

Waarom neemt de sportparticipatie onder jongeren (11 t/m 17 jaar) af?

Het is een uitdaging om een sport te vinden die écht bij je past. Vaak beoefenen jongeren een sport van jongs af aan. Zij hebben gekozen voor de sport op advies van hun ouders of omdat ze op een andere manier met de sport in aanraking zijn gekomen. Wanneer het kind plezier beleeft aan de sport wordt er veelal niet verder gekeken. Het kind doet dus vaak geen ervaring op in het beoefenen van verschillende sporten. Na verloop van tijd neemt het plezier in de sport af en zijn jongeren geneigd te stoppen. Op dat moment is er geen kader van sportervaringen om op terug te vallen en lijkt switchen naar een andere sport een grote stap. Er moet tijd vrij gemaakt worden om een nieuwe sport te ontdekken en vaak ontbreekt het hen aan motivatie. Gevolg is dat de sportparticipatie onder jongeren tussen de 11-17 jaar aanzienlijk afneemt.

Redenen voor stoppen met sport zijn veelzijdig, maar het verliezen van het plezier in de sport is de belangrijkste voor jongeren. Een andere belangrijke reden, één die ik ook veel in mijn omgeving terug hoor komen, is de benadering van de trainer of coach. Didactische vaardigheden en het gedrag naar de jongeren toe, dragen voor een groot gedeelte bij aan de sportbeleving van jongeren. Daarnaast is tijdsdruk een reden om minder of helemaal te stoppen met sporten. Enerzijds is het voor jongeren vooral het idee dat ze druk zijn, doordat er veel van hen gevraagd wordt en ze de druk voelen vanuit hun omgeving. Anderzijds neemt de schooldruk toe en zullen jongeren meer moeten gaan plannen, hierbij moeten er keuzes gemaakt worden. Die keuze zal uiteindelijk alleen op sport vallen, als zij een sport beoefenen die écht bij hen past.



1. Plezier beleving

2. Benadering trainer

3. Drukker leven

SportSurprise

Ontdek de leukste sport tijdens de gymles

Verrassende ontdekking

Een aantal jaar geleden werd er een gastgymles bossaball gegeven op mijn middelbare school. Ik had nog nooit eerder van de sport gehoord, en was benieuwd naar hoe de les zou verlopen. De les werd gegeven door twee enthousiaste trainers die ons de basis van bossaball aanleerden. Ik vond het zo leuk dat ik uiteindelijk lid geworden ben van de bossaball vereniging. Op een ongedwongen manier heb ik kennis kunnen maken met een voor mij nog onbekende sport, waar ik anders waarschijnlijk niet mee in aanraking was gekomen. De stap om mij aan te melden voor de vereniging was vele malen kleiner, omdat ik al kennis had gemaakt met de trainers en was geïnformeerd over de speeltijden. Verrassend genoeg maakte ik door deze gymles dus de switch naar een nieuwe sport. Zo ontstond het idee voor *SportSurprise*: een vernieuwend concept waarbij jongeren tijdens de gymles verrast worden met steeds een andere (nieuwe) sport en zo ontdekken wat ze het leukste vinden.

Beleven tijdens de gymles

Wanneer jongeren een sport beoefenen die het beste past bij hun kwaliteiten, is de kans groot dat ze doelgerichter zijn, meer intrinsiek gemotiveerd zijn om te blijven sporten en zullen ze waarschijnlijk veel minder snel afhaken. Het is hierbij belangrijk dat jongeren succeservaringen hebben en bovenal plezier beleven aan de sport. Echter kunnen zij alleen ontdekken welke sport ze het leukste vinden, als ze hun horizon verbreden en daadwerkelijk in aanraking komen met die sport. De gymles op school biedt hiervoor een uitgelezen kans. Omdat de gymles onder schooltijd valt, hoeven jongeren geen extra tijd vrij te maken. Daarnaast kunnen ze alvast kennismaken met de trainer(s) en worden zij geïnformeerd over de mogelijkheden wanneer ze enthousiast zijn over de sport.

Het concept

Breng scholen en sportverenigingen bij elkaar op één platform: SportSurprise Zaanstad. SportSurprise brengt sportverenigingen in contact met basis- en middelbare scholen. Wanneer een sportvereniging is aangemeld bij SportSurprise, kunnen ze contact opnemen met aangesloten basis- en middelbare scholen in Zaanstad. Ook scholen kunnen zich aanmelden en uit de lijst van deelnemende verenigingen kiezen wie zij willen benaderen. Het inplannen van de gastlessen verloopt rechtstreeks tussen de school en de sportvereniging. Tijdens de gastgymles komt een gekwalificeerde trainer van de vereniging een sportles verzorgen. Enthousiaste leerlingen kunnen zich vervolgens aanmelden voor een kennismakingsles bij de vereniging. Vinden ze na deze les de sport echt leuk, dan kunnen zij ervoor kiezen om bij de vereniging een lidmaatschap uit te proberen.

Impact en haalbaarheid

Uit een onderzoek dat is uitgevoerd in opdracht van het NOC*NSF, blijkt dat leerlingen uit zowel het basis- als voortgezet onderwijs die op school sportlessen krijgen van sportverenigingen erg tevreden zijn over de lessen. Ook de deelnemende scholen zijn doorgaans tevreden met de aanvulling op de reguliere gymlessen. Sportverenigingen zien het geven van sportlessen op school vooral als een goede manier om jeugd kennis te laten maken met de sport en vereniging. Dit kan uiteindelijk leiden tot een lidmaatschap bij de vereniging. SportSurprise is een schaalbaar concept dat op korte termijn realiseerbaar is. Vergelijkbare initiatieven als 'Sport jij al?' van sportservice Nijmegen, 'SportsWave' Den Haag en 'SportSpot' hebben zich al bewezen. SportSurprise creëert een uniek platform voor een sportieve samenwerking tussen scholen en verenigingen in Zaanstad. Het platform kan door de gemeente Zaanstad worden gerealiseerd in de vorm van een website.

Jongeren

- ❖ Vrijblijvend en in een veilige omgeving een sport uitproberen
- ❖ Samen met klasgenoten een sport ontdekken
- ❖ Direct kennismaken met de trainer(s)
- ❖ Verrassende nieuwe sporten uitproberen zonder lid te zijn van een vereniging
- ❖ Eerder besluiten om samen met een vriend/vriendin te starten met de sport
- ❖ Laagdrempelig (beginnersniveau en niet 'nieuw' in de groep)
- ❖ Geen tijd vrij hoeven maken om een sport te leren kennen, gym is een verplicht vak
- ❖ De verenigingen zijn gevestigd in Zaanstad en omgeving, ze zitten dus in de buurt

Sportverenigingen

- ❖ Eigen inrichting van de gymles door het geven van een kennismakingstraining
- ❖ Actief werven en aantrekken van nieuwe jeugdleden
- ❖ Veel kinderen tegelijk laten kennismaken met de sport en de vereniging
- ❖ Promotie van de vereniging op scholen
- ❖ Kinderen/jongeren in beweging brengen
- ❖ Gelegenheid om informatie te verstrekken over de sporttijden en mogelijkheden (recreatief/competitief)
- ❖ Scholen in Zaanstad en omgeving kosteloos benaderen via het SportSurprise platform

Scholen

- ❖ Kwalitatieve aanvulling op de gymles
- ❖ De mogelijkheid om leerlingen een breder aanbod in sport aan te bieden
- ❖ Materiaal is (vaak) aanwezig in de gymzaal, of wordt verzorgd door de vereniging
- ❖ Gymdocent raakt geïnspireerd door andere manieren van lesgeven en ziet waar leerlingen plezier aan beleven
- ❖ Stimuleren dat leerlingen in beweging komen
- ❖ Rechtstreeks en kosteloos in contact komen met verenigingen in de omgeving via het SportSurprise platform



SportSurprise brengt jongeren op een verrassende manier in beweging door scholen en sportverenigingen met elkaar te verbinden.