

Motorische vaardigheden bevorderen

door veelzijdig bewegen te stimuleren op de Krajicek Playgrounds

Factsheet 2023/1

Dorine Collard¹, Lamyae Razza², Steven Mauw³, Tessa ten Tije¹, Joske Nauta^{2,3}

Het project Play2Improve heeft als doel de kwaliteit van handelen gericht op het stimuleren van de motorische ontwikkeling van kinderen door Scholarshippers op Krajicek Playgrounds te vergroten. In deze factsheet beschrijven we de aanpak en resultaten van dit project. En we geven drie tips voor sportprofessionals in de wijk om veelzijdig bewegen te stimuleren.

Achtergrond

Het niveau van motorische vaardigheden van kinderen is in de afgelopen jaren gedaald (o.a. Slot-Heijs et al., 2020; Mombarg et al., 2021). Voldoende en met name veelzijdig bewegen bevordert de ontwikkeling van motorische vaardigheden van kinderen, waardoor zij beter in staat zijn om, met plezier, te bewegen. Kinderen die zich breed motorisch ontwikkelen blijven later actiever sporten en bewegen. Onder een brede motorische ontwikkeling verstaan we het leren van fundamentele vaardigheden, die de basis vormen voor complexere sport-specifieke vaardigheden. Bijvoorbeeld verplaatsen (rennen, springen), balvaardigheden (gooien, vangen, slaan) en balanceren (stoeien, glijden).

De Krajicek Foundation zet zich al jaren in om ervoor te zorgen dat alle kinderen dicht bij huis buiten kunnen spelen en bewegen. Daarvoor richt zij in achterstandwijken aantrekkelijke en beweegvriendelijke speelplekken in: de Krajicek Playgrounds. Daar bieden jongeren uit de wijk sport- en spelactiviteiten aan. Deze jongeren, zogenaamde Scholarshippers, krijgen een training over het creëren van een veilige speelomgeving in de buurt. De Krajicek Foundation wil graag bereiken dat de Scholarshippers een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van de motorische vaardigheden van kinderen. Bijvoorbeeld door ze handvatten te geven voor hoe ze kunnen zorgen dat alle kinderen, ongeacht motorische ontwikkeling, deel kunnen nemen aan activiteiten op de Krajicek Playgrounds.

Wat is Play2Improve?

Om dit te bereiken is binnen het project Play2Improve de bestaande training voor Scholarshippers uitgebreid met een module. Hierin is meer aandacht voor het stimuleren van veelzijdige sport- en spelactiviteiten en voor het ontwikkelen van motorische vaardigheden van kinderen.

Dit project is uitgevoerd door het Amsterdam UMC, het Mulier Instituut en de Hogeschool van Amsterdam, in samenwerking met de Krajicek Foundation. Het onderzoek is gefinancierd door het ZonMW Preventieprogramma Implementatie.

Ook buurtsportcoaches hebben een rol bij het aanbieden van een veelzijdig sport- en spelaanbod in de wijk om de ontwikkeling van motorische vaardigheden van kinderen te bevorderen. Daarnaast zijn zij vaak verantwoordelijk voor de aansturing van de Scholarshippers. Daarom is de ontwikkelde kennis niet alleen behulpzaam voor Scholarshippers op de Krajicek Playgrounds, maar ook van meerwaarde voor buurtsportcoaches.

Aanpak Play2Improve

Er zijn gesprekken gevoerd met de kenniseigenaren van de twee schoolprogramma's iPlay en PLAYgrounds. Op basis daarvan zijn werkzame componenten geïnventariseerd om bewegen te stimuleren en motorische vaardigheden te bevorderen.

Daarnaast zijn belemmeringen voor implementatie in kaart gebracht via interviews. In deze interviews werd ingegaan op de belemmerende factoren om veelzijdig bewegen op de Krajicek Playgrounds te stimuleren en om motorische ontwikkeling te bevorderen. Er zijn zeven interviews gehouden met Scholarshippers (uit Arnhem, Velp, Ede en Wageningen) en vier met buurtsportcoaches (uit Eindhoven, Rotterdam, Arnhem en Den Bosch).

Op basis van de ervaren belemmeringen is de Play2Improve-training voor Scholarshippers ontwikkeld. In de training krijgen Scholarshippers handvatten om voldoende en veelzijdige sport- en spelactiviteiten op de Krajicek Playgrounds te organiseren, gericht op het bevorderen van de motorische ontwikkeling.

Voetnoten

¹ Mulier Instituut.

² Amsterdam UMC.

³ Hogeschool van Amsterdam.

Tabel 1 Belemmerende factoren voor de implementatie van voldoende en veelzijdig bewegen voor alle kinderen op de Krajicek Playgrounds

<ul style="list-style-type: none"> • Niet bekend wat veelzijdig bewegen is en wat motorische vaardigheden zijn* 	<ul style="list-style-type: none"> • Op de playground zijn onvoldoende materialen om veelzijdige sport- en spelactiviteiten aan te bieden*
<ul style="list-style-type: none"> • Een sterke traditie van bepaalde, vaak dezelfde activiteiten op de playground* 	<ul style="list-style-type: none"> • Jongens en meisjes en kinderen met verschillende motorische vaardigheden hebben verschillende behoeften*
<ul style="list-style-type: none"> • Voor nieuwe, andere activiteiten zijn kinderen in het begin niet enthousiast* 	<ul style="list-style-type: none"> • Type activiteiten hangt af van het weer
<ul style="list-style-type: none"> • Scholarshipper staat één keer per week op de playground 	<ul style="list-style-type: none"> • Er komen alleen jongens of alleen meisjes naar de activiteiten op de playground
<ul style="list-style-type: none"> • Activiteiten zijn, in overleg met andere professionals, vooraf al bepaald, waardoor variatie niet mogelijk is 	<ul style="list-style-type: none"> • Mannelijke Scholarshippers trekken voornamelijk jongens aan

* Belemmerende factoren die veranderbaar zijn met een training.

Belemmerende factoren voor implementatie veelzijdig bewegen op Krajicek Playgrounds

Uit de interviews bleken verschillende belemmerende factoren om voldoende en veelzijdige sport- en spelactiviteiten te organiseren. Deze staan in tabel 1. De Scholarshippers zijn bijvoorbeeld niet bekend met wat veelzijdig bewegen is en wat motorische vaardigheden zijn. Daarnaast is op de playgrounds een sterke traditie van bepaalde activiteiten (zoals voetballen met een grote groep over het hele veld), waardoor vaak geen andere, veelzijdigere sport- en spelactiviteiten worden georganiseerd.

‘Soms probeer ik wel iets nieuws uit, maar dan slaat het op de een of andere manier niet aan bij de meisjes. En dan probeer ik het ook niet meer, onderhand ken ik de meisjes best goed en weet ik van sommige dat ze wegblijven als ze bepaalde activiteiten niet leuk vinden.’
(Scholarshipper)

Respondenten benoemen dat nieuwe activiteiten in het begin meestal niet goed lopen en dat de kinderen daar niet enthousiast over zijn. Ook zijn op de playgrounds soms onvoldoende materialen beschikbaar om veelzijdige sport- en spelactiviteiten aan te bieden. Daarnaast worden de activiteiten vaak bepaald in samenspraak met andere collega's. Ze moeten passen bij de jaarplannen van de Krajicek Playground, waardoor het soms niet lukt om veelzijdige sport- en spelactiviteiten te organiseren. Tot slot benoemen respondenten dat jongens en meisjes en kinderen met verschillende motorische vaardigheden verschillende behoeften hebben qua sport- en spelactiviteiten.

Play2Improve-training

Om de ervaren belemmeringen weg te nemen en de implementatie van veelzijdige sport- en spelactiviteiten te verbeteren is de Play2Improve-training ontwikkeld. Deze praktische en actieve training is bedoeld voor Scholarshippers, wordt gegeven op de Krajicek Playground en duurt twee uur. De training heeft als doel de kwaliteit van handelen te verbeteren en de organisatie van veelzijdige sport- en beweegactiviteiten door de Scholarshippers te bevorderen.

Tips voor sportprofessionals in de wijk om veelzijdig bewegen te stimuleren

Drie tips die sportprofessionals, zoals Scholarshippers en buursportcoaches, kunnen toepassen op speelveldjes in de wijk om veelzijdig bewegen te stimuleren en een brede motorische ontwikkeling bij kinderen te bevorderen.

1. Zorg dat het speelveld in de wijk geen competitieve, maar een coöperatieve omgeving is. Bijvoorbeeld door in de regels van een spel te voorkomen dat de vaardige kinderen beloond worden en meer speeltijd krijgen. In plaats van een extra punt of leven kan de winnaar een extra uitdaging krijgen, zoals met één hand of op één been spelen. Een ander voorbeeld is: als een kind 'af' is (bijv. bij een een-tegen-een-spel), hoeft het niet te stoppen met spelen, maar speelt het door op bijvoorbeeld een ander veldje. Zo blijven alle kinderen constant in beweging.
2. Zorg dat binnen het spel- en sportaanbod zelf al rekening wordt gehouden met verschillende niveaus in motorische vaardigheid van kinderen. Bijvoorbeeld door vaardige kinderen een groter doel te laten verdedigen of in een groter veld of vak te laten spelen.
3. Maak de groepen kinderen kleiner, want dat zorgt voor intensiever spel. Deel daarom een speelveld in tweeën en laat kinderen twee tegen twee spelen op een half veld in plaats van zes tegen zes op een heel veld. Richt het speelveld daarnaast zo in dat je tegelijk verschillende spellen voor verschillende leeftijden en niveaus kunt doen.

Tijdens de training wordt het belang van voldoende en veelzijdig bewegen uitgelegd en besproken wat brede motorische vaardigheden zijn. De Scholarshippers worden uitgedaagd actief aan de training mee te doen. Tijdens de training worden zij in de rol van deelnemer gezet, om zo te ervaren wat de negatieve effecten zijn van spelen in een grote groep en het competitieve karakter van spellen. Door de activiteiten op deze manier te organiseren nemen juist de minder vaardige spelers niet actief aan het spel deel of komen ze zelfs letterlijk langs de kant staan.

Vervolgens worden in de training alternatieve activiteiten georganiseerd, zoals spelen in kleine groepen en de regels aanpassen zodat iedereen betrokken wordt bij en op een actieve manier deelneemt aan het spel. De training geeft de Scholarshippers handvatten om te variëren en te differentiëren in de activiteiten – zie ook de drie tips in het kader hierboven.

‘Als we twee tegen twee spelen op een klein veld dan communiceren we als spelers veel meer met elkaar.’ (Ervaring van Scholarshipper tijdens de Play2Improve-training)

Conclusie

Met een training kan het handelen van Scholarshippers op de playgrounds worden verbeterd, en daarmee de motorische ontwikkeling van kinderen. Professionals leren

het belang van een brede motorische ontwikkeling voor kinderen en krijgen praktische handvatten om meer te variëren en differentiëren in hun spelaanbod. Hierdoor kunnen meer kinderen op de playground gestimuleerd worden actief te bewegen en enthousiast gemaakt worden voor verschillende sport- en spelactiviteiten. Wanneer rekening wordt gehouden met de verschillen in niveaus van vaardigheid tussen kinderen, kan worden gezorgd voor voldoende en veelzijdig bewegen voor iedereen. Door veelzijdig te bewegen wordt de brede motorische ontwikkeling van kinderen bevorderd. Ieder kind kan dan op zijn of haar eigen niveau met plezier meedoen. Of de training en de nieuwe vaardigheden van de Scholarshippers daadwerkelijk zorgen voor veelzijdiger bewegen, kan in een vervolgonderzoek geëvalueerd worden.

Referentielijst

Slot-Heijs, J., Collard, D., Anselma, M., Chin a Paw, M., & Altenburg, T. (2020). *Motorische fitheid van basisschoolkinderen (10-12 jaar): een neerwaartse trend in de afgelopen 10 jaar*. Mulier Instituut.

Mombarg, R., De Bruijn, A., Smits, I., Hemker, B., Hartman, E., Bosker, R., & Timmermans, A. (2021). Development of fundamental motor skills between 2006 and 2016 in Dutch primary school children. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-18.

Kenniscentrum Sport en Bewegen. *Aan de slag met breed motorische vaardigheden*. *Inspiratiegids*.