

# Alle leerlingen actief!

Een onderdeel van de oplossing

Bram Buiting  
Adviseur

Datum: 10/12/2009

# Doel & Doelgroep

- **Het doel van de methodische aanpak Alle leerlingen Actief! is het activeren van inactieve leerlingen.**
- **Doelgroep; de leerlingen die niet reageren op het schoolbrede aanbod. De leerlingen waar echt iets meer bij nodig is om het plezier in bewegen te (her)vinden.**
- **Leerlingen tussen de tien en vierentwintig jaar. De interventie is geschikt voor zowel het primair, voortgezet als beroepsonderwijs (MBO).**

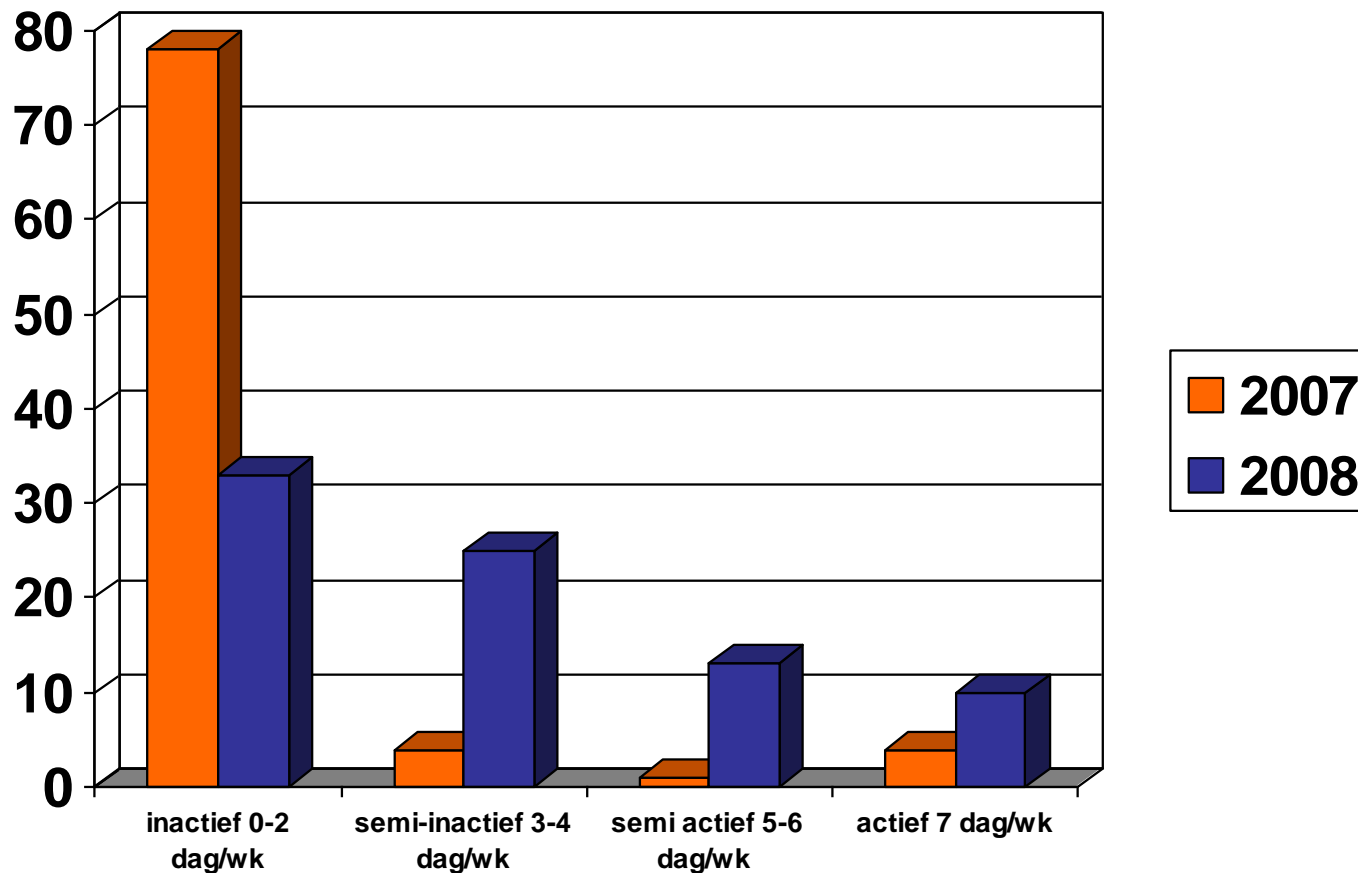


# Wat houdt de aanpak in?

- Met de aanpak worden leerlingen gemotiveerd tot sporten of andere vormen van bewegen.
- Deze motivatiegesprekken worden gevoerd volgens de methode van het *motiverende gespreksvoering*.
- Gesprekken met ouders hebben tot doel obstakels thuis weg te nemen.
- Uiteraard zorgen docenten ervoor dat ze op de hoogte zijn van sport- en beweegmogelijkheden in de omgeving van de school. Voor het succesvol toepassen van de aanpak is een *sportief schoolklimaat* een vereiste.



# Effecten van de Pilot 2007-2008



# De professional



De professionals (docenten of interne begeleiders) die motivatiegesprekken voeren met leerlingen dienen minimaal te beschikken over de volgende competenties;

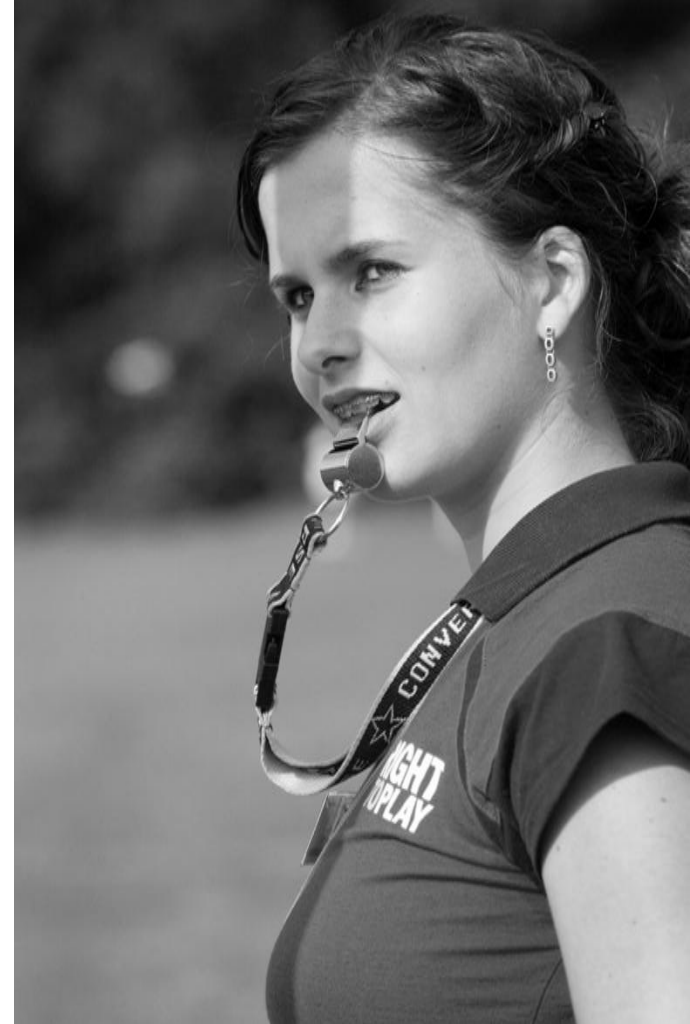
- Vertrouwensrelaties kunnen aangaan met leerlingen
- Zich kunnen verplaatsen in de motieven van leerlingen om niet te kunnen of willen bewegen
- Motiverende gespreksvaardigheden kunnen toepassen.
- Positieve attitude bezitten ten opzichte van sport en bewegen en deze uitstralen
- Kennis en inzicht hebben in sport en de beweegmogelijkheden in en om de school
- Tegenslagen kunnen verwerken
- Rol van *makelaar* en *schakelaar* kunnen vervullen tussen leerling, ouders, medewerkers van de school en beweegaanbieders.

# Wie is geschikt om als professional in te zetten

Wie	Voordeel	Nadeel
Vakkracht LO	<ul style="list-style-type: none"><li>•motivatie</li><li>•kennis van sport en bewegen</li><li>•kennis van beweeggedrag van leerlingen</li><li>•Kennis van het aanbod</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•vooroordelen bij leerlingen: "Hij wil dat ik meer ga sporten"</li><li>•veel leerlingen zijn onbekend</li></ul>
Klassenmentor VO/ Groepsleerkracht PO/ interne begeleider	<ul style="list-style-type: none"><li>•intensieve banden met leerlingen en ouders</li><li>•heeft vaak een 'compleet plaatje van zijn leerling</li><li>•kan problemen op meerdere terreinen met elkaar in verband brengen.</li><li>•beschikt in sommige gevallen al over coachingsvaardigheden</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>•kans dat deze minder beweeg-minded is</li><li>•Minder kennis van het aanbod</li></ul>

# Start, duur en kosten van trainingen

- Het volgen van de training is essentieel om met de methodiek te kunnen werken.
- De training bestaat uit vier dagdelen, waarvan de laatste twee dagdelen bestaan uit terugkomdagen om de techniek te onderhouden.
- De kosten voor de training bedragen €500,-. NISB zal 50% voor haar rekening nemen waardoor de kosten voor school €250,- bedragen.
- De kosten voor de inzet van uren voor rekening van de school.

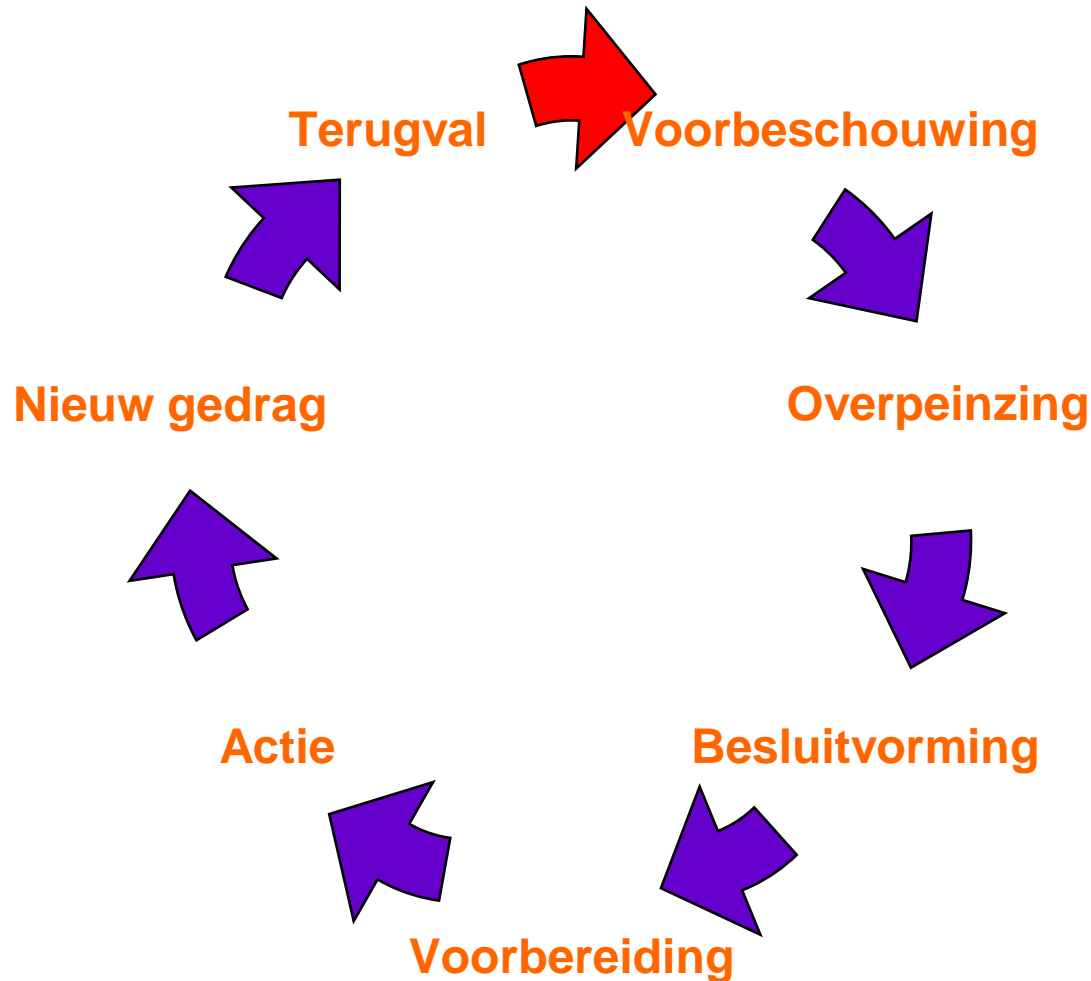


# Hoe werkt motiverende gespreksvoering



- Met behulp van motiverende gespreksvoering kun je intrinsieke motivatie van een jongere om te bewegen beïnvloeden
- Een van de uitgangspunten hierbij is dat gedragsverandering een proces is, waarbij een jongere verschillende fasen doorloopt.
- Tijdens een gesprek is het belangrijk om als docent begeleider aan te sluiten bij de fase waarin de jongere zich bevindt.

# Fasen van gedragsverandering



<b>Fase van jongere</b>	<b>Mogelijke houding / uitspraak in deze fase</b>	<b>Motiverende taak van helper</b>
<b>Voorbeschouwing</b>	“Meer bewegen komt nog niet in mij op”	Zaai twijfel – vergroot het gevoel bij de jongere over de risico's en problemen van het huidige gedrag
<b>Overpeinzing</b>	“sport is wel leuk, misschien leuk om toch eens te gaan doen “	Laat de balans doorslaan – Vergroot de redenen van de jongere voor veranderen en de risico's van niet veranderen
<b>Besluitvorming</b>	“Ja, ik ga sporten”	Help de jongeren te bepalen wat voor hem/haar de beste strategie is om tot verandering te komen.
<b>Vorbereiding</b>	“Ik ga bij een sportvereniging X vragen wanneer ik daar terecht kan”	Help de jongere stappen te ondernemen om die strategie uit te voeren
<b>Actieve verandering</b>	“Ik ga naar de sportlessen”	Ondersteun de jongere bij wat hij/zij doet.
<b>Nieuw gedrag</b>	“Ik sport nu wekelijks bij sportvereniging X”	Help de jongere terugval aan te zien komen en strategieën klaar te hebben in het geval dat nodig is.
<b>Terugval</b>	“Ik vond het niet meer leuk en ben gestopt”	Help de jongere de terugval te zien als leerproces en begeleidt hem opnieuw door relevante fases

**Bram Buiting**  
Adviseur



**www.nisb.nl**  
**0318-490 900**  
**bram.buiting@nisb.nl**