

# Duizenden leerlingen komen in beweging

## Resultaten 'Vmbo in beweging' bekend

In eerdere artikelen in de *Lichamelijke Opvoeding* is het project 'Vmbo in beweging' al uitgebreid beschreven. Er is veel gebeurd en bereikt in de afgelopen drie jaar. Het project heeft alle verwachtingen overtroffen: duizenden niet-actieve vmbo-leerlingen zijn ineens gaan sporten en bewegen. Het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) heeft samen met de VO-raad en de KVLO op 78 deelnemende scholen 'Vmbo in beweging' ontwikkeld en uitgevoerd. Eind dit jaar loopt het project af. Tijd om de feiten en cijfers op een rijtje te zetten.

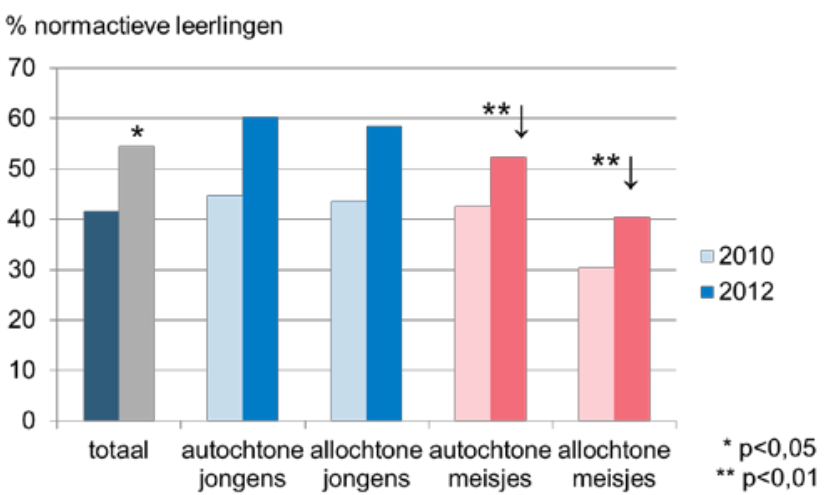
Door: Audrey Friedel

**T**NO onderzocht de resultaten en concludeert dat 'Vmbo in beweging' succesvol is. Het aantal inactieve leerlingen daalt van 55 naar 42 procent, het beweegaanbod op de scholen is verviervoudigd én bijna alle scholen werken nu samen met verenigingen en commerciële sportinstellingen.

Meer dan de helft (57%) van de Nederlandse jongeren (12-17 jaar) beweegt onvoldoende. Bij vmbo-leerlingen ligt dat percentage nog iets hoger. Om zoveel mogelijk jongeren via sport en beweegactiviteiten op en rondom school te motiveren tot een actieve leefstijl hebben het Ministerie van VWS en OCW in 2009 middelen vrijgemaakt voor het platform 'Sport, Bewegen en Onderwijs'. 'Vmbo in beweging' is een van de deelprojecten van dit platform en wordt uitgevoerd door het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) in samenwerking met de VO-raad en de Koninklijke Vereniging voor Lichamelijke Opvoeding (KVLO).

- 2 uitvoeren van een schoolscaan en een leerlingscan. Zo ontstond een goed beeld van de doelgroep waarvoor een aanbod werd ontwikkeld en de mogelijkheden van de school
- 3 opstarten van nieuwe activiteiten aan de hand van een school specifiek plan van aanpak

### Resultaten: Beweggedrag (vraag 1)



### Hoe werkt 'Vmbo in beweging'

78 scholen gingen de afgelopen drie jaar (2009-2012) aan de slag om sport- en beweegaanbod op te starten voor de niet-actieve leerlingen. Dit deden zij in samenwerking met sportaanbieders uit de buurt. Het ging om nieuw aanbod onder schooltijd, tijdens de pauzes of na schooltijd.

De scholen zetten de volgende stappen:

- 1 aanstellen van een sport en bewegecoördinator, deze is voor een dagdeel per week vrij gemaakt om het voortouw te nemen

Gemiddeld genomen steeg het percentage leerlingen dat aan de combinorm voldeed van 42% naar 55%. Maar er waren scholen die nog betere resultaten boekten. Hier de top 10 van scholen met de stijgingspercentages van normactieve leerlingen:

1 Via Nova College	28,2
2 Sophianum SG	25,7
3 Carmel College Salland	24
4 Sg. Twickel Locatie: Twickelcollege	23,6
5 Dollard College Pekela	23,4
6 Charlemagne College lokatie Brandenburg	22,9
7 Dacapo - college	22,1
8 Lentiz Geuzencollege, Lokatie Westwijk, onderbouw	20,8
9 Christelijke Scholengemeenschap Veenendaal	19,9
10 Oostwende College	19,8



FOTO: COLIJN VAN NOORD

- 4 evalueren en bijstellen van de activiteiten
- 5 succesvolle activiteiten opnemen in het schoolplan.

## Succes

Het aantal inactieve leerlingen op de deelnemende scholen daalt in iets meer dan twee jaar aanzienlijk, van 55 naar 42 procent. Dat wil zeggen dat het aantal vmbo-leerlingen dat voldoet aan de landelijke beweegnorm sterk toeneemt. De deelnemende scholen bieden veel meer sport- en beweegactiviteiten. Bij de start van het project had slechts 13% een sport- en beweegaanbod voor inactieve leerlingen. In drie jaar stijgt dit percentage naar 69%. Meisjes en jongens zijn beide meer gaan bewegen, maar in verhouding de jongens meer dan de meisjes. Dat geldt zowel voor de autochtone als voor de allochtone leerlingen.

## Activiteiten

De scholen bepalen zelf welke activiteiten zij opstarten. Belangrijk hierbij is wel dat de activiteiten aansluiten bij de behoefte van de inactieve leerlingen. Activiteiten die zij organiseren, zijn bijvoorbeeld naschools sportaanbod bij een vereniging, pauzesport, individuele coaching en MRT. Scholen die zes tot acht verbeteringen in hun school doorvoeren ten aanzien van sport en bewegen hebben een aanzienlijk grotere toename van actieve leerlingen dan scholen die minder verbeteren. Het is daarom belangrijk dat scholen sport en bewegen op verschillende manieren integreren in de school. Behalve verschillende vormen van extra aanbod, bijvoorbeeld ook werken aan het opstellen van schoolbeleid, het zoeken naar extra sportaccommodatie en samenwerkingen aangaan met buurt- en sportorganisaties.

Het aantal scholen met een sport- en beweegaanbod voor *inactieve leerlingen* neemt tijdens 'Vmbo in beweging' sterk toe (56 procentpunten), maar ook het percentage scholen met een structureel sport- en beweegaanbod voor *alle leerlingen* neemt tijdens het project toe van

49% naar 92%. Ook het aantal scholen met activiteiten buiten schooltijd stijgt.

## Minder televisie, meer fietsen en lopen

De opbrengst van 'Vmbo in beweging' is niet alleen dat leerlingen actiever zijn onder schooltijd, maar ook meer bewegen buiten schooltijd. Ze lopen en fietsen meer van en naar school. Onder leerlingen uit het derde en vierde leerjaar nam de beweging buiten schooltijd het meest toe. In de jongere leeftijdsgroepen steeg het aantal normactieven wel, maar minder spectaculair. Opvallend is dat de toename in het percentage normactieve leerlingen aanzienlijk hoger is onder de leerlingen die een kaderberoepsgerichte opleiding volgen dan onder de leerlingen die een beroepsgerichte opleiding volgen. Wel daalt in de totale groep de gemiddelde tijd die besteed wordt aan televisiekijken met bijna een uur per week. Ook de gemiddelde tijd die besteed wordt aan computeren, daalt met ruim een half uur per week.

## Samenwerken

Samenwerkingsverbanden van de scholen met sportverenigingen en/of commerciële sportinstellingen zijn flink uitgebreid tijdens het project. Het overgrote deel van de scholen (97%) werkt nu samen met andere organisaties rondom de school. Scholen kunnen ook meer gebruikmaken van de sportfaciliteiten van andere organisaties.

Uit de evaluevaluatie van het project blijkt dat de sport- en beweegcoördinatoren de ondersteuning van de regiocoach en de netwerkbijeenkomsten erg waarderen. Annelijn de Ligt, regiocoach 'Vmbo in beweging' Noordwest: "De netwerkbijeenkomsten waren essentieel om de energie en motivatie van de sport- en beweegcoördinatoren te behouden. Zij zijn de belangrijkste personen binnen 'Vmbo in Beweging'. Als het hen lukt om draagvlak te creëren binnen hun eigen school en binnen hun wijk of gemeente, dan is er heel veel mogelijk! Voor de toekomst hoop ik dat de huidige netwerken kunnen worden behouden >>

Contact:

Hiske Blom 0318 490 900 of [hiske.blom@nisb.nl](mailto:hiske.blom@nisb.nl).



Plezier op het schoolplein

en worden uitgebreid met nieuwe scholen. De sport- en beweegcoördinatoren in mijn regio willen in elk geval nog bij elkaar blijven komen, minimaal een keer per jaar. Ze zijn en blijven erg benieuwd naar de ideeën en plannen van elkaar.”

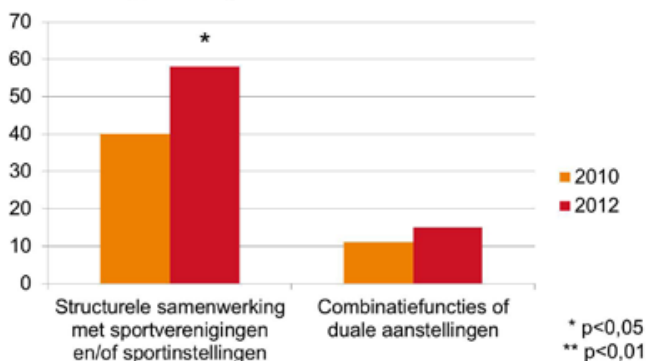
Ook Arnold Bronkhorst, regiocoach Noordoost bevestigt het succes van ‘Vmbo in beweging’. Arnold: ‘Ik denk dat bij het overgrote deel van de scholen die hebben deelgenomen sport, bewegen en gezondheid beter op de kaart is gekomen. Er wordt beter geluisterd naar de gymdocent. Daarnaast hebben scholen veel meer over de eigen schoolmuur gekeken of er een win-winsituatie met andere partners te maken viel. Dit was allemaal niet mogelijk geweest zonder de sport en beweegcoördinatoren die hebben plaatsgenomen in de netwerken. Door dit project is mij weer duidelijk geworden dat de vmbo-gymdocent kan improviseren, inspireren, samenbrengen, doorzetten en beschikt over een grote portie creativiteit.’

### Toekomst

De deelnemende scholen zijn enthousiast over de aanpak en 86% heeft de intentie om die voort te zetten op hun school. NISB gaat samen met

#### Resultaten: Samenwerking (vraag 2)

Aantal scholen (gemiddeld)



De scholen kregen vanuit ‘Vmbo in beweging’ de volgende ondersteuning:

- Cofinanciering voor het aanstellen van de sport en beweegcoördinator
- Regionale netwerkbijeenkomsten waarin scholen onderling konden uitwisselen
- Advies op maat van een regiocoach
- De toolbox [www.vmboinbeweging.nl](http://www.vmboinbeweging.nl)

de partners de uitdaging aan om met de opgedane kennis en ervaring en de ontwikkelde tools nog meer (vmbo-)leerlingen in beweging te krijgen en te houden. De Jeugdimpuls en Sport en bewegen in de buurt bieden daarvoor wellicht mogelijkheden. De recente Onderwijsagenda: Sport, Bewegen en een Gezonde Leefstijl in en rondom de school, 2012-2016, vestigt de aandacht op het belang van sport, bewegen en gezonde leefstijl in het praktijkonderwijs. Het wil de instrumenten die in het project Vmbo in beweging zijn opgeleverd - in samenwerking met NISB en KVLO - zo nodig doorontwikkelen en stimuleert de inzet daarvan op nieuwe vmbo-scholen. Ook wil het de succesvolle resultaten van het project Vmbo in beweging samen met huidige deelnemende scholen en andere samenwerkingspartners uitrollen.

### Breng jouw vmbo-school in beweging!

Wil jij ook aan de slag met het stimuleren van de inactieve leerlingen om te gaan bewegen? In de toolbox op [www.vmboinbeweging.nl](http://www.vmboinbeweging.nl) vind je allerlei instrumenten en voorbeelden die ontwikkeld zijn tijdens de projectperiode. Daarnaast is de brochure ‘Blijf actief door Vmbo in beweging’ gratis bij NISB te bestellen of te downloaden via [www.vmboinbeweging.nl](http://www.vmboinbeweging.nl). Hierin vertellen zes vmbo-scholen hoe zij invulling hebben gegeven aan ‘Vmbo in beweging’ en wordt antwoord gegeven op de vragen ‘Hoe kun je sport en bewegen op het vmbo verankeren?’ en ‘Hoe stem je de sport- en beweegactiviteiten af op leerlingen die niet aan de beweegnorm voldoen?’ ◀

advertentie

## TRENOMAT SCHEIDINGSWANDEN



De jongste generatie zaalscheidingen  
Trenomat Acoustic®

- Geluidsreductie en geluidsabsorptie in alle zaaldelen door akoestisch wandmateriaal!
- Ook voor renovatie en verbeteren van de akoestiek in bestaande accommodaties!



De Graaf en van Stijn BV  
Postbus 32  
2420 AA Nieuwkoop  
Tel: (0172) 57 97 20  
Fax: (0172) 57 26 70  
[www.trenomat.nl](http://www.trenomat.nl)  
[info@trenomat.nl](mailto:info@trenomat.nl)

Al 40 jaar gespecialiseerd in nieuwbouw & onderhoud

