

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).**

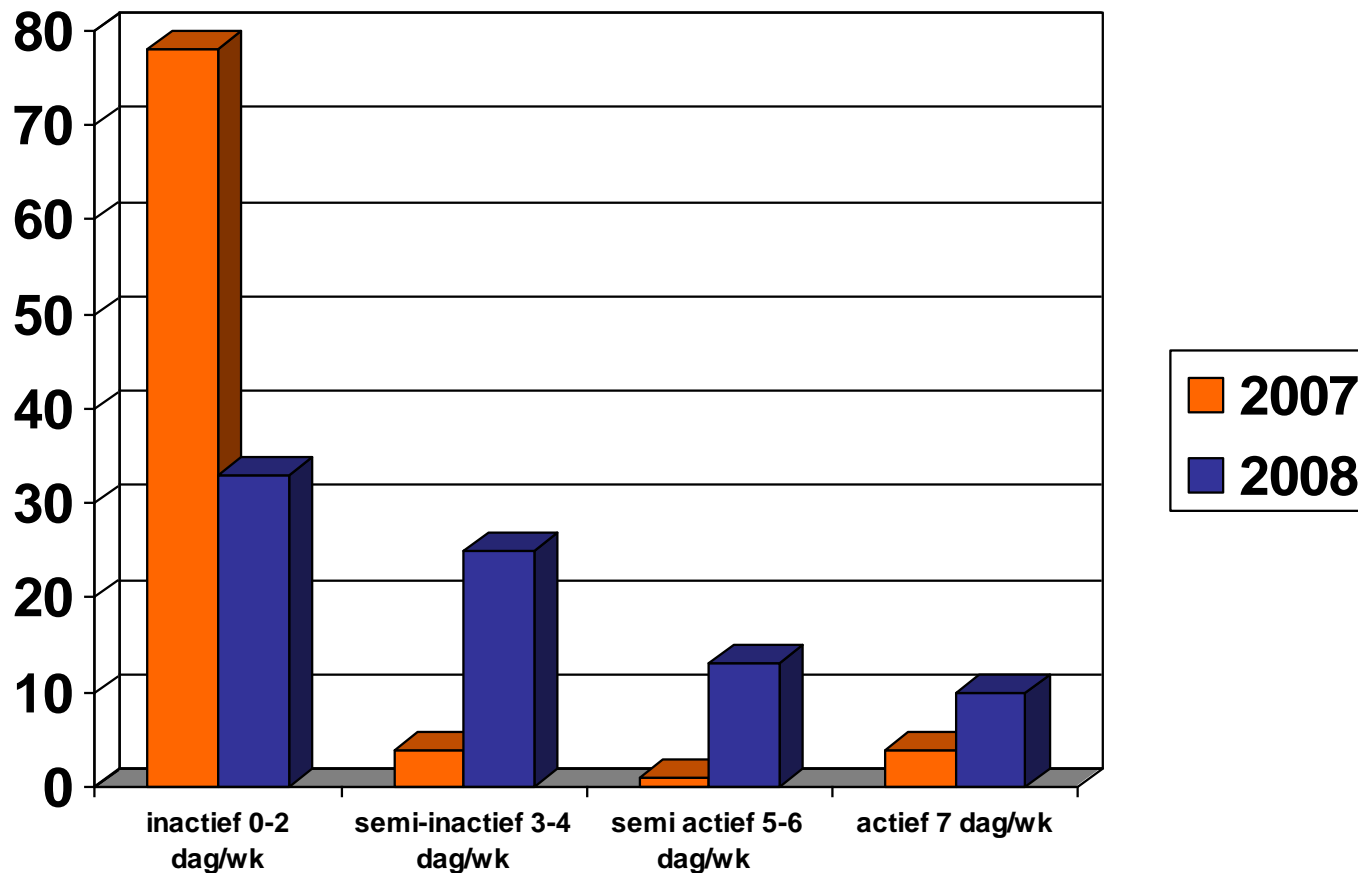


Wat houdt de aanpak in?

- 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;

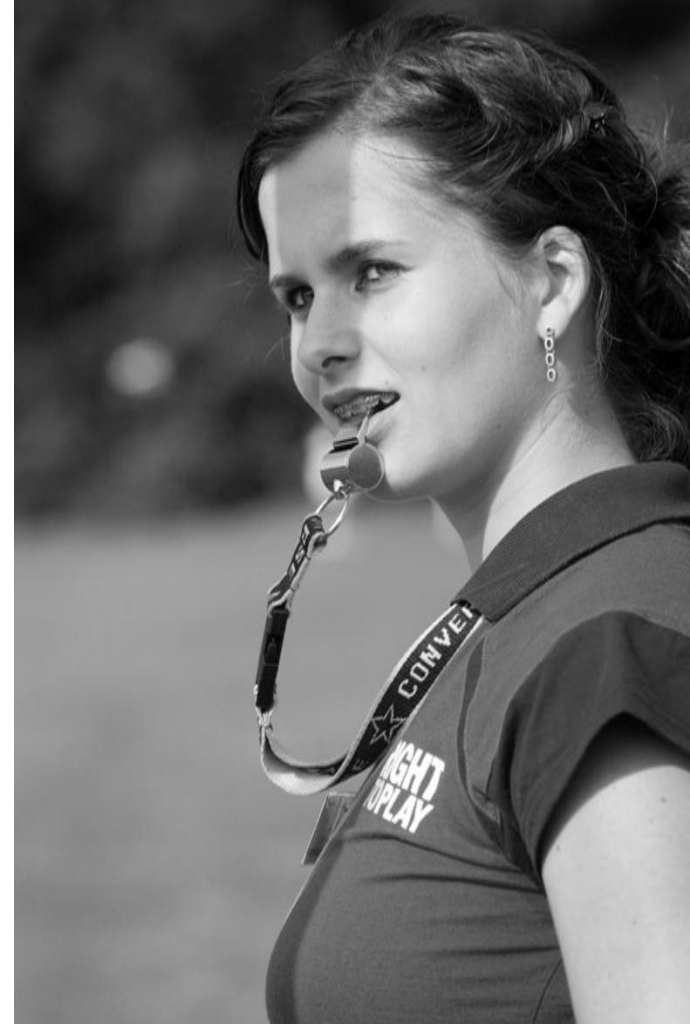
- Vertrouwensrelaties kunnen aangaan met leerlingen
- Zich kunnen verplaatsen in de motieven van leerlingen om niet te kunnen of willen bewegen
- Motiverende gespreksvaardigheden kunnen toepassen.
- Positieve attitude bezitten ten opzichte van sport en bewegen en deze uitstralen
- Kennis en inzicht hebben 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">•motivatie•kennis van sport en bewegen•kennis van beweeggedrag van leerlingen•Kennis van het aanbod	<ul style="list-style-type: none">•vooroordelen bij leerlingen: "Hij wil dat ik meer ga sporten"•veel leerlingen zijn onbekend
Klassenmentor VO/ Groepsleerkracht PO/ interne begeleider	<ul style="list-style-type: none">•intensieve banden met leerlingen en ouders•heeft vaak een 'compleet plaatje van zijn leerling•kan problemen op meerdere terreinen met elkaar in verband brengen.•beschikt in sommige gevallen al over coachingsvaardigheden	<ul style="list-style-type: none">•kans dat deze minder beweeg-minded is•Minder kennis van het aanbod

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.

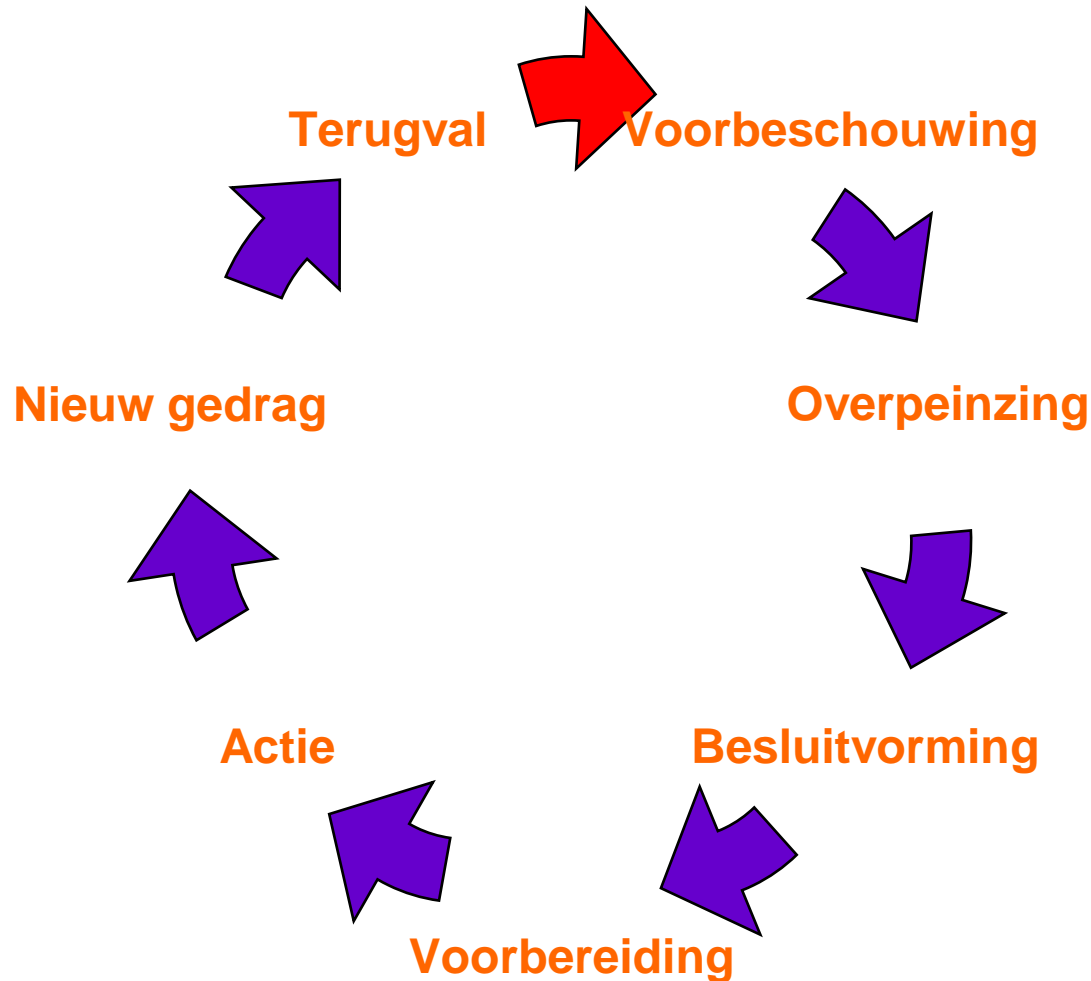


Hoe werkt motiverende gespreksvoering



- 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



Fase van jongere	Mogelijke houding / uitspraak in deze fase	Motiverende taak van helper
Voorbeschouwing	“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
Overpeinzing	“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
Besluitvorming	“Ja, ik ga sporten”	Help de jongeren te bepalen wat voor hem/haar de beste strategie is om tot verandering te komen.
Vorbereiding	“Ik ga bij een sportvereniging X vragen wanneer ik daar terecht kan”	Help de jongere stappen te ondernemen om die strategie uit te voeren
Actieve verandering	“Ik ga naar de sportlessen”	Ondersteun de jongere bij wat hij/zij doet.
Nieuw gedrag	“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.
Terugval	“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