

KIES VOOR HART EN SPORT AL JAREN SUCCESVOL

Het project Kies voor Hart en Sport is in 1996 ontwikkeld door de Nederlandse Hartstichting, NOC*NSF en de provinciale sportraden (vertegenwoordigd in de IOS). Elk jaar kozen meer gemeenten voor het project. Momenteel zijn er 84 gemeenten die het project aanbieden aan scholen en sportaanbieders in de gemeente. In dit artikel enige achtergrondinformatie rondom organisatie, inhoud van de cursus en de rol van de trainer. De organisatie kan per gemeente verschillen.

WIE ZIJN BIJ HET PROJECT BETROKKEN?

De projectgroep

Het project 'Kies voor Hart en Sport' wordt gecoördineerd vanuit een projectgroep, dit betekent dat zowel de school als de sportaanbieder van een aantal taken wordt bevrijd. In de projectgroep zijn vertegenwoordigd de ambtenaar sportzaken van de gemeente, de consultant jeugdsport van de provinciale Sportraad en waar mogelijk wordt samengewerkt met de GGD, groeps- en vakleerkrachten lichamelijke opvoeding en vertegenwoordigers vanuit de lokale sport. De projectgroep zorgt voor de financiën, invulling van het project, planning van activiteiten, promotie, publiciteit en continuïteit.

De School

De schooldirectie

De schooldirectie is belangrijk m.b.t. het verlenen van toestemming voor het meedoen aan het project 'Kies voor Hart en Sport'. Naar de ouders toe spelen zij een belangrijke rol in het benadrukken van het nut van sporten voor hun kind.

Groepsleerkrachten

Het project wordt gedeeltelijk uitgevoerd in het klaslokaal door de groepsleerkracht. De groepsleerkracht is ontzettend belangrijk voor het stimuleren en motiveren van de leerlingen. Zeker als het gaat om het inschrijven voor de sportcursus.

Vakleerkrachten lichamelijke opvoeding

Er zijn basisscholen waar de groepsleerkracht of de vakleerkracht lichamelijke opvoeding de lessen in de gymzaal verzorgen. Het is vaak ook mogelijk om een 'vliegende vakleerkracht' in te zetten die de lessen in de gymzaal verzorgt.

De leerlingen zelf

Leerlingen die voor het eerst met een bepaalde tak van sport in aanraking komen, willen ervaren wat het eigene van de sport is en wat deze sport te bieden heeft. Op voorhand staat niet vast dat zij zich voor langere tijd aan de sport willen binden.

Of kinderen een sport waarmee ze kennismaken blijven beoefenen, hangt in belangrijke mate af van de wijze waarop de kennismaking plaatsvindt en vooral van het optreden van de begeleiders. Past dit niet bij de belevingswereld van de leerlingen dan zal de introductie weinig succesvol zijn.

Jonge kinderen hechten veel waarde aan het zich uitleven, het bezig zijn. Zij moeten hun energie kwijt kunnen. Kinderen van 12-13 jaar hechten daarnaast ook veel waarde aan het sociale aspect van sport, het samen zijn met leeftijdgenoten. Jeugd wil op steeds jongere leeftijd verantwoordelijkheid nemen (en krijgen) voor haar doen en laten. De sportaanbieder kan hierop inspelen door bijvoorbeeld hen in een training meer te betrekken bij het zelf bedenken van oplossingen. Geef ook aan wat de jeugd nog meer kan verwachten na de kennismaking zoals helpen bij de begeleiding/training van de jongste jeugd, lid worden van een commissie, deel uitmaken van het jeugdbestuur of lid worden van de redactie van het clubblad.



De sportaanbieder

Het bestuur/eigenaar

Het inlichten van het bestuur/eigenaar over deelname aan het project 'Kies voor Hart en Sport' is noodzakelijk voor het creëren van draagvlak en uit het oogpunt van beslissingsbevoegdheid.

De trainer

Het is belangrijk dat de trainer die de sport cursus verzorgt affiniteit heeft met de leeftijdsgroep. Training geven aan een bestaande groep is duidelijk anders dan lessen verzorgen in de kennismakingscursus. Er zijn een aantal belangrijke zaken:

- de activiteit moet vooral leuk zijn
- alle leerlingen moeten kunnen meedoen
- de leerlingen worden geïntroduceerd in de tak van sport en de sportvereniging/sportschool.
- de activiteiten moeten bijdragen aan de sociale ontwikkeling en integratie van jongeren
- leerlingen krijgen het gevoel bij de club te horen
- er is aandacht voor iedere leerling.

Duidelijk zal zijn dat de persoon die voor de groep staat de sport cursus kan 'maken of breken'. Naast sporttechnische kennis en pedagogische kwaliteiten is de persoonlijkheid natuurlijk erg belangrijk. Is er geen kwalitatief goed kader dan is het verstandiger daar eerst aan te werken voordat een sportaanbieder zich inschrijft voor het project 'Kies voor Hart en Sport'. Beter een latere kennismaking dan een slechte kennismaking! De provinciale Sportraden en de Sportbonden kunnen de sportaanbieders helpen bij het opleiden van jeugdkader of bij het opzetten van de sport cursus.

De contactpersoon

De contactpersoon namens de sportaanbieder is van essentieel belang voor een goed organisatorisch verloop van het project. Hij/zij moet zorgen voor:

- de contacten met de projectgroep
- afspraken maken over datum en tijd van de sport cursus
- afspraken maken over de vergoeding
- creëren van draagvlak binnen de sportvereniging/sportschool bv. door schrijven van een stukje in het clubblad en door verslag te doen van het project binnen de bestuursvergadering
- benaderen van geschikte jeugdtrainers en hulptrainers
- opvang van ouders bv. tijdens eerste en laatste training van de sport cursus



foto: gem. Heerenveen

De ouders

Het betrekken van ouders bij de sportcursus kan de effectiviteit en de efficiëntie van de kennismaking met de sportaanbieder aanzienlijk verhogen. Kinderen moeten toestemming krijgen van hun ouders om deel te nemen aan de sportcursus. Omdat ouders het nut en belang van sporten/bewegen niet altijd inzien zijn zij niet altijd enthousiast. Het is dus belangrijk dat ouders actief betrokken worden bij de sportcursus, zij willen immers wel weten waar hun kind naar toe gaat. Nodig hen bijvoorbeeld uit op de eerste training om kennis te maken of laat hen de laatste training genieten van een grootse demonstratie die is voorbereid tijdens de sportcursus. Ouders zullen hun kind meer motiveren om met de sport door te gaan als zij een goed gevoel hebben bij de sportaanbieder. Dus aandacht voor de ouders is ook zeker van belang.

Wat levert het project op?

Terecht horen wij sportaanbieders regelmatig zeggen: 'Waar doen we het voor, wat levert het ons op?' Een begrijpelijke reactie, het gaat in dit project tenslotte om kennismaking en niet om ledenwerving. Bedenk echter wel dat een goede introductie in de tak van sport in ieder geval zorgt voor promotie van de sport en de sportvereniging/sportschool. Wellicht levert het deelnemen niet direct nieuwe leden op maar in de toekomst kan dit wel het geval zijn, wanneer jongeren bv. via vrienden, studie of werk weer in aanraking komen met de tak van sport. Als zij op dat moment kunnen terugkijken op een goede introductie in de vereniging/sportschool is de kans op lidmaatschap veel groter dan wanneer zij nog nooit kennis hebben gemaakt of hier negatieve herinneringen aan hebben overgehouden.

Bron: boekje Kansen voor de Sportaanbieder, geschreven door Miranda Olsthoorn, Sportraad Zuid-Holland. Meerdere exemplaren à € 5,- (exclusief verzendkosten) kunt u bestellen bij Sportscan, via kies@sportscan.nl of per telefoon (038) 422 71 68.



foto: gem. Heerenveen