

De (mogelijke) rol van LO in het stimuleren van fysieke activiteit

Een beknopt overzicht van studies

Menno Slingerland

Lars Borghouts

Matthijs Hesselink

Lichamelijke Opvoeding als aspirine?

Claims voor effecten van LO in 5 domeinen (Bailey, 2009):

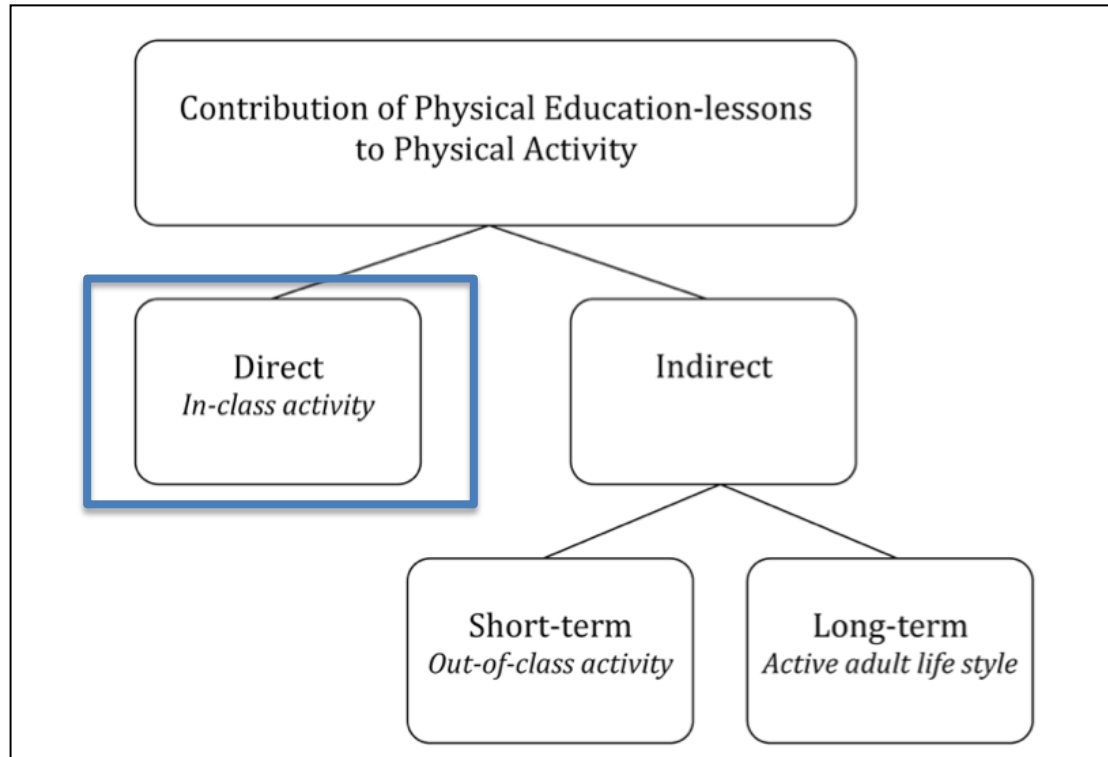
- Sociaal
- Affectief
- Cognitief
- Fysiek
- Levensstijl

Wetenschappelijke evidentie?

Toekomstvisie LO:

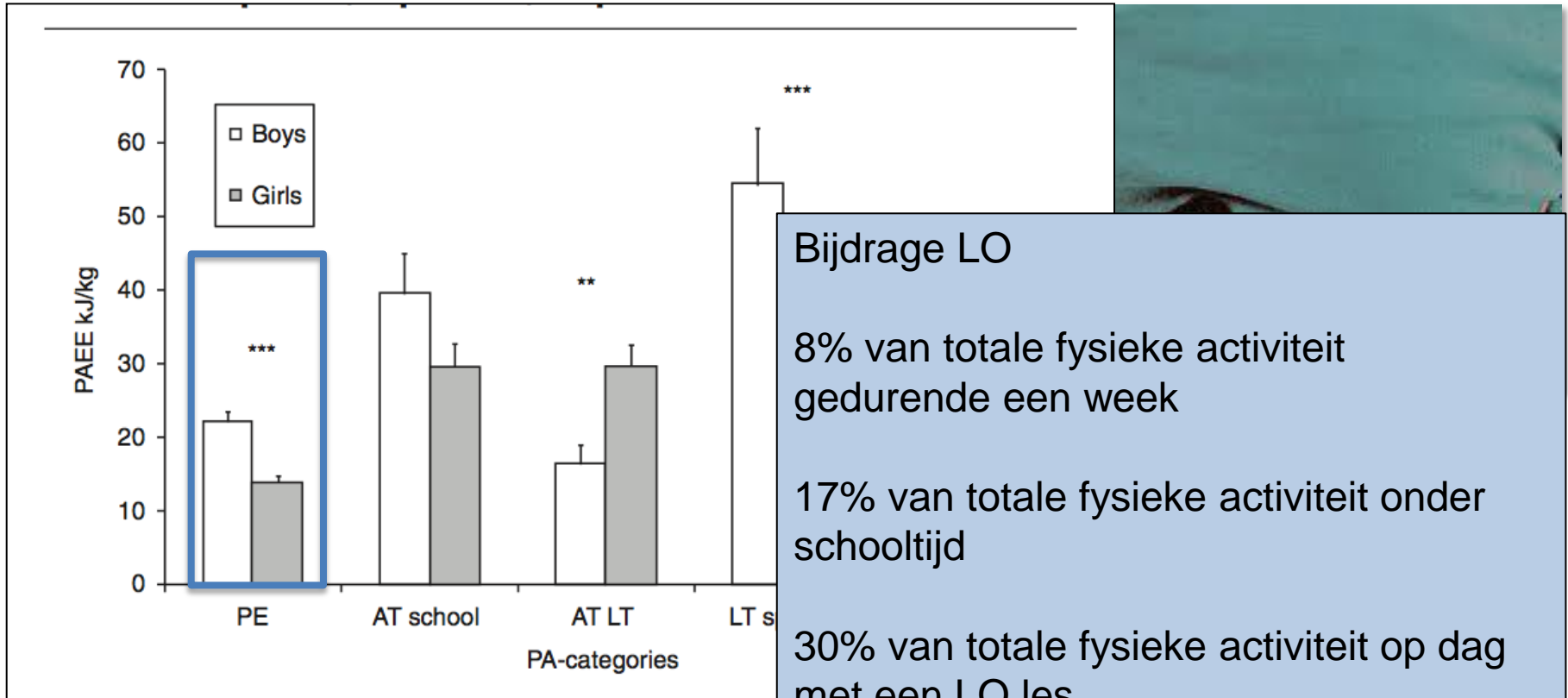
jeugdigen op school, steeds vanuit een pedagogisch perspectief, (meer) bekwaam maken voor deelname aan sport en bewegingssituaties, **als onderdeel van een actieve leefstijl** (Brouwer et al., 2011)

LO & fysieke activiteit



Slingerland, M., & Borghouts, L. (2011). *Journal of Physical Activity & Health*, 8(6), 866–878.

Bijdrage LO aan totale fysieke activiteit



Bijdrage LO

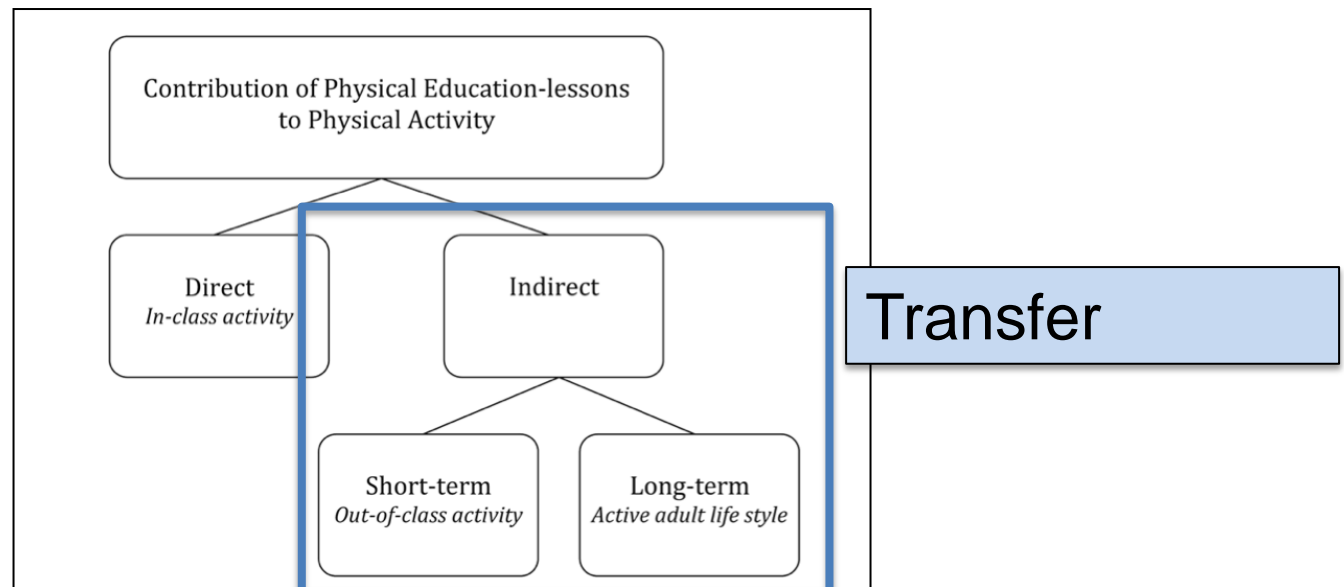
8% van totale fysieke activiteit gedurende een week

17% van totale fysieke activiteit onder schooltijd

30% van totale fysieke activiteit op dag met een LO les

LO & Actieve levensstijl

Belangrijk doel van LO is leerlingen dusdanig bekwaam maken qua vaardigheden, kennis en zelfvertrouwen dat ze blijvend deelnemen aan fysieke activiteit na school en in hun latere leven.



Slingerland, M., & Borghouts, L. (2011). Journal of Physical Activity & Health, 8(6), 866–878.

Zet LO aan tot meer bewegen in school?

Theo

- Psychologische Basisbehoeften:
- Competentie
 - Autonomie
 - Verbondenheid

(Deci & Ryan, 2000)

- Concentratie
- Fysieke activiteit
- Attitude etc.

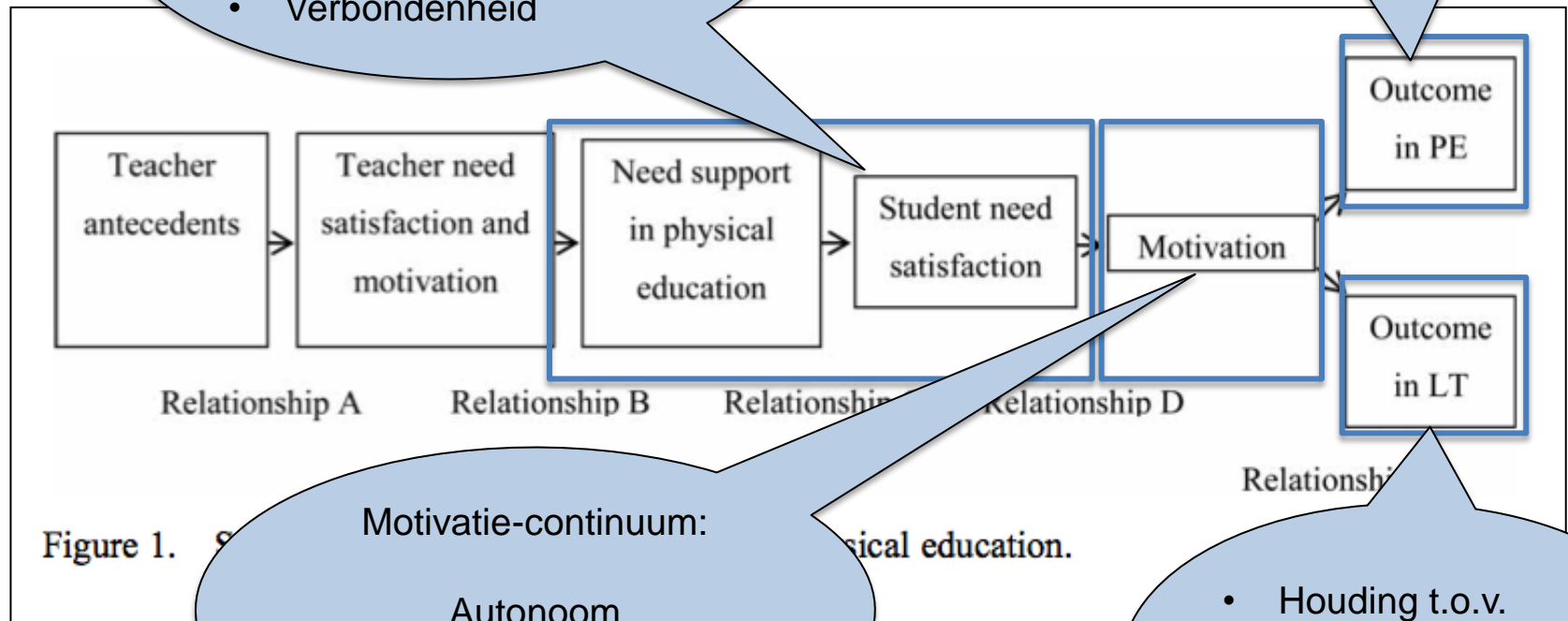


Figure 1.

Motivatie-continuum:

Autonoom
 <->
 Gecontroleerd

- Houding t.o.v. sport en bewegen
- Actieve levensstijl
- Sportparticipatie

Zet LO aan tot meer bewegen buiten school?

- Studenten met optimale (autonome) motivationele profielen rapporteerden meer transfer en meer fysieke activiteit buiten school en in hun latere leven (Haerens et al., 2010, Taylor et al., 2010, Standage et al., 2012)
- Eigen onderzoek (Slingerland et al., 2013)
 - Grote verschillen in motivatie voor LO tussen jongens en meisjes.
 - Meisjes ook fysiek minder actief (risicogroep)

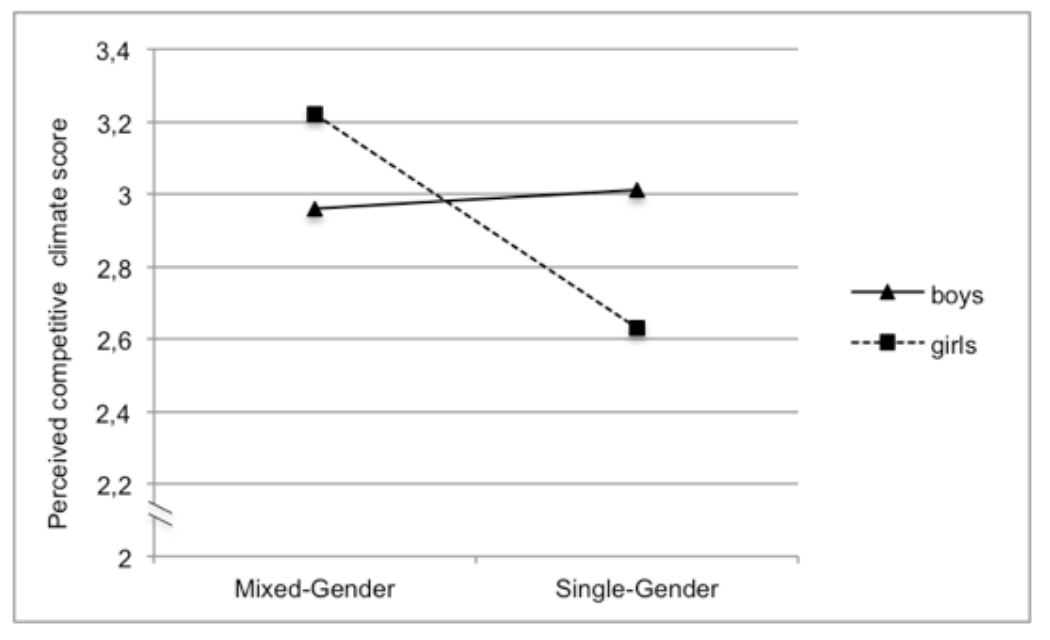
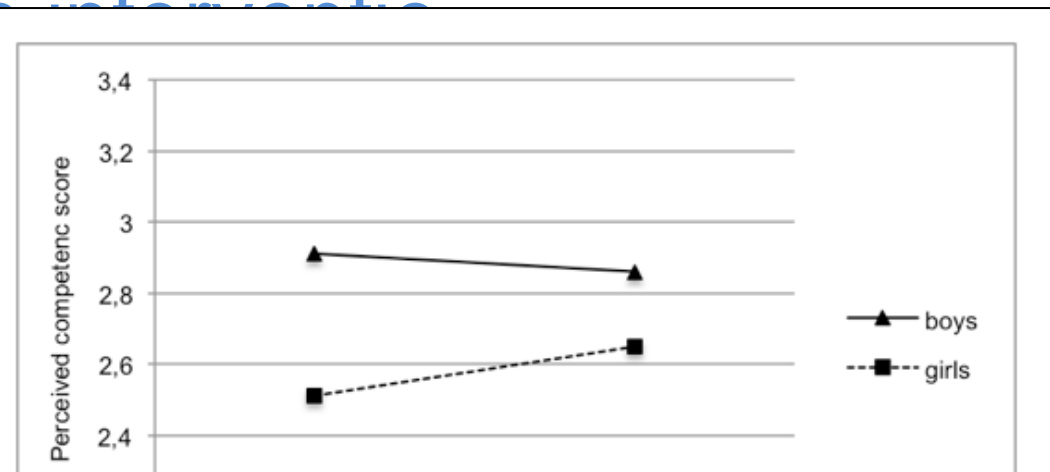
Mogelijke oorzaken?

Huidige NL LO curriculum kenmerkt zich door sterke nadruk op (vaak competitieve) sporten gekoppeld aan normatieve evaluaties.

Minder vaardige leerlingen en meisjes haken af in een dergelijk curriculum: laag competentiegevoel, weinig inspraak en keuzes, laag zelfvertrouwen, en desinteresse in aangeboden lesonderwerpen (Kirk, 2010; Lee et al., 1999).

Beïnvloeden van competentiegevoel: een interventie

- Klein experiment
- Klas 1, 2 en 3 middelbare
- Basketbal 4-4 aangeboden
 - Les 1 gemengde teams
 - Les 2 gescheiden teams
- Uitkomstmaten: ervaren g
competentie & fysieke acti
condities, met name gericht
- Vragenlijsten & hartslagme



Conclusies - Direct

- Directe bijdrage van huidige lessen LO aan totale fysieke activiteit is beperkt gezien aantal uren LO per week
- Voor minst actieve groepen wel belangrijke bron van fysieke activiteit
- Dagelijkse les LO kan leiden tot gezondheidseffecten (Kriemler et al., 2010) – in huidige schoolsysteem niet realistisch?
- Opvallend groot verschil in fysieke activiteit tijdens les tussen jongens – meisjes in het VO: grote nadruk op spel lessen leidt tot ongelijke deelname mogelijkheden voor meisjes.

Conclusies - Indirect

- Motivatie voor LO laag voor m.n meisjes in het VO: Leerlingen voorzien in lessen van hoge kwaliteit waarin aan psychologische basisbehoeften tegemoet wordt gekomen.
- Extra aandacht voor “kwetsbare” groepen w.b.t. actieve leefstijl (aanpassen lesonderwerpen, aansluiten bij trends etc.)
- Alternatieve (motiverende) beoordelingsvormen (adaptief, formatief, peer-assessment)
- (bij)Scholing van (aankomend) docenten LO in gedragswetenschappen en sociaal-cognitieve theorieën

Vragen – Meer weten?



m.slingerland@fontys.nl



@Mennosli



www.fontys.nl/lectoraatmometobe