

Verhogen sportdeelname kinderen met beperking

Samenwerking speciaal onderwijs en studenten Sportkunde

Kinderen en jongeren met een beperking zijn fysiek minder actief dan leeftijdsgenoten zonder beperking (Von Heijden, Van den Dool, Van Lindert & Breedveld, 2013). Het lectoraat Kracht van Sport van de Hogeschool van Amsterdam (HvA) en Hogeschool Inholland wil deze ongelijkheid terugbrengen en de fysieke activiteit van jongeren met een beperking verhogen. Samen met professionals uit het werkveld waaronder docenten lichamelijke opvoeding in het speciaal onderwijs, buursportcoaches en sportloket medewerkers, willen we deze doelstelling bereiken. Dat doen we door de pilot 'Mijn personal coach aangepast sporten'.

TEKST AFKE KERKSTRA, VERA DEKKERS EN MARIJE DEUTEKOM

Studenten Sportkunde worden ingezet als personal coach om kinderen te helpen een sportieve hobby te vinden. Deze pilot is ontwikkeld door de Finnish Sports Association of Persons with Disabilities (VAU) en valt binnen het drie jaar durende project Sports Empowers Disabled Youth¹ (SEDY-project, 2015–2017), met subsidie uit het Erasmus+ Sportprogramma

van de EU, waarvan het lectoraat Kracht van Sport projectleider is. Naast Nederland participeren ook Finland, Groot-Brittannië, Portugal, Frankrijk, Litouwen en Italië in het SEDY-project. In dit artikel worden de resultaten van de pilot in Finland benoemd, wordt de wijze waarop de pilot in Nederland uitgevoerd is beschreven en komen ervaringen van direct betrokkenen aan bod.



Pilot in Finland: resultaten

In Finland hebben 367 kinderen en jongeren met een beperking deelgenomen aan de pilot. Voor het onderzoek naar de effecten van het project hebben 151 deelnemers, 201 studenten, 12 buurtsportcoaches aangepast sporten en 16 docenten een vragenlijst ingevuld. Uit de evaluatie blijkt dat 54 procent van de kinderen en jongeren met een beperking door het project een sportieve hobby hebben gevonden. Daarnaast is bij 61 procent van de kinderen en jongeren hun fysieke activiteit toegenomen na deelname aan het project. De stimulerende factoren bleken te zijn: de eigen invloed op de keuze van de sport, het plezier tijdens de try-outs van de sporten, de mogelijkheden om na school actief te zijn en het opdoen van succeservaringen. De ervaren barrières zijn de onmogelijkheid om zelfstandig naar de sport te

Van de studenten die als personal coach aan de slag zijn geweest, geeft 87 procent aan dat het een zinvolle ervaring is geweest voor hun professionele toekomst en 85 procent zou deze rol ook aanbevelen aan andere studenten

gaan, gebrek aan hulp bij de sportactiviteiten, gebrek aan een maatje en te weinig aangepast sportaanbod. Van de studenten die als personal coach aan de slag zijn geweest, geeft 87 procent aan dat het een zinvolle ervaring is geweest voor hun professionele toekomst en 85 procent zou deze rol ook aanbevelen aan andere studenten.

Docent Jaap van Deursen (LO-docent Van Gilseschool, Haarlem) vertelt:

Hoe krijg ik ze bij een sportclub

Ik ben zeer enthousiast geraakt over de simpelheid en doeltreffendheid van dit project. Dit jaar hebben er zes leerlingen van mij meegedaan met een begeleidingstraject om deel te nemen aan een sportclub. Vijf kinderen hebben bij een sportclub mee getraind, 4 daarvan zijn lid geworden.

Hoe? We hebben meegedaan met een pilot in het kader van het Europese project SEDY: Sport Empowers Disabled Youth.

Ik heb zes leerlingen geselecteerd, hun ouders benaderd en na toestemming zijn we aan de slag gegaan. Studenten van Sport en Bewegen hebben een gesprek gevoerd met de leerlingen en de ouders, de sportwens bekeken en daarna hebben ze, rekening houdend met de hulpvraag van de leerling, een sportclub benaderd. Ouders brachten hun kind naar de club, student keek mee en 'bemiddelde' tussen de trainer en de leerling om de hulpvraag helder te kunnen maken.

Inspanning van school; begeleiden van de studenten, gesprekje voeren met de ouders en de leerlingen. Per leerling ongeveer 45 minuten.

Resultaat: van de zes leerlingen zijn er vijf kinderen bij een sportclub gaan kijken, vier daarvan zijn lid geworden. Op school meen ik een winst te zien in de sociale en emotionele ontwikkeling.

Ik heb hiervoor leerlingen geselecteerd waarvan ik dacht dat het de leerling in zijn sociale en emotionele ontwikkeling zou kunnen ondersteunen als hij/zij deelneemt aan een sportclub en waarbij de ouders de 'capaciteiten' niet hebben om dit mogelijk te maken.



Pilot in Nederland: opzet en ervaringen

In Nederland is met vierdejaars studenten van het uitstroomprofiel Aangepast Sporten van de opleiding Sportkunde van Hogeschool Inholland een aangepaste versie van de pilot gedraaid. Studenten Sportkunde worden opgeleid tot specialisten die mensen motiveren en begeleiden naar een gezonde leefstijl. In deze pilot hebben studenten technieken van motiverende gespreksvoering gebruikt en kennis over aangepast sporten en de doelgroep om kinderen en jeugd met beperkingen te begeleiden naar passend sportaanbod. Studenten zijn ingezet als 'Personal coach aangepast sporten' om kinderen te helpen een sportieve hobby te vinden. De LO-docent uit het speciaal onderwijs, sportloketmedewerkers van Reade en Heliomare en andere professionals hebben deelnemers aangedragen. De deelnemer en zijn ouders/verzorgers werden vooraf geïnformeerd over het programma en tekenden een overeenkomst met betrekking tot deelname van het kind aan het programma. De relatie tussen de student en het kind is gebaseerd op vertrouwen. De student zorgt voor een veilige situatie, neemt verantwoordelijkheid en zorgt dat de informatie in dit project niet gedeeld wordt met anderen. Samen met het kind kijkt hij of zij naar welke sportieve hobby er mogelijk is (bijvoorbeeld via www.unieksporten.nl) en waar deze hobby kan worden uitgevoerd. De student gaat samen met het kind naar de activiteit toe zodat het kind de sportieve activiteit kan zien en ervaren. Indien nodig of gewenst kan de student van tevoren een gesprek voeren met de trainer/coach om te zorgen dat het kind goed begeleid wordt. Op het moment dat het kind enthousiast is, wordt er samen met het kind een plan opgesteld hoe hij of zij verder kan gaan met deze hobby. Het programma beslaat een periode van tien weken waarbij er een intake plaatsvindt, begeleiding van vier tot zes weken met proeflessen bij sportactiviteiten en een afsluitende evaluatie resulterend in een plan voor het behoud van de sportieve hobby. De student zorgt ervoor dat

"Mijn personal coach aangepast sporten" studenten aan het woord:

Bas:

"Kinderen met beperkingen en hun families lopen tegen verschillende barrières aan als ze willen sporten, zoals vervoer, financiën en onwetendheid over de sportmogelijkheden. Het project probeert die weg te nemen door de juiste instanties in te schakelen. Zo wordt sport zo toegankelijk mogelijk."

Mickey:

"De deelnemer die ik heb begeleid was al vier jaar op zoek naar een sport die bij hem paste en door mee te doen aan dit project heeft hij nu twee sporten gevonden waar hij met veel plezier elke week heen gaat."

Kevin:

"De moeder van de cliënt was zeer enthousiast over het project. De moeder heeft een druk leven en zag zelf geen mogelijkheid om een geschikte nieuwe sport te vinden. Daarnaast waren de cliënt en moeder zeer enthousiast over het de begeleiding en communicatie. Het turnen lijkt de nieuwe hobby van de cliënt te zijn!"

Jan:

"Haar vader heeft ingezien wat sport met zijn dochter kan doen, hij vertelde dat ze er vrolijker van werd en zij echt naar uit keek om weer te mogen voetballen. Ook was hij tevreden over mijn inbreng en begeleiding bij de sportclubs en wat ik geregeld heb."

het programma. Van 11 van de 18 deelnemers (61 procent) is de sportparticipatie verbeterd door het project. Met vijf deelnemers van de Van Gilseschool in Haarlem is een focusgroeps-gesprek gevoerd als evaluatie van het project. Daaruit bleek dat de kinderen het spannend vonden om een nieuwe sport uit te proberen. Voor drie deelnemers heeft dit uiteindelijk wel gezorgd voor een succesmoment omdat het sporten wel is gelukt en zij het leuk vonden. Dit kan een positief effect hebben op het zelfvertrouwen van het kind. Ook is er tweemaal aangegeven dat de student goed heeft geluisterd tijdens het programma. Studenten zelf hebben ook veel geleerd. "Alles wat je op school hebt geleerd kan je nu allemaal toepassen en als je merkt dat je hiermee mensen echt kan helpen geeft dat veel voldoening. Ik voelde me tijdens dit project geen student maar een professional." Het doel is om dit project duurzaam binnen de opleiding Sportkunde van Inholland in te passen. Daarnaast wordt er gewerkt aan een samenwerking met andere hogescholen om hier gezamenlijk in op te treden, zodat we er uiteindelijk voor zorgen dat we zowel studenten een leerzaam traject bieden als de sportdeelname van kinderen en jongeren met een beperking structureel verhogen. Ook in de toekomst is het de wens dat de aanmelding van kinderen en jongeren via de LO-docent uit het speciaal onderwijs en andere professionals in het werkveld zal verlopen.

de deelnemers een plezierige tijd hebben. Na afloop van het project zorgt de student dat de deelnemer terecht kan bij de professional die de aanmelding van de deelnemer gedaan heeft. De hogeschool zorgt voor instructie en voorbereiding van studenten.

Lectoraat

Daarnaast doen onderzoekers van het lectoraat Kracht van Sport (Hogeschool Inholland en Hogeschool van Amsterdam) en studenten Sportkunde onderzoek naar de effecten van

Noten

¹ www.hva.nl/sedyproject

Literatuur

Heijden, A. von, Dool, van den, R., 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.

Afke Kerkstra werkt op Hogeschool Inholland bij het lectoraat Kracht van Sport

Vera Dekkers en Marije Deutekom zijn beide verbonden aan de Hogeschool van Amsterdam, lectoraat Kracht van Sport en Marije ook nog aan het lectoraat bij InHolland

Foto's

Afke Kerkstra

Contact

Afke.Kerkstra@INHOLLAND.nl

Kernwoorden

samenwerking, sportdeelname, speciaal onderwijs

