

Sportplezier voorop!

Hoe en waarom sportbonden aandacht hebben voor plezier in de jeugdsport

Van oudsher verschillen de visies tussen de georganiseerde sport en lichamelijke opvoeding behoorlijk. We zien echter dat deze twee praktijken op bepaalde vlakken steeds meer naar elkaar toe groeien (Stegeman, 2010). Vanuit de lichamelijke opvoeding zien we bijvoorbeeld dat de samenwerking met de lokale sportvereniging een steeds stevigere plek krijgt in het werk van de docent lichamelijke opvoeding (Bax et al., 2017). Vanuit de jeugdsport zien we dat de aandacht voor het pedagogische klimaat en plezier in sport toeneemt (Steenbergen et al., 2018). | Agnes van Suijlekom en Arnold Bronkhorst

Toegenomen aandacht voor sportplezier in jeugdsport

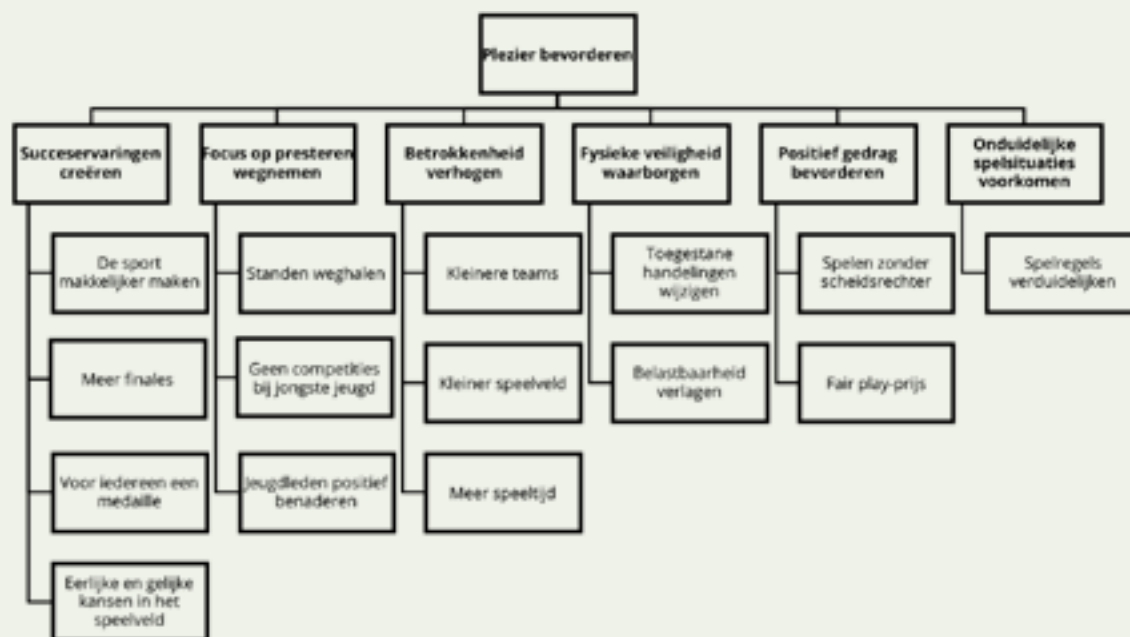
We zien drie redenen waarom sportbonden meer aandacht hebben voor sportplezier. Allereerst vinden sportbonden het simpelweg belangrijk dat

kinderen plezier hebben in de sport. Een tweede reden is gedreven door marktwerking. Sportbonden zijn in concurrentie met elkaar en andere vrijetijdsactiviteiten. Veel bonden hebben te maken met de bekende

‘skihelling’: naarmate jeugdleden ouder worden, haken er steeds meer af (NOC*NSF, 2020; NOC*NSF, 2023). Door het sportaanbod leuk te maken, verwachten zij dat een grote groep kinderen langer lid blijft van de sport(vereniging).

Tenslotte wordt van beleidsmakers verwacht dat sportbonden aandacht hebben voor sportplezier. Een van de ambities binnen het deelakkoord Positieve Sportcultuur van het Nationaal Sportakkoord is dat kinderen ‘met plezier, veilig, eerlijk en zorgeloos te kunnen sporten’. Om dit te realiseren zijn tal van afspraken gemaakt. Een van die afspraken is ‘het ondersteunen van sportbonden bij het aanpassen van

Figuur 1 (Spelregel)aanpassingen om plezier te bevorderen in de sport, volgens sportbonden (n=17). Bron: Van Suijlekom et al., 2022).



spelregels bij de jeugd om het sportplezier te bevorderen' (ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, 2018). Sportbonden worden dus gestimuleerd en ondersteund bij het aanpassen van spelregels om meer sportplezier te creëren voor de sportende jeugd.

Sportplezier vergroten door spelregels aan te passen

Een twintigtal sportbonden is de afgelopen jaren op verschillende wijzen aan de slag gegaan met het aanpassen van spelregels om sportplezier te vergroten. Het Mulier Instituut heeft onderzoek gedaan naar deze spelregelaanpassingen (Van Suijlekom et al., 2022). Om inzichtelijk te krijgen welke aanpassingen de sportbonden hebben doorgevoerd, welke redenen daaraan ten grondslag liggen en wat de spelregelaanpassingen hebben opgebracht, spraken we medio 2022 met zeventien sportbonden die de afgelopen jaren aan de slag zijn gegaan met spelregelaanpassingen.

In de gesprekken komt naar voren dat er zes thema's zijn waar sportbonden op inzetten om voor meer sportplezier te zorgen. Deze thema's zijn: 1) succeservaringen creëren, 2) focus op presteren wegnemen, 3) betrokkenheid van kinderen verhogen, 4) fysieke veiligheid waarborgen, 5) positief gedrag bevorderen en 6) onduidelijke spelsituaties voorkomen.

Het verschilt per bond op welke thema's het accent ligt.

Deze thema's zie je in figuur 1. Tevens is te zien aan welke knoppen kan worden gedraaid om jeugdsport plezieriger te maken.

We bespreken elk thema en geven een aantal voorbeelden van spelregelaanpassingen die bonden hebben toegepast.

1 Succeservaringen creëren

'Wil je van het spelletje gaan houden, dan moet je de bal ook krijgen en kunnen scoren', aldus de NBB (basketbal). Door succeservaringen wordt een gevoel van competentie gecreëerd, wat bijdraagt aan de intrinsieke motivatie en het plezier van kinderen. Bonden maken de sport bijvoorbeeld makkelijker door te werken met aangepaste materialen, afgestemd op de leeftijd van het kind. Zo hebben de Badmintonbond, de KNBSB en de KNLTB kleinere/zachtere ballen. In het badminton hangt het net lager bij de jeugd. Bij de Handboogbond hebben de jeugd en beginners een groter blazoen en meer pijlen en is er een kortere afstand tot het blazoen, om zo de kans te vergroten dat de kinderen meer punten schieten.

2 De focus op presteren wegnemen

Bij het wegnemen van de focus op presteren gaat het erom dat niet (alleen) de sportprestaties centraal

staan, maar de sportieve en sociale ontwikkeling van het kind. Met andere woorden: 'welzijn boven winst'. Onder andere de KNGU (gym-sport) ziet dat de wedstrijddruk een belangrijke rol speelt bij uitval in hun sport. Enkele bonden hebben besloten bij de jongste leeftijdsklassen de competities af te schaffen, om de focus op winnen volledig weg te nemen en de prestatiedruk op jonge leeftijd te verminderen. Zo zijn er in de turnsport geen wedstrijden voor kinderen tot en met negen jaar. In het rugby gaan kinderen pas wedstrijden spelen vanaf de leeftijdscategorie O14. Tot die tijd maken ze spelenderwijs kennis met de regels van het spel.

3 De betrokkenheid van kinderen vergroten

'Tien jaar geleden speelden we nog zeven tegen zeven op een half veld. Ik denk dat veel ouders uit die tijd bekend waren met de vliegtuigspotters en grasplukkers. Kinderen beleefden voetbal op hele andere manieren: van de veertien waren er vaak maar zes tot acht aan het voetballen. Maar voor de succesbeleving van een kind wil je dat het kind deelneemt aan het spel.' (KNVB, voetbal).

Om ervoor te zorgen dat kinderen zich meer betrokken voelen bij hun team en tijdens wedstrijden niet (veel) stil hoeven te staan, is een hoge betrokkenheid van belang. Verschillende bonden hebben regels aangepast om ervoor te zorgen dat kinderen meer betrokken raken. Bijvoorbeeld door de teamgrootte en het speelveld te verkleinen en door te zorgen voor meer vaart in het spel. Zo speelt het gehele amateurvoetbal sinds het seizoen 2017/2018 met aangepaste wedstrijdvormen voor pupillen. De wedstrijdvormen zijn aangepast om de betrokkenheid van spelers te verhogen en jongens en meiden in een wedstrijdvorm te laten spelen die beter aansluit bij hun ontwikkelingsfase.

4 De fysieke veiligheid waarborgen

Het overkoepelende doel van de wijzigingen gericht op fysieke veiligheid is het voorkomen van ongevallen en



Badminton plezier

acute of overbelasting blessures. Een sport waarbij kinderen zich fysiek veilig voelen is plezier verhogend. Door kritisch te kijken naar de risico's van toegestane handelingen en de belastbaarheid waarborgen sportbonden de veiligheid. Vooral de rugby- en judobond zijn hiermee aan de slag gegaan. Een voorbeeld van een gevaarlijke actie die is afgeschaft in het judo is 'diving', waarbij je met je hoofd naar de mat duikt. Dit is verboden omdat sporters een ernstige blessure kunnen oplopen.

5 Positief gedrag bevorderen

Een aantal bonden richt zich op het bevorderen van positief gedrag. Hierbij gaat het erom dat je je eerlijk en sportief gedraagt. Zo zijn er bonden die een 'fair play-prijs' uitreiken en zonder scheidsrechter spelen. Zo is er binnen het rugby en frisbee een 'fair play-prijs' voor het team dat het meest positieve gedrag toont. De reden hierachter is om sporters, maar ook ouders, in te laten zien dat sportiviteit en een goede onderlinge omgang in de sport belangrijker zijn dan standen.

6 Onduidelijke spelsituaties voorkomen

Onduidelijke spelsituaties zorgen voor spanningen, vooral tijdens wedstrijden. Dit kan ten koste gaan van het plezier. Daarom kijkt een aantal bonden kritisch of de spelregel en de bijbehorende interpretatie duidelijk geformuleerd is in de reglementen. Zo geeft een scheidsrechter van de KNHB aan: 'Er zijn veel interpretaties die de spelregel zelf onduidelijk maken, waardoor onduidelijke situaties ontstaan in het spel.' De Rugbybond heeft bijvoorbeeld ter verduidelijking spelregelkaarten gemaakt per leeftijdscategorie.

Zorgen de spelregelaanpassingen daadwerkelijk voor meer plezier?

Het is een mooie ontwikkeling dat steeds meer sportbonden aandacht voor sportplezier hebben en aanpassingen doorvoeren die lijken bij te dragen aan meer plezier. Nog mooier zou zijn als we zouden weten welke effecten de spelregelaanpassingen



Spiritpunten verdelen

hebben. Het merendeel van de sportbonden heeft echter (nog) geen evaluatie gedaan om de opbrengsten van de nieuwe spelregels in kaart te brengen. Om verschillende redenen gebeurt dit vaak niet of ontoereikend. Een van die redenen is dat sportbonden zich afvragen hoe ze sportplezier kunnen meten. Een terechte vraag, want er is weinig bekend over het meten van sportplezier.

De komende jaren wordt onder andere door het Mulier Instituut, de Calo en de HAN verder onderzoek gedaan naar plezier in de sport. Mogelijk levert dit voor sportbonden inzichten of handvatten op die zij kunnen gebruiken bij het meten van sportplezier.

Meer lezen over spelregelaanpassingen in de jeugdsport? Lees dan het rapport: 'Sportplezier voorop' op www.mulierinstituut.nl. Of scan of klik op de QR-code rechtstreeks naar het rapport 'Sportplezier voorop'. ●



Bron

Scan of klik op de QR-code naar de bronnen



Contact

a.vansuijlekom@mulierinstituut.nl

a.bronkhorst@mulierinstituut.nl

Agnes van Suijlekom is onderzoeker bij het Mulier Instituut

Arnold Bronkhorst is onderzoeker bij het Mulier Instituut en docent Sportkunde aan hogeschool Windesheim

Foto's

Anita Riemersma

Kernwoorden

sportplezier, jeugdsport, spelregelaanpassingen