hoe lager de score is. Ze zijn ingedeeld in een groep die instructies kreeg gericht op hun eigen lichaam (interne focus) en een groep die instructies kreeg gericht op het effect van de beweging (externe focus). Een week na het oefenen was een retentie test en een dubbeltaak. Tijdens de dubbeltaak moesten de kinderen tonen tellen terwijl ze de slingerbal gooiden. Daarnaast zijn de motorische vaardigheden, executieve functies en motivatie (self-efficacy en task-value) in kaart gebracht.

Resultaten: In beide groepen gingen de kinderen beter presteren, zelfs wanneer ze een dubbeltaak moesten uitvoeren. Geen van de executieve functies beïnvloedde dit leerproces. Uit een moderatie-analyse bleek dat van de motivatie factoren alleen self-efficacy een significante invloed had op de vooruitgang.

Discussie en conclusie: Kinderen kunnen motorische vaardigheden leren met zowel een interne als een externe focus van aandacht. Met name self-efficacy blijkt een belangrijke rol te spelen bij dit leerproces. Deze resultaten worden verder besproken in het licht van de theorie over impliciet leren en de vragen voor de praktijk.

Make it count: Kennis over de effectiviteit van leermethoden draagt bij aan de mogelijkheid om sport en bewegen op maat aan te leren.

Symposium De sociale waarde van sportevenementen 2

Hans Slender, Willem de Boer, Bake Dijk

De afgelopen jaren is er steeds meer aandacht gekomen voor de economische impact van sportevenementen. Onderzoekers ontwikkelden gezamenlijke methodieken en voerder vergelijkende studies uit via de Werkgroep Evaluatie Sportevenementen (WESP). Een sportevenement is echter meer dan een economisch beleidsinstrument. Evenementen kunnen bijdragen aan sociale aspecten als cohesie, netwerkvorming, inclusie/exclusie, identiteit, participatie, etc. Over de wijze waarop sportevenementen een bijdrage kunnen leveren aan deze aspecten is echter nog weinig consensus.

In deel 2 van dit symposium staat het benutten van (wieler)sportevenementen met het oog op sociale effecten centraal. Er wordt gekeken hoe de verschillende stakeholders (organisatie, overheid, partners) gezamenlijk het evenement kunnen benutten om duurzame sociale effecten te weeg te brengen. Hierbij zal onder meer gekeken worden naar het proces van totstandkoming van het evenement (Giro Gelderland), het organisatieproces en duurzame doorwerking (Le Tour Utrecht) en conceptontwikkeling (WK Wielrennen 2020). Vervolgens zal er een paneldiscussie plaatsvinden waarin de verschillende doelgroepen vertegenwoordigd zijn.

Doel van het symposium: Discussie over mogelijke strategieën die kunnen bijdragen aan het benutten van een (wieler)sportevenement als sociaal-maatschappelijke hefboom.

Make it count: Meer kennis over de manier waarop sportevenementen in samenwerking tussen organisatoren, overheden en partners benut kunnen worden om een sociaal-maatschappelijke legacy te creëren.

Trekker van het symposium: Hans Slender (Hanzehogeschool Groningen) is senior-onderzoeker van het lectoraat Praktijkgerichte Sportwetenschap. Naast ervaring in praktijkgerichte onderzoeksprojecten zoals evenementen evaluaties en haalbaarheidsonderzoeken, werkt hij momenteel ook aan een proefschrift over de sociale impact en hefboomwerking van sportevenementen.

Betrokkenen:

- Willem de Boer (Hogeschool Arnhem en Nijmegen)
- Bake Dijk (Universiteit Utrecht/Hanzehogeschool Groningen)

Betrokken organisaties: Hanzehogeschool Groningen, Hogeschool Arnhem en Nijmegen, Universiteit Utrecht

Format symposium: Drie inleidende presentaties door Willem de Boer, Bake Dijk en Hans Slender. Daarna een paneldiscussie met professionals uit het veld (organisator, beleidsmaker, sponsors) over hoe gezamenlijk een sociaal-maatschappelijke legacy nagestreefd kan worden.

Onderliggende abstracts

Het creëren van legacy rond Le Grand Départ Tour de France in Utrecht

Bake Dijk MA, Hans Slender MSc, Froukje Smits

Onderzoek naar de waarde van sportevenementen is vooral gericht op impact, maar niet op de manieren waarop die impact tot stand is gekomen (leverage). Met het bestuderen van de leverage mechanismen van evenementen Chalip (2006, p. 113), is het doel om niet alleen de waarde van een evenement te evalueren, maar ook om te leren van de 'hefboomwerking' van een evenement. Inzicht krijgen in deze werking kan van meerwaarde zijn bij het indienen van een toekomstig bid en/of de organisatie van toekomstige evenementen en het creëren van legacy. Dit was ook het geval bij de evaluatie van de legacy van Le Grand Départ Tour de France 2015 in Utrecht. In ons onderzoek hebben we ons gericht op de waarde van Le Grand Départ voor Utrecht en specifiek op de hefboomwerking (leverage mechanisme) van het evenement.

Een mixed-method is gebruikt om inzicht te krijgen in het organisatieproces van de waarde van Le Grand Départ: 1) 11 focusgroepen (voor en na het evenement), waarin 38 stakeholders van 13 side-events waren vertegenwoordigd. 2) Persoonlijke interviews met 21 stakeholders van de side-events en het projectteam Le Tour Utrecht. De bevindingen uit deze focusgroepen en interviews leidden tot een inzicht in de legacy mechanismen en leverage strategie. 3) 653 enquêtes zijn afgenomen bij de side-events om inzicht te krijgen in de ervaringen van de deelnemers en de bezoekers.

Rond 250 side-events werden georganiseerd in de periode van een jaar voor het evenement tot en met Le Grand Départ. Het side-event programma had 138.000 deelnemers, 570.000 bezoekers en 7.500 vrijwilligers voor het uitvoeren van alle activiteiten.

De bottom-up benadering van de projectorganisatie voor het uitvoeren van het side-event-programma resulteerde in meer side-events dan dat de projectorganisatie ooit zelf zou kunnen uitvoeren. Tientallen lokale culturele, sport en welzijnsorganisaties werkten nauw samen bij de organisatie van de side-events. Naast de enorme omvang van het side-event programma, heeft de samenwerking tussen de vele lokale organisaties geleid tot nieuwe contacten tussen de organisaties en nieuwe concrete samenwerkingen welke langer duren dan de periode van het evenement. Het gevoel van eigenaarschap over de side-events was zo hoog dat verschillende lokale organisaties besloten om ook het afgelopen jaar de side-events weer uit te voeren.

Deze studie toont ons dat het hebben van een strategische (bottom-up) aanpak voor het creëren van legacy, en het betrekken van lokale organisaties en inwoners, een effectieve aanpak is voor het creëren van legacy bij sportevenementen.

Onderliggende abstracts

Het geluk van GiroGelderland: de rol van draagvlakonderzoek bij een haalbaarheidsstudie

Willem de Boer & Jelle Schoemaker

De Hogeschool van Arnhem en Nijmegen is nadrukkelijk betrokken geweest bij de totstandkoming van de Girostart in Gelderland. Zo deden de onderzoekers een haalbaarheidsstudie voor de provincie Gelderland. Een haalbaarheidsonderzoek geeft antwoord op de vraag of het voor een organisatie mogelijk of aantrekkelijk is om een bepaald project uit te voeren of daarin te investeren. Het onderzoek geeft een zo onafhankelijk mogelijk beeld van onder meer financiële, economische en sportieve aspecten van het evenement. In dit onderzoek was er specifiek aandacht voor de sociale aspecten. Daarvoor is er onder de lokale bevolking een draagvlakonderzoek gehouden. Dit gebeurde onder meer aan de hand van de zogenaamde 'willingness to pay' methode (zie o.a. Castellanos et al, 2010). Van de bevolking ($n = 400$) was 41% bereid om voor de komst van een grote wielerronde naar Gelderland te betalen. De gemiddelde bijdrage onder deze personen bedroeg € 10,02.

In de presentatie zal aandacht worden geschonken aan de uitkomsten van het onderzoek en tevens aan de rol van dit onderzoek bij de realisatie van GiroGelderland en voor toekomstige evenementen. Ook zal stil worden gestaan bij de waarde, de voordelen en nadelen van dit type onderzoek rondom sportevenementen. Indien mogelijk zullen ook resultaten van een zelfde onderzoek na afloop van GiroGelderland worden gepresenteerd (veldwerk wordt nog verricht).

Bron: Castellanos, P., García, J., & Sánchez, J. M. (2010). The willingness to pay to keep a football club in a city: how important are the methodological issues?. *Journal of Sports Economics*, 1527002510385301.

Onderliggende abstracts

Sociale impact van lokale sportevenementen: een multiple case studie

Hans Slender MSc

Sportevenementen bieden niet alleen kansen voor stedelijke of economische ontwikkeling, maar ook voor het ontwikkelen van de lokale gemeenschap (Misener & Mason, 2006). Volgens Taks (2013) zijn het vooral de kleinere non-mega sportevenementen (NMSEs) die relevant zijn voor het creëren van een sociaal-maatschappelijke impact. Wekelijks vinden vele NMSEs plaats, terwijl er veel minder kennis over beschikbaar is dan over mega evenementen als de Olympische Spelen en het WK voetbal. In dit onderzoek wordt verkend hoe lokale evenementen als een sociale hefboom (social leverage; Chalip, 2006) kan worden benut om een bijdrage te leveren aan de lokale gemeenschap.

Methode: Er is een multiple case studie uitgevoerd in het noorden van Nederland, waarbij vijf NMSEs (drie loopevenementen, een wandelevenement en een fietsevenement) zijn onderzocht. Per casus zijn er meerdere dataverzamelingstechnieken gebruikt om tot een completer beeld te komen. Er is een sociale impact assessment afgenomen onder deelnemers (n=1.289) en bezoeker/inwoners (n=463). Thema's die aan bod kwamen waren sociaal kapitaal, cohesie, participatie, trots, identiteit en leefbaarheid. Interviews met organisatoren en lokale stakeholders hebben plaatsgevonden om inzicht te krijgen in de strategieën die gebruikt zijn om de sociaal-maatschappelijke impact te verhogen.

Resultaten: De waardering worden door deelnemers, bezoeker en lokale bewoners hoog gewaardeerd. Wel zijn er verschillen tussen de verschillende evenementen. De evenementen leveren met name een bijdrage aan sociaal kapitaal, cohesie en identiteit. Ook is er sprake van een hoge mate van trots op het evenement en de deelnemers.

Discussie: Met name evenementen met een in grote mate feestelijk karakter (liminality) en lokaal draagvlak hebben een grote impact. In de presentatie zullen enkele strategieën die organisatoren kunnen gebruiken om de impact te verhogen bediscussieerd.

Make it count: Inzicht in de sociale impact van evenementen kan er voor zorgen dat evenementen professionals nog meer maatschappelijke waarde uit hun evenement weten te halen.

Literatuur:

Chalip, L. (2006). Towards social leverage of sport events. *Journal of Sport & Tourism*, 11(2), 109-127.
Misener, L., & Mason, D. S. (2006). Creating community networks: Can sporting events offer meaningful sources of social capital?. *Managing Leisure*, 11(1), 39-56.
Taks, M. (2013). Social sustainability of non-mega sport events in a global world. *EJSS. European Journal for Sport and Society*, 10(2), 121.

Diversen Serie III

Evaluatie bij zorg- en sportprofessionals van sportaanbod in de eerstelijnszorg in Nieuwegein

Dorine Collard

Bewegen op Recept (BOR) is een aanpak om inactieve volwassenen te stimuleren tot een actieve gezonde leefstijl. Huisartsen, praktijkondersteuners of fysiotherapeuten overhandigen de doelgroep een beweegrecept waarmee zij bij reguliere sportaanbieders in de wijk terecht kunnen. Het doel van het onderzoek is om zicht te krijgen in het proces, de succesfactoren, de belemmeringen en ervaren opbrengsten van BOR. .

Methodie: Er zijn semigestructureerde (telefonische) gesprekken gehouden met zorgprofessionals (huisartsen, fysiotherapeuten en praktijkondersteuners) en sportprofessionals die de afgelopen jaren betrokken zijn geweest bij de aanpak in de gemeente Nieuwegein. Een interviewleidraad is ontwikkeld en de interviews zijn uitgewerkt en teruggekoppeld aan de geïnterviewde. Nadat alle interviews verzameld waren zijn de belangrijkste resultaten gedestilleerd en beschreven in een rapportage.

Resultaten: Met behulp van BOR wordt een specifieke doelgroep bereikt die door andere sportstimuleringsprogramma's niet bereikt wordt. Sport- en zorgprofessionals zijn enthousiast over de aanpak. Belemmeringen worden genoemd zoals geen duidelijke inclusiecriteria, de aanpak is niet continu op het netvlies van de zorgprofessionals en de communicatie tussen zorg- en sportprofessionals is niet altijd voldoende. Het sportaanbod is soms niet passend aan de behoefte van de deelnemers en goede begeleiding is van groot belang. Deelnemers zijn niet altijd goed genoeg gemotiveerd voor sport. Aanbevelingen worden gedaan om de aanpak verder door te ontwikkelen.

Conclusie en discussie: De samenwerking tussen sport en zorg is nieuw waardoor het nodig is elkaar beter te leren kennen. Betrokkenen zijn enthousiast en ervaren een actieve leefstijl. De benoemde verbeterpunten zullen in de doorontwikkeling van de aanpak extra aandacht moeten krijgen.

Make it count: Dit onderzoek geeft inzicht in de ervaringen en leerpunten van een preventieve intersectorale aanpak (zorg en sport) om inactieve mensen te stimuleren meer te sporten en een actieve gezonde leefstijl aan te nemen.

.

Structurele aandacht voor goed bewegingsonderwijs zorgt voor meer motorisch vaardige kinderen

Eralt Boers

Het programma Sport op Basisscholen van Sport Fryslân en de Friesland Zorgverzekeraar moet er voor zorgen dat meer kinderen goed en voldoende bewegen door extra uren bewegingsonderwijs en de inzet van professioneel geschoolde vakleerkrachten bewegingsonderwijs. Om zicht te krijgen op de effecten van Sport op Basisscholen is gedurende vier jaar (2012-2015) onderzoek gedaan. De centrale onderzoeksvraag luidde als volgt: *Wat zijn de effecten van de inzet van vakleerkrachten bewegingsonderwijs op het beweeggedrag, de houding ten opzichte van bewegen en motorische vaardigheden van basisschoolkinderen?*

Methode: Om antwoord te geven op de onderzoeksvraag is een selectie van onderzoeksmethoden toegepast. De testbatterij bestond uit de volgende onderdelen:

1. Vragenlijst kinderen over sport- en beweeggedrag
2. Contextvragenlijst scholen over faciliteiten en beleid
3. SOFIT Observatiemethode om fysieke activiteit te meten
4. mABC-2 om de motorische vaardigheid van kinderen te meten

Resultaten: De resultaten van het onderzoek laten zien dat alle kinderen gedurende de onderzoeksperiode motorisch vaardiger worden als gekeken wordt naar balvaardigheid, behalve kinderen die op een school zitten waar niet structureel aandacht is voor bewegen. De grootste stijging is te constateren bij kinderen die op een school zitten met een vakleerkracht. Tot slot lijken alle kinderen gedurende de onderzoeksperiode motorisch vaardiger te zijn geworden als gekeken wordt naar balansvaardigheid, behalve kinderen die op een school zitten waar niet structureel aandacht is voor bewegen.

Discussie en conclusie: Op basis van voorgaande bespreking zijn enkele samenvattende conclusies getrokken: 1. Structurele aandacht voor goed bewegingsonderwijs zorgt voor meer motorisch vaardige kinderen 2. Vakleerkrachten zorgen voor meer effectieve beweegtijd 3. Vakleerkrachten hebben positieve invloed op lidmaatschap sportverenigingen 4. Kinderen die lid zijn van een sportvereniging zijn vaker 'motorisch in orde' 5. Vakleerkrachten hebben positieve invloed op de beweegbehoefte van kinderen 6. Vakleerkrachten hebben vooral invloed op 'georganiseerd' sporten en bewegen

Make it count: Met het onderzoek wordt een belangrijke bijdrage geleverd aan de kennis over bewegingsonderwijs en de wijze waarop sport en bewegen kan bijdragen aan de motorische ontwikkeling en het beweeggedrag van kinderen.

Sporten in de tijd van de beleving: een cultuurfilosofisch perspectief

Guus Heijnen

In de druk van de beleving (1998) geeft Gerard Visser een diepgaande uitleg van het begrip beleving doormiddel van o.a. Nietzsche, Dilthey en Heidegger. Zijn stelling is dat onze samenleving een belevenismaatschappij geworden is, maar wijst ons vooral op de dubbelzinnigheid van het begrip. De opkomst van de beleving (als substantief) verloopt min of meer synchroon met de opkomst van de moderne sport. In mijn onderzoek rijst de vraag wat we te weten kunnen komen over de verhouding tussen die twee. Met andere woorden; wat is de betekenis van sport in een belevenismaatschappij? Deze zoektocht geeft een culturele inbedding van de (ontwikkelingen in de) sportpraktijk.

Methode : Door literatuuronderzoek schets ik de grote lijnen die ons vanuit de filosofie worden aangereikt met betrekking tot het begrip beleving. Dit is in eerste instantie Gerard Visser, momenteel werk ik aan een tweede positie die zich vanuit het werk van Hans Georg Gadamer laat verwoorden. In de sport zien we ook verschillende stadia van ontwikkeling zoals de opkomst van de sportvereniging in de jaren '70. Om te 'toetsen' of de theorieën en mijn gedachten aansluiten bij de sportpraktijk werk ik op freelancebasis voor verschillende organisaties zoals oa.; Kenniscentrum sport, NOC*NSF, De Crujff University en Fontys hogescholen.

Resultaten : Op basis van de literatuur en de praktijk mogen we voorzichtig concluderen dat de dood van god, zoals door Nietzsche omschreven in *Die fröhliche Wissenschaft* (1882), verregaande gevolgen heeft op de manier waarop er in Nederland naar de wereld en naar onszelf wordt gekeken. In de praktijk vind ik bevestiging dat we leven in een tijd die volop kansen geeft voor geweldige levensprojecten, maar dat daarbij in diepste zin de achtergrond bij ontbreekt. Waartoe dient dit alles? Wat is de zin van dit alles? Als reactie op deze vorm van vrijheid ontstaat er een eigenzinnige druk op het leven. Hand in hand gaan daarom YOLO (you only live once) en FOMO (fear of missing out).

Discussie: De sport staat anno 2016 midden in de maatschappij. Welke positie heeft de sportorganisatie en wat kunnen, zou ze moeten hebben in een cultuur die door middel van belevenissen driftig op zoek is naar zichzelf? Met andere woorden: wat vermag de sport(organisatie)? Om dit te weten te komen moeten sporters, bestuurders, trainers en beleidsmakers met elkaar in gesprek blijven wat zich daar nu eigenlijk allemaal voltrekt in de sportpraktijk. Wat beweegt ons als sporter (of toeschouwer)? Een filosofisch perspectief kan dat gesprek verrijken, duiden, verhelderen. Duidelijk is in elk geval dat we heel grondig te werk moeten gaan omdat ideologische bouwwerken uit het verleden wankelen of al zijn ingestort. Onze toekomst staat op het spel!

Make it count: Ik heb kennis mogen delen en ophalen bij verschillende instanties zoals NOC*NSF en Coöperatie NKS maar ook bij verschillende Universiteiten, HBO's en kennisinstituten (Mulier, kenniscentrum sport). Overal waar ik mijn verhaal doe, merk ik dat mijn perspectief een eigen positie heeft en van waarde is. Die waarde schuilt in het abstract en expliciet maken van gedachten zonder de voeling met de praktijk te verliezen (voorbeeld: de begripsmatige onderscheidingen tussen de bestaansreden en bestaanswijze van de sport die ik bij NOC*NSF heb geïntroduceerd). In een seculiere tijd móét er ruimte blijven voor fundamentele verankering van menselijke praktijken. Zonder een overkoepelende kosmologie gaan deze anders zweven in een vacuüm en zullen uiteindelijk zinloos worden of ten prooi vallen aan machten van buitenaf. We moeten blijven articuleren waar de sport om draait!

Literatuur: Visser, G. (1998). *De druk van beleving*. Nijmegen: Uitgeverij Sun

Sportbeleid

Serie III



Zicht op werkwijze en ervaren resultaten lokale inzet buurtsportcoaches

Zoë van Ginneken, Caroline van Lindert, Ine Pulles

Sinds 2008 kunnen gemeenten met cofinanciering van het rijk hun lokale sport- en beweegbeleid een impuls geven door het aanstellen van combinatiefunctionarissen en buurtsportcoaches. In 2016 heeft het Mulier Instituut onderzoek uitgevoerd onder deze functionarissen en de organisaties die bij hun inzet zijn betrokken. Doel was meer inzicht te krijgen in ervaren opbrengsten. De meting is een vervolg op onderzoek dat Mulier Instituut en Kennispraktijk eerder uitvoerden (Pulles et al., 2014). De huidige meting is opgenomen in een bredere evaluatie van de buurtsportcoachregeling.

Methode: Er is een online lokale enquête uitgezet onder alle buurtsportcoaches, combinatiefunctionarissen en coördinatoren van de regeling en de organisaties die bij hun inzet zijn betrokken bij ruim 30 gemeenten. Hierbij is ingezoomd op de profielen van buurtsportcoaches, hun werkzaamheden, ervaren opbrengsten en succes- en faalfactoren.

Resultaten: Op dit moment zijn de resultaten van de meting 2016 nog niet beschikbaar. Tijdens de presentatie zal in worden gegaan op de werkzaamheden van de buurtsportcoach en soorten inzet naar doel, doelgroep, sector en soort werkzaamheden.

Discussie: Tijdens de presentatie zullen we ingaan op de vraag of het mogelijk is om buurtsportcoaches in te delen naar typen inzet of specifieke profielen en wat dit betekent voor vervolgonderzoek.

Make it count: Het onderzoek draagt bij aan een beter inzicht in de lokale implementatie van de buurtsportcoachregeling, gehanteerde aanpakken en verschillen tussen gemeenten. We kunnen hierop voortbouwen bij vervolgonderzoek naar de opbrengsten van diverse soorten inzet.

Literatuur: Pulles, I., Leijenhorst, M., Reijgersberg, N., Hilhorst, J., en Lindert, C. van (2014). Verdiepingsonderzoek buurtsportcoaches 2014 : verbreding en structurele samenwerking : verdiepingsonderzoek naar processen en ervaren opbrengsten van de inzet van buurtsportcoaches op lokaal niveau. Utrecht: Mulier Instituut.

De impact van de buurtsportcoach in het verbinden van zorg, sport en bewegen

Karlijn Leenaars, Eva Smit, Annemarie Wagemakers,
Gerard Molleman, Maria Koelen

In Nederland zijn sinds 2012 buurtsportcoaches (BSC) actief. Een deel van de BSC's heeft de taak om de verbinding tussen zorg, sport en bewegen vorm te geven. Bekend is dat deze verbinding niet zomaar tot stand komt, mede door verschillen in cultuur en werkwijze. Dit onderzoek heeft als doel om de impact van de BSC in het verbinden van beide sectoren in kaart te brengen.

Methode: 14 BSC's verspreid over 9 gemeenten in Nederland zijn van 2014 t/m 2016 gevolgd in hun werkzaamheden. Hiervoor zijn drie interview rondes uitgevoerd, elk met een tijdsperiode van 1 jaar. Hierin is stil gestaan bij de rol van de BSC in het verbinden van de sectoren en het netwerk van de BSC.

Resultaten: Alle BSC's hebben een verbinding tussen zorg, sport en bewegen gerealiseerd. Het aantal organisaties in deze samenwerking is door de jaren heen toegenomen. BSC's werkzaam vanuit sport betrekken professionals met name bij de organisatie van eigen activiteiten. Bijvoorbeeld een fittest om de doelgroep te bereiken. In gemeenten waar BSC's bij zowel zorg, sport als welzijn organisaties werkzaam zijn, is samenwerking met name gericht op de doorverwijzing van patiënten uit de eerstelijnszorg naar passend beweegaanbod.

Conclusie en aanbevelingen: De BSC is in staat om een verbinding tussen, zorg, sport en bewegen te realiseren. BSC's werkzaam vanuit een integrale benadering werken op een andere manier samen met de professionals in de wijk dan BSC's enkel werkzaam vanuit sport. Dit zal mogelijk invloed hebben op de mate waarin inactieve inwoners bereikt worden.

Make it count: De BSC is een nieuwe functie en onduidelijk is hoe zij het beste ingezet kunnen worden. Resultaten van dit onderzoek dragen bij aan het verder optimaliseren van de BSC functie. Vooral omdat de wijze waarop de regeling wordt vormgegeven van invloed is op de impact van de BSC.

Inloed van wervingsstrategieën op de bereikte doelgroep van de buurtsportcoach

Eva Smit, Karlijn Leenaars, Annemarie Wagemakers,
Gerard Molleman, Koos van der Velden

In 2012 heeft het Ministerie van VWS buurtsportcoaches geïntroduceerd. Sommige buurtsportcoaches hebben de taak om de zorg- en sportsector met elkaar te verbinden zodat mensen met (verhoogde kans op) chronische ziekten gestimuleerd worden om (meer) te gaan bewegen. Buurtsportcoaches werven de doelgroep met 1) PR (media, via buurtbewoners, krant), 2) een persoonlijke uitnodiging en 3) doorverwijzing van zorg- en welzijnsprofessionals. Het doel van dit onderzoek is om te achterhalen welke doelgroepen worden bereikt met deze wervingsmethodes en of deze doelgroepen van elkaar verschillen.

Methode: Van september 2014 t/m maart 2016 zijn 301 deelnemers geïnccludeerd door middel van convenience sampling bij beweegactiviteiten van 17 buurtsportcoaches uit 12 gemeenten. Data is verzameld met fittesten en vragenlijsten. Deelnemers zijn ingedeeld per wervingsmethode en analyses (One-Way ANOVA en post hoc procedure) zijn uitgevoerd naar kenmerken van deze groepen.

Resultaten: Mensen die doorverwezen worden door zorg- of welzijnsprofessionals scoren significant minder goed op de variabelen bewegen, motivatie, ervaren gezondheid, BMI, lenigheid, uithoudingsvermogen en morbiditeit. Er is geen verschil in doelgroep die bereikt wordt door middel van PR en een persoonlijke uitnodiging.

Discussie en conclusie: Doorverwijzingen vanuit zorg- en welzijnsprofessionals bereiken meer mensen met (een verhoogde kans op) chronische ziekten. Om tot doorverwijzingen te komen is een nauwe samenwerking van belang, hetgeen waar de buurtsportcoach een belangrijke rol in kan spelen.

Make it count: De buurtsportcoach is een nieuwe functie en dit onderzoek geeft inzicht in het resultaat van verschillende wervingsmethodes. Het bevestigt de noodzaak van samenwerken met zorg- en welzijnsprofessionals om mensen met een (verhoogde kans op) chronische ziekten te bereiken. Deze resultaten kunnen ook ingezet worden om zorg- en welzijnsprofessionals te tonen dat samenwerking van belang is omdat zij de doelgroep bereiken voor wie het nodig is om (meer) te gaan bewegen.

The background of the page is a photograph of rows of blue stadium seats, viewed from a low angle looking down the aisle. An orange rectangular overlay covers the left half of the page.

Sport evenementen Serie III

De magische multiplier: waarom het belang van bestedingen bij sportevenementen wordt overschat

Michiel de Nooij

Beleidsmakers en politici halen graag sportevenementen naar hun gemeente, regio of land omdat dit goed is voor de publiciteit en een mooie economische spin-off heeft. Vooral dit laatste wordt veel gemeten. Alleen al onder de vlag van de Werkgroep Evaluatie Sportevenementen (WESP) zijn ruim 50 economische impact analyses (IEA's) gemaakt. Bij een EIA is een aantal dingen cruciaal (zoals een schatting van het aantal bezoekers en hoe om te gaan met uitgaven van lokale bezoekers). Dit onderzoek gaat over het onderdeel dat het meeste uitmaakt voor de uitkomst en waar het het minste over gaat: de multiplier. De multiplier is de bewerking om van extra bestedingen die de EIA meet te komen tot de bijdrage aan de welvaart. Vaak wordt deze stap aan de lezers overgelaten en wordt impliciet een multiplier van 1 gebruikt. Soms wordt ook een hogere multiplier gekozen.

Methode: Het paper is een driedelige kritische literatuurbeschouwing: (i) een bespreking van de Nederlandse praktijk (welke multipliers worden gebruikt en waarom) (ii) een internationale vergelijking van multipliers bij sport (iii) economische theorie en multipliers bij andere onderwerpen dan de sport (hierbij zijn vooral de literatuur over exportstimulering en de macro economische handelstheorie belangrijk).

Resultaten: De belangrijkste conclusie is dat de multiplier veel te hoog wordt geschat. De meest gangbare schatting/aanname in Nederland (multiplier is 1) is een factor 20 tot 50 te hoog. Hierdoor worden de baten van extra bestedingen bij sportevenementen schromelijk overschat.

Discussie en conclusie: Doordat Nederlandsche EIA's een te hoge multiplier gebruiken is er bij de evaluatie van sportevenementen te veel aandacht voor de bestedingen en is er te weinig aandacht voor waar het echt om gaat: de waarde van de belevenis, de emotie, de ervaring. De aanbeveling is dan ook om te stoppen met EIA's en de aandacht te richten op het waarderen van de belangrijkste effecten van sportevenementen.

Literatuur: Michiel de Nooij (2016) De magische multiplier bij de economische evaluatie van sportevenementen. 5 juli. SportknowhowXL <http://www.sportknowhowxl.nl/nieuws-en-achtergronden/column-xl/item/104197/de-magische-multiplier-bij-de-economische-evaluatie-van-sportevenementen>

Maatschappelijke impact Special Olympics Nationale Spelen 2016

Vera Scholten, Nienke Lammertink, Caroline van Lindert

In 2016 namen Nijmegen, Wijchen en Groesbeek tezamen de organisatie van de Special Olympics Nationale Spelen 2016 op zich: een groot sportevenement voor mensen met een verstandelijke beperking met 3.232 aanmeldingen. Sportverenigingen dragen bij aan de organisatie van het evenement. Het Mulier Instituut heeft de maatschappelijke impact van het sportevenement op het sportaanbod onderzocht (Van Lindert et al., 2016). De vraag was in hoeverre de Nationale Spelen een rol (kunnen) spelen bij de ontwikkeling van (nieuw) sportaanbod voor mensen met een verstandelijke beperking.

Methode: Voorafgaand aan het evenement zijn in totaal twaalf sportverenigingen en vier beleidsmedewerkers van de deelnemende gemeenten geïnterviewd. Van de twaalf sportverenigingen organiseerden acht een tak van sport tijdens de spelen en vier niet.

Resultaten/discussie: Zowel sportverenigingen als beleidsmedewerkers verwachten dat het evenement zal bijdragen aan het creëren van nieuw G-aanbod* en het uitbreiden en versterken van bestaand G-aanbod. Zo denken sportverenigingen dat het evenement sportverenigingen zonder G-aanbod inspireert en sportverenigingen van elkaar kunnen leren op het evenement waar iedereen samenkomt. Ook denken ze dat media-aandacht kan leiden tot meer (toekomstige) sporters met een verstandelijke handicap. De deelnemende gemeenten willen door middel van het concept Uniek Sporten de sportverenigingen ondersteunen bij het aanbieden van G-aanbod. Beleidsmedewerkers zien het evenement als een vliegwiel om sportdeelname onder de doelgroep te vergroten.

Make it count: Met dit onderzoek is een bijdrage geleverd aan het vergroten van het inzicht van de mogelijke rol die sportevenementen voor mensen met een beperking kunnen spelen bij de ontwikkeling van sportaanbod voor deze doelgroep.

Literatuur: Van Lindert, C., Lammertink, N., De Wijze, E., Scholten, V., Schep, P., Van de Ven, A. (2016). Maatschappelijke impact Special Olympics Nationale Spelen 2016. Utrecht: Mulier Instituut.

*G-aanbod: met G-aanbod wordt bedoeld dat een sportvereniging in ieder geval sportaanbod voor mensen met een verstandelijke beperking heeft.

De beleving van deelnemers aan SONS Nationale Spelen 2016

Drs. M.N. Breedijk, Tamira van Heerwaarden, Mw. Dr. M. Baart de la Faille-Deutekom

In het kader van een NWO-promotiebeursaanvraag naar het effect van deelname aan sport(eventen) op de participatie van mensen met een verstandelijke beperking is tijdens Special Olympics Nationale Spelen Nationale Spelen (SONS) een eerste onderzoek gedaan. De SOSN is het grootste landelijke sportevenement voor mensen met een verstandelijke beperking. Het doel van dit onderzoek was in kaart brengen wat de beweegredenen zijn van de atleten om mee te doen aan SONS.

Methode: In een gesprek zijn de atleten een drietal vragen gesteld over sport en SONS. Bij één van de vragen is de atleten gevraagd om uit een aantal foto's met gevoelens de foto te kiezen die het meest bij hen paste. Vervolgens is gevraagd waarom zij die foto kozen (Akkerman et al., 2014). De subvragen zijn controlevragen (Moonen, 2007). Kun je vertellen waarom je meedoet aan SONS? Waarom doe je aan sport? Als je aan sport doet, hoe voel je je dan? Alle vragen worden door twee onderzoekers onafhankelijk gecodeerd en op basis daarvan worden de gegevens geanalyseerd.

Resultaten: Een eerste voorlopige indicatie is dat de deelnemers zowel sociale als gezondheidsaspecten onderscheiden als motief om deel te nemen aan dit evenement. Meer resultaten worden eind september verwacht.

Discussie en conclusie: De antwoorden van de deelnemers zelf zijn niet geverifieerd bij hun begeleiders. Daarnaast hadden de onderzoekers af en toe het gevoel dat het antwoord een herhaling was van datgene wat de atleten was verteld in het traject. Tijdens het onderzoek werd duidelijk dat het gebruik van foto's een goed hulpmiddel is om bij deze doelgroep onderzoek te doen.

Make it count: Dit onderzoek geeft informatie over het gebruik van foto's in het kader van onderzoek met mensen met een verstandelijke beperking. Daarnaast geeft het een eerste inzicht in wat de beweegredenen zijn van de deelnemers aan SONS.

Literatuur: Akkerman, A., Janssen, C. C., Kef, S., & Meininger, H. P. (2014). Perspectives of Employees with Intellectual Disabilities on Themes Relevant to Their Job Satisfaction. An Explorative Study using Photovoice. *Journal Of Applied Research In Intellectual Disabilities*, 27(6), 542-554.

Moonen, B (2007). Kwaliteit van leven. Het ontwerpen van een vragenlijst voor mensen met een verstandelijke beperking. Enschede: Universiteit Twente.

Sport
stimulerend
Serie III



Actieve gezonde leefstijl / beweegvriendelijk omgeving

Het effect van een school-gecentreerde multi-component interventie op de dagelijkse beweging en sedentair gedrag van basisschoolleerlingen

Dave van Kann

Het doel van deze studie is om de effectiviteit van een school-gecentreerde beweeginterventie 'Active Living' op het beweeg en sedentair gedrag van 8-11 jarigen te onderzoeken.

Methodie: Deze studie maakte gebruik van een quasi-experimenteel onderzoeksdesign waarin 9 interventiescholen in Zuid-Limburg aan 9 gelijkwaardige controle scholen werden gekoppeld. De nulmeting vond plaats tussen maart en juni 2013 en de nameting werd 12 maanden later uitgevoerd. Hierin werden beweegmeter data (ActiGraph GT3X+) van 520 8-11 jarige kinderen verzameld en aangevuld met demografische en meteorologisch data. De omvang van de implementatie van interventies werd gemeten aan de hand van logboeken van het aantal geïmplementeerde fysieke omgevingsinterventies (FOIs) en sociale omgevingsinterventies (SOIs). Veranderingen in sedentair gedrag (SB), lichte fysieke activiteit (LPA) en matig-tot-intensieve fysieke activiteit (MVPA) na 12 maanden zijn bepaald door gebruik te maken van multi-level multivariate, lineaire regressieanalyses. Effectgroottes (ESs) werden beschreven door Cohen's d.

Resultaten: Na 12 maanden werden geen verschillen in SB en PA gevonden tussen kinderen die blootgesteld en niet-blootgestelde zijn aan Active Living. Echter, kinderen die op 'Active Living' scholen zaten waar relatief veel FOIs én veel SOIs werden geïmplementeerd waren na 12 maanden gemiddeld 15 minuten per schooldag meer licht actief dan kinderen in de controle conditie ($ES=0.41$; $p<.05$). Daarnaast vertoonden deze kinderen minder sedentair gedrag op de nameting ($ES=0.33$), hoewel dit effect niet significant was. Er werden geen effecten gevonden op MVPA.

Discussie en conclusie: Een school-gecentreerde multi-component beweeginterventie heeft het potentieel om kinderen te activeren. Een samenhangend pakket aan interventie elementen met voldoende omvang is een voorwaarde voor deze beweegactivatie om tenminste medium ESs te bereiken.

Make it count: Kinderen (8-11 jaar) kunnen actiever worden wanneer er voldoende, gecombineerde fysieke en sociale omgevingsinterventies worden aangebracht in de schoolomgeving. Niet gecombineerde interventies zijn minder succesvol, terwijl te weinig interventies niet succesvol zijn om het beweeggedrag van deze kinderen te bevorderen.

Georganiseerde sportactiviteiten voor peuters en kleuters: een verkennend onderzoek

Dirk-Wouter Smits, Carlijn Kamphuis, Frank Backx

In de moderne maatschappij zijn kinderen steeds minder fysiek actief en hebben ze steeds meer overgewicht. Om het tij te keren lijkt het organiseren van sportactiviteiten in opkomst, zelfs voor peuters en kleuters. Er is momenteel echter weinig inzicht in de sportactiviteiten die worden aangeboden voor peuters en kleuters.

Doelen: Het primaire doel was om type en mate van sportactiviteiten te beschrijven die georganiseerd worden voor peuters en kleuters, in stedelijk en voorstedelijk gebied in de regio Utrecht. Secundair doel was om te verkennen waarom sportaanbieders activiteiten voor peuters en kleuters organiseren én waarom ouders ervoor kiezen om hun jonge kind deel te laten nemen.

Methoden: Een online inventarisatie werd uitgevoerd bij sportaanbieders in de stad Utrecht en haar omringende gemeenten. Locaties, activiteiten en leeftijden van de jonge deelnemers werden vastgesteld waardoor een beeld kon worden verkregen van het georganiseerde sportaanbod. Vervolgens werden semi-gestructureerde interviews afgenomen bij sportaanbieders en bij ouders.

Resultaten: In totaal hebben 117 sportaanbieders (48% stedelijk, 52% voorstedelijk) de inventarisatie ingevuld. Van hen bleek 62% sportactiviteiten te organiseren voor peuters en/of kleuters. Deze activiteiten werden meer gerapporteerd in voorstedelijk (72%) dan in stedelijk gebied (52%). Het meest aangeboden werd: gym/dans (25%, gemiddelde startleeftijd 2.9 jaar); voetbal (25%, gemiddelde startleeftijd 4.5 jaar); en martial arts (15%, gemiddelde startleeftijd 4.0 jaar). Gemiddeld werden de sportactiviteiten 38 weken per jaar georganiseerd, één keer per week en 54 minuten per keer. Interviews met aanbieders en ouders worden momenteel verwerkt en zijn gereed tijdens het congres.

Conclusie: Dit verkennende onderzoek laat zien dat er, in een specifieke regio in Nederland, diverse sportactiviteiten voor peuters en kleuters worden georganiseerd. Dit lijkt een opkomend fenomeen, ook op grotere schaal. Toekomstig onderzoek dient inzicht te geven in de effecten die sportactiviteiten op jonge leeftijd kunnen hebben op de langere termijn.

Motoriek Telt: Validiteit van de 4-Vaardighedenscan

Tim van Kernebeek

In Nederland is de 4-Vaardighedenscan een veel gebruikt screeningsinstrument om de grof-motorische vaardigheden tijdens gymlessen in kaart te brengen. Echter, weinig is bekend over de betrouwbaarheid en validiteit van dit instrument. Doel van deze pilot-studie is het ontwikkelen en uittesten van een geschikte validatiemethode en verkrijgen van een indruk van de validiteit.

Methode: 66 leerlingen (8-10jr.) van drie Amsterdamse basisscholen namen deel aan deze studie. Leerlingen deden in de gymzaal de 4-Vaardighedenscan en doorliepen een hindernisbaan. Deze hindernisbaan werd ingezet om een breed repertoire aan bewegingsgedrag bij de kinderen uit te lokken. Videobeelden hiervan werden voorgelegd bij een expertpanel voor een beoordeling van de grof-motorische vaardigheid op een visueel analoge schaal (0-100). Het expertpanel bestond uit gymdocenten, kinderfysiotherapeuten en jeugdartsen. Uitslagen van de 4-Vaardighedenscan werden vergeleken met het oordeel van experts.

Resultaten: De ontwikkelde methode werd over het algemeen goed ontvangen door de experts. Verbeterpunten over de gebruikte hindernisbaan werden aangedragen. Daarnaast werd gesuggereerd de instructie aan leerlingen te laten zien aan de experts. De correlatie tussen de uitkomst van de 4-Vaardighedenscan en het oordeel van de experts was sterk positief. (Pearson $r=0.67$, $p<0.01$).

Discussie / Conclusie: Het gebruik van een expert-panel blijkt een geschikte methode voor het valideren van de 4-Vaardighedenscan. Verbetering in de hindernisbaan zijn nochtans wenselijk. De correlatie die is gevonden tussen de 4-Vaardighedenscan en de oordelen van expert wijst op een goede validiteit.

Make it count: Door het in kaart brengen van de validiteit wordt de waarde van de 4-Vaardighedenscan duidelijk. Dit is van belang voor gymdocenten die dit instrument veel gebruikt om motorische ontwikkeling te monitoren en vroeg-signalering van achterblijvende motorische ontwikkeling te doen, maar ook voor andere professionals in het werkveld waarmee gecommuniceerd wordt, zoals jeugdartsen en kinderfysiotherapeuten.

Show & Tell



Bewegen in de Openbare Ruimte

Sportplein Groningen

Een aantrekkelijk park nodigt uit tot wandelen of hardlopen. Een mooie fietsroute door de natuur nodigt uit tot fietsen. De fysieke en sociale omgeving zijn, veelal onbewust, van invloed op het beweeggedrag van mensen. Een beweegvriendelijke openbare ruimte heeft een preventieve werking op de gezondheid van mensen in uw gemeente en levert daarmee een belangrijke bijdrage aan gezond ouder worden.

Ook de socialiserende werking van beweegvriendelijke ruimten heeft effect op de leefbaarheid van een wijk, buurt of dorp in uw gemeente. Door mensen te laten bewegen en elkaar te ontmoeten kunnen zorgkosten dalen en sociaal-maatschappelijke problematiek worden teruggedrongen. Daarnaast is een dynamisch en beweegvriendelijk natuurgebied een aantrekkelijke toeristische bestemming met positieve effecten op de economie van de regio.

Op weg naar een beweegvriendelijke omgeving

Het ontwikkelen van een beweegvriendelijke omgeving is een reis op zich. De invulling ervan is overal anders en is sterk afhankelijk van de lokale context.

Omdat er zoveel gebeurt rondom Bewegen in de Openbare Ruimte vinden wij het van groot belang dat de kennis optimaal wordt gedeeld. Daarom is eind 2014 een Innovatiewerkplaats Bewegen in de Openbare Ruimte (IWP BIOR) opgestart. Samen met partners, bestaande uit vertegenwoordigers van Instituut voor Sportstudies van de Hanzehogeschool Groningen, Gemeente Groningen, Provincie Drenthe, Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen, Huis voor de Sport Groningen, Sportplein Groningen, Sportkracht Noord, Quantified Self Intsitute, SportDrenthe, Actieplan Buitensport, Grontmij en Recreatieschap Drenthe, hebben we de ambities van onze IWP geformuleerd.

Onze **ambities** zijn:

- Gezondheidswinst door meer beweging (Healthy Ageing), zowel door fysieke inrichting als door middel van beleving (hardware en software)
- Kennisdeling rondom het thema BIOR optimaliseren
- Koppeling zoeken met de markt / bedrijfsleven (business development)
- Bewegingsinclusief denken bij de (planvorming rondom de) inrichting van de openbare ruimte

Sportieve Gezonde School

Scoren met bewegen, voor nu en voor later

Sportplein Groningen

Scholen willen hun leerlingen een stevige basis mee geven voor hun toekomst. Daarom zorgen zij ervoor dat iedere leerling zich op cognitief, sociaal- emotioneel, cultureel en lichamelijk vlak optimaal kan ontplooien. Uit wetenschappelijk onderzoek is bekend dat sport en bewegen niet alleen belangrijk is voor die lichamelijke ontwikkeling, maar ook voor de andere aspecten. Voor leerlingen is het daarom goed om (meer) sportief actief te worden en te blijven. Dat doen scholen wanneer ze deelnemen met het project de Sportieve Gezonde School.

Sportieve Gezonde School

Met het project Sportieve Gezonde School werken scholen aan een gezonde ontwikkeling en een duurzame en actieve leefstijl van hun leerlingen. Binnen het project krijgen kinderen 16 weken lang (extra) bewegingsonderwijs van een vakleerkracht. Daarnaast krijgen zij extra beweegmomenten aangeboden tijdens en na schooltijd. Het aanbod is veelzijdig en gevarieerd, zodat kinderen ontdekken wat hun talenten zijn en welke sport(en) ze leuk vinden. Scholen die meedoen met het project Sportieve Gezonde School erkennen het belang van bewegen voor de ontwikkeling van kinderen, hebben hier aandacht voor en stimuleren dit. Daarmee leggen zij de basis voor een gezonde jeugd. En dit doen zij niet alleen. Ook ouders, leerkrachten en sportverenigingen spelen een belangrijke rol.

Voor veel onderzoek is het van groot belang om juiste en betrouwbare meetapparatuur te gebruiken. ProCare is leverancier van internationale A-merken op het gebied van testen en meten en adviseert u hier graag over. Naast het leveren van de producten zelf heeft ProCare veel ervaring met installaties, service en support van gehele meetopstellingen en het (subsidie) traject hier naartoe.

Met trots willen wij u presenteren waar ProCare voor staat en naar streeft op het gebied van Sport Onderzoek. Vanuit onze vele samenwerkingen staat ProCare midden in de wereld van het sportonderzoek en wij willen u graag laten zien wat we voor u kunnen betekenen.

Nauwkeurige valide meetapparatuur

ProCare is kennisdrager en exclusief leverancier van een groot scala producten op het gebied van testen en meten van menselijk bewegen. U kunt hierbij denken aan innovatie, oplossingen en wetenschappelijke kennis op het gebied van:

- o Activiteiten monitoring
- o Inspanningsfysiologie
- o Biomechanica
- o Motion Capture
- o Spierkracht en Isokinesie
- o Metabolisme
- o Healthy Ageing
- o Balans

Samenwerking, ervaring en kennis

Onze jarenlange samenwerkingen met de hogescholen, universiteiten en (top)sportcentra in de gehele Benelux vormt een belangrijke basis voor het huidige kennisniveau van ons bedrijf. Een kleine greep uit onze labs en samenwerkingen zijn te vinden bij:

- Hanzehogeschool – Instituut voor Sportstudies
- Hanzehogeschool - Hanze Active Ageing Lab (HAAL)
- Fontys: Inspanningslab
- Saxion: Bewegingslab
- Hogeschool Arnhem Nijmegen
- Hogeschool van Amsterdam
- Haagse Hogeschool
- AFC Ajax
- NOC NSF
- KU Leuven
- AISS
- UZ Gent
- Hogeschool Zuyd
- Max Planck Instituut
- ASICS
- UMCG
- European Space Agency
- Sport Science Instituut

Wilt u meer weten over onze producten en wat wij voor u als partner kunnen betekenen? Kom bij ons langs en spreek ons aan!

Groningen en Drenthe: dé fietsregio van Nederland!

Cycling lab

En misschien wel van de wereld? Er wordt in Groningen en Drenthe flink aan de fietsweg getimmerd. Hierbij wordt de fiets niet alleen gezien als vervoersmiddel om van A naar B te komen. In het fietsen komen ook thema's als healthy ageing, vrije tijd, mobiliteit, veiligheid en duurzaamheid samen. Door het toenemende gebruik van de fiets neemt ook de behoefte aan kennis over fietsen toe. Hoe bewegen fietsers zich door een gebied, wat is de rol van de fiets en op welke manier kan de fiets bijdragen aan de economie? Vraagstukken die het beste beantwoord kunnen worden door kennis en expertise vanuit verschillende disciplines te bundelen en samen te werken. Een samenwerking waar door middel van het Cycling Lab een invulling aan is gegeven.

Cycling Lab is een dynamisch samenwerkingsverband tussen onderzoek, onderwijs, marktpartijen en eindgebruikers rondom fietsen. De kennis van al deze partijen wordt gebundeld om samen als Cycling Innovators een substantiële bijdrage te leveren aan de profilering van Groningen en Drenthe als onderscheidende fietsregio. Cycling Lab richt zich daarbij op creatieve en innovatie oplossingen voor fietsvraagstukken. De kracht van het samenwerkingsverband ligt in het ontwikkelen van concepten waar innovatie, creativiteit en realisatie bij elkaar komen.

Onze **drijfveer**? Groningen en Drenthe: dé Fietsregio van de Wereld! En om een structurele bijdrage te leveren aan een duurzame fietstoekomst wil Cycling Lab blijven verbinden en een nadrukkelijker 'fietsbrug' slaan tussen het bedrijfsleven, onderzoek, onderwijs en de inwoners van Groningen en Drenthe.

Cycling Lab heeft als doel om een optimaal leefklimaat voor fietsers te realiseren in Groningen en Drenthe. Het vormt een broedplaats voor nieuwe initiatieven en innovaties. De Cycling Innovators staan aan de startstreep, bruisen van energie en zetten hun kennis en expertise in om de ambitieuze doelstellingen waar te maken. Eén van de eerste projecten waar door Cycling Lab hard aan gewerkt is, is een innovatief concept voor de fietssnelweg Assen-Groningen.

