



ALS DE JEUGD MAAR GOED ZIT

de mogelijkheden van
jeugdzitvolleybal in nederland

Voorwoord

In het eerste jaar van de toen nog Christelijke Academie Lichamelijke Opvoeding (CALO) weet je al dat er in het vierde en laatste jaar een uitdaging op je wacht: de afstudeerscriptie. Deze scriptie is voor mij de afsluiting van een mooie periode op de CALO, of eigenlijk de School of Human Movements and Sports (SHM&S). Het was een periode met onverwachte wendingen en erg mooie ervaringen. Nooit gedacht dat ik in mijn derde jaar voor stage naar het grote Amerika zou gaan. Nooit gedacht dat ik vervolgens op de SHM&S bij Calterno stage zou gaan lopen. Nooit gedacht dat mijn afstudeerscriptie in het teken zou staan van het aangepast sporten. Zitvolleybal was tot eind 2006 voor mij een nog onbekende sport.

Tijdens mijn stage in hét segmentteam CALTERNO, ben ik voor het eerst in aanraking gekomen met zitvolleybal. Volleybalvereniging Dros/Alterno had een zitvolleybalclinic georganiseerd. Deze clinic was voor mij een eerste kennismaking met het zitvolleybal, maar ook een kennismaking met Joze Banfi en Juke de Haan. Deze mannen hebben mij geïntroduceerd in de zitvolleybalwereld, dank hiervoor! Ik heb van het zitvolleybal genoten, maar vooral genoten van de blik in de ogen van de kinderen met een beperking tijdens het sporten! Spelers van FC Utrecht waren aan het sporten (ook zitvolleyballen!) met en tegen jeugd met een beperking. Het was één grote happening, de Sporting Tour bij revalidatiecentrum De Hoogstraat.

Wederom tijdens mijn stage, kwam ik in contact met de NeVoBo in de persoon van Allard Jongsma. Door hem ontmoette ik Wilco Nijland en Janine Peizier, mijn begeleiders vanuit de NeVoBo. Bedankt jullie allen dat ik mijn scriptie kon schrijven in het belang van de NeVoBo.

Bij deze wil ik ook van de gelegenheid gebruik maken om de SHM&S, in het bijzonder Rianne van Strien bedanken voor haar actieve medewerking, sturing en begeleiding bij het schrijven van mijn scriptie. Met daarbij de mogelijkheid om de werkzaamheden voor Calterno en deze scriptie te combineren. Verder bedank ik alle personen en instanties die mij van informatie hebben voorzien tijdens dit onderzoek en Matthijs Vrooijink voor de fraaie afwerking van mijn scriptie, geweldig! Als laatste wil ik mijn ouders, vriend en vrienden bedanken voor het aanhoren van de uitgebreide verslagen van mijn unieke ervaringen met het zitvolleybal!

Kitty Oerbekke

Mei, 2007



Samenvatting

In dit onderzoek staat de jeugd in de leeftijd van zes tot twintig jaar centraal, jeugd met een lichamelijke beperking en/of sportblessure. Doel van dit onderzoek is de NeVoBo mogelijkheden aan te reiken om meer jeugd aan het zitvolleybal te binden. Om dit doel te bereiken is middels een desk- en fieldresearch onderzocht wat de NeVoBo te bieden heeft en zou moeten bieden om jeugd aan het zitvolleybal te binden. Tevens worden ervaringen en ideeën uit het werkveld (onderwijs, revalidatie, verenigingen etc.) weergegeven. In deze samenvatting worden de hoofdlijnen weergegeven van de voornaamste uitkomsten van dit onderzoek.

Zitvolleybal een keuze

Om zitvolleybal te spelen heb je een goede bovenste extremiteit en rompstabiliteit nodig. Uiteindelijk is de 'wil' bepalend voor het wel of niet beoefenen van een sport. In dit geval, de keuze voor het zitvolleybal. Voor jeugd met een beperking is sporten niet vanzelfsprekend. Jeugd met een beperking krijgt te maken met extra fysieke, organisatorische en mentale barrières. Zo kunnen financiële middelen ontbreken, er is een gebrek aan deskundige leiding en het vervoer van en naar de sportaccommodatie is een probleem. Daarnaast spelen persoonlijke factoren zoals het sneller vermoeid raken, een grotere kans op blessures en de acceptatie van de beperking een belangrijke negatieve rol bij de keuze om wel of niet te gaan sporten.

Acceptatie

De jeugd zal als eerste de stap moeten maken naar het aangepast sporten. Acceptatie dat het staand volleybal niet meer reëel is en dat zitvolleybal een goed alternatief is. Zitvolleybal is een snel en krachtig spel waarbij lichamelijk en geestelijk gehandicapten niet bij elkaar in één team geplaatst moeten worden. Hierdoor blijft het zitvolleybal voor beide partijen haalbaar en flitsend. Mensen met een lichamelijke beperking hechten veel waarde aan de mening van de (para)medici door wie ze behandeld worden. Ze vinden het belangrijk om advies van (para)medici op te volgen. Om meer jeugd aan het zitvolleybal te binden moeten deze (para)medici een positief beeld van zitvolleybal krijgen en de cliënten met zitvolleybal in aanraking brengen.

Kennismaken

Waarom zou iemand wel of niet gaan zitvolleyballen, de eerste stap die gemaakt moet worden is mensen bekend maken met het zitvolleybal. Als mensen zitvolleybal zien zijn ze meestal enthousiast. Bij een eerste kennismaking is het belangrijk dat de jeugd zich op zijn/haar gemak voelt. Dit kan op school of binnen het revalidatie centrum zijn, maar ook tijdens activiteiten waar andere familieleden betrokken zijn. Kinderen met een lichamelijke beperking bevinden zich in het speciaal onderwijs, maar potentiële zitvolleyballers bevinden zich ook in het reguliere onderwijs zitten. Om ook deze kinderen te bereiken zou gebruik gemaakt moeten worden van ambulante begeleiding en de Regionale Expertise Centra (REC). Maar ook door de organisatie van clinics op reguliere basisscholen kan de NeVoBo kinderen met een lichamelijke beperking spotten. Spotten om vervolgens persoonlijk contact te onderhouden en jeugd uit te nodigen om vrijblijvend kennis te maken met het zitvolleybal bij de vereniging. Schooltoernooien zijn ook erg geschikt om de potentiële doelgroep, maar ook evt. hun broertjes, zusjes en vriendjes met zitvolleybal in aanraking te laten komen. Waarom kan er eigenlijk geen zitvolleybal gespeeld worden op het schoolplein? Kinderen met een beperking zijn erg bedreven om een speelterrein te verleggen naar plekken waar ze wel mee kunnen doen. De NeVoBo zal ook gedrevenheid moeten tonen en kinderen ondersteunen om materialen en een toegankelijke zitvolleybalvorm te ontwikkelen om (op het schoolplein) zitvolleybal te spelen met kinderen uit de buurt. Bij zitvolleybal wordt de gelijkheid tussen sporters onderling, niet-gehandicapt én gehandicapt geaccentueerd. De NeVoBo zal op zoek moeten gaan naar bijzondere mogelijkheden om het zitvolleybalspel overal toegankelijk te maken.

Ontwikkeling van producten

Naast het ontwikkelen van producten kent de NeVoBo producten welke aansluiten bij de wensen en behoeften van de jeugd. Hierbij kan gedacht worden aan de Ultimate Volleybal Experience (UVX), skillvolleybal en het Circulatie Mini Volleybal. De jeugdcultuur van jeugd met een beperking verschilt nauwelijks van kinderen zonder beperking, UVX is uitermate geschikt voor jeugd met een beperking. Door Circulatie Zitvolleybal aan te bieden, worden technieken op verschillende niveaus aangeleerd. Technieken waarbij de dubbelfunctie van de armen bij het zitvolleybal voor extra moeilijkheid zorgt. De NeVoBo zal haar huidige producten toegankelijk moeten maken voor jeugd met een beperking. Prestatiemogelijkheden zijn van belang, maar belangrijker is het plezier en de kans van het kind om de eigen mogelijkheden te ontdekken en het zitvolleybal steeds beter te kunnen spelen.

Samenwerking

Er zijn in Nederland tal van organisaties die zich inzetten voor jeugd met een beperking, denk hierbij aan het platform voor jongeren met een beperking (Jopla) of de Nederlandse Stichting voor Gehandicapte Kinderen (NSGK). Nu zitvolleybal is geïntegreerd binnen de NeVoBo betekent dit niet dat er geen samenwerking meer mogelijk is met de NebasNsg. De NebasNsg en andere partners beschikken over een netwerk om de jeugd te bereiken. De NeVoBo beschikt over de kennis van het zitvolleybalspel en de mogelijkheden van het zitvolleybalspel welke aansluiten bij de wensen en behoeften van de doelgroep. Maar belangrijk is ook: De NeVoBo zal met verenigingen samen moeten werken en de vereniging moeten ondersteunen. De vereniging kan de jeugd structureel zitvolleybal bieden en zodoende de jeugd aan het zitvolleybal te binden. De jeugd kan net als de rest van de familie en zijn/haar vrienden sporten bij de vereniging en genieten van de gezelligheid binnen de vereniging.

De vereniging

Landelijk staat de integratie van mensen met een beperking hoog op de agenda. Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport wil ook de sportbeoefening van mensen met een beperking binnen de vereniging bevorderen. De belangrijkste voorwaarde om (jeugd)zitvolleybal bij een vereniging op te zetten is een positieve houding van de vereniging ten opzichte van mensen met een beperking. De gemeente kan ook aangesproken worden op haar verantwoordelijkheden om de vereniging te ondersteunen bij de integratie van lichamelijk gehandicapten binnen de vereniging. Voor de vereniging zijn er vier factoren van belang om jeugd te krijgen en vervolgens te behouden binnen de vereniging. Deze vier factoren zijn; 1. Jeugdparticipatie 2. Inspringen op de sociaal economische en culturele factoren van de jeugd 3. Opleiden en ondersteunen van kader, trainers en begeleiders en 4. Erkenning voor de rol van de ouders. De NeVoBo zal de vereniging dan ook moeten ondersteunen bij de realisatie van o.a. deze vier factoren. Voor deze ondersteuning kan de NeVoBo en de vereniging zelf een samenwerking aangaan met onderwijsinstellingen (o.a. sportopleidingen). Het is goed om één krachtige volleybalvereniging in een regio op te zetten, welke een samenwerking aan kan gaan met een revalidatiecentrum en/of een school in het speciaal onderwijs. Versplintering van verenigingen zal voorkomen moeten worden.



Inhoudsopgave

Voorwoord

Samenvatting

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1 - Inleiding.....7

1.1 Aanleiding.....8

1.2 Vraag- en doelstelling.....8

1.3 Methode van onderzoek.....9

Hoofdstuk 2 - Iedereen kan zitvolleyballen.....11

2.1 Fysieke voorwaarden zitvolleybal.....12

2.2 Kenmerken van kinderen.....12

2.2.1 Samen zitvolleyballen.....13

2.2.2 Een prettige speelplek.....13

2.3 De jongerencultuur.....14

2.4 Iedereen kan leren zitvolleyballen.....15

Hoofdstuk 3 - Sportbeoefening van de jeugd.....17

3.1 Sportbeoefening van jeugd.....18

3.1.1 Motivatie om te gaan sporten.....18

3.1.2 Sporten bij de vereniging.....18

3.1.3 Vervoersproblematiek.....19

3.1.4 Persoonlijke drempels.....19

3.1.5 Sporten in teamverband.....19

3.2 Sporten Bewegen in het onderwijs.....20

3.2.1 Sport en Bewegen in het Speciaal onderwijs.....20

3.2.2 (Aangepast) Sport & Bewegen in het reguliere onderwijs.....20

3.3 Sport en bewegen binnen de revalidatie.....21

Hoofdstuk 4 - Kennismaken met zitvolleybal.....22

4.1 Zitvolleybal clinic.....23

4.2 Projecten in het onderwijs.....24

4.2.1 Speciaal onderwijs.....24

4.2.2 Regulier onderwijs.....25

4.3 Projecten binnen de revalidatie.....25

4.4 Samenwerking.....26

Hoofdstuk 5 - Jeugdzitvolleybal bij de vereniging.....28

5.1 Stand van zaken (jeugd)zitvolleybal bij de NeVoBo.....29

5.1.1 NeVoBo buitengewoon lid NebasNsg.....29

5.1.2 Nationale competitie.....29

5.2 Verenigingsondersteuning.....30

5.3 Jeugd binnen de vereniging.....31

5.4 Ouders en jeugdzitvolleybal.....32

5.5 Kader en jeugdzitvolleybal.....33

5.5.1 Trainer/coach.....34

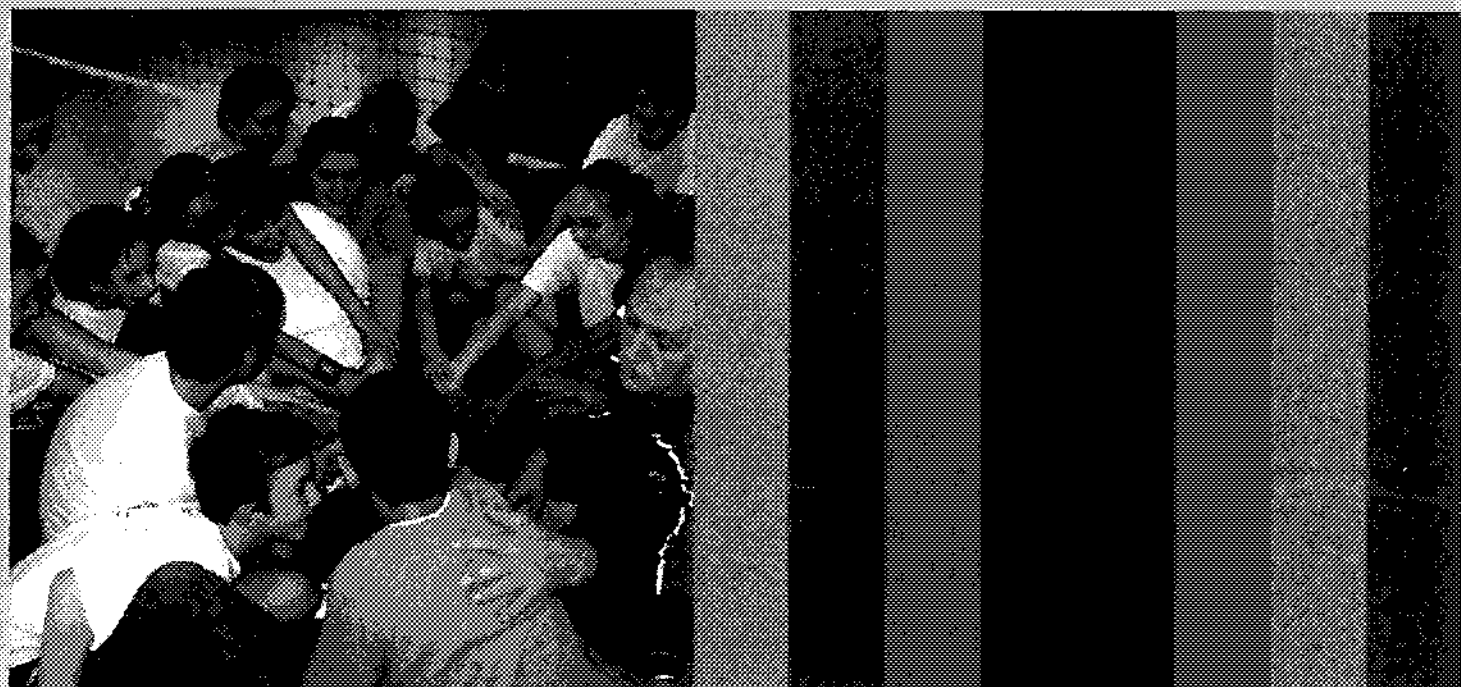
5.5.2 Scheidsrechter.....34



Hoofdstuk 6 - Experts over zitvolleybal.....	36
6.1 Persoonlijke voorwaarden.....	37
6.1.1 Fysieke voorwaarden.....	37
6.1.2 Mentale voorwaarden.....	37
6.2 Kennismaken met het zitvolleybal.....	38
6.3 Teamsport.....	38
6.4 Organisatorische voorwaarden binnen de revalidatie.....	38
6.5 Organisatorische voorwaarden in het onderwijs.....	39
6.6 Zitvolleybal bij de (zit)volleybalvereniging.....	39
Hoofdstuk 7 - Conclusies en aanbevelingen.....	41
Hoofdstuk 8 - Bronnenlijst.....	47
8.1 Literatuur.....	48
8.2 Internet.....	49
8.2.1 Onderzoeksrapporten.....	49
8.2.2 Websites.....	49
Bijlagen.....	50
Bijlage A - Mogelijke samenwerkingspartners NeVoBo.....	51
Bijlage B - Expertinterviews.....	53
Bijlage C - Opbouw van het onderwijs.....	63
Bijlage D - Transtheoretisch model.....	64



1. INLEIDING



1.1 Aanleiding

Het is steeds vaker mogelijk om het kind met een lichamelijke, verstandelijke of meervoudige handicap of een langdurige ziekte en/of chronische aandoening op een school in de buurt waar het opgroeit, te plaatsen.¹ Er vindt ook een verschuiving plaats in de integratie van jeugdigen met een beperking in de sport. Bij de integratie van jeugd met een beperking in de sport zal ook de NeVoBo een rol gaan spelen. *"De eerste stap is in 2003 gezet, de NebasNsg en de NeVoBo hebben een intentieverklaring getekend, waarin werd vastgelegd dat zij samen zullen streven naar een integratie van het zitvolleybal binnen de 'gewone' volleybalbond."*² Vervolgens is de overeenkomst geformaliseerd in 2005 met de ondertekening van samenwerkingsovereenkomst NeVoBo en NebasNsg³. De integratie van het zitvolleybal sluit aan bij de missie van de NeVoBo. *"De NeVoBo maakt volleybal toegankelijk voor zoveel mogelijk mensen, door een op maat gesneden dienstverlening"*.⁴ De NeVoBo biedt met het zitvolleybal nu ook mogelijkheden voor mensen met een beperking, sportgeblesseerden en iedereen die het zitvolleybal leuk vindt om te beoefenen.

Zitvolleybal is een snelle, spectaculaire sport om te beoefenen en om naar te kijken. Het zitvolleybal in Nederland kent vele oudere spelers, waardoor de drempel extra hoog is voor de jeugd om te gaan zitvolleyballen. Om in de toekomst het zitvolleybal te laten groeien is het van belang dat jongeren zitvolleybal ontdekken en de sport ook trouw blijven.⁵ Voor de NeVoBo is het zaak om in beeld te krijgen wie potentiële jeugdzitvolleyballers zijn en wat de kenmerken zijn van deze jeugd. Wat zijn de redenen om het zitvolleybal te beoefenen en trouw te blijven aan het zitvolleybal?

1.2 Vraag- en doelstelling

De vraag die bij dit onderzoeksrapport centraal staat luidt als volgt:

Op welke wijze kan de NeVoBo meer jeugd in de leeftijd van zes tot en met twintig jaar aan het zitvolleybal binden?

Allereerst volgt er een omschrijving van enkele begrippen uit de hierboven geformuleerde vraagstelling.

- 'NeVoBo': De productontwikkelaars en volleybalconsulenten gevestigd in het Hoofdkantoor "Huis van de Sport".
- 'Jeugd': Kinderen in de leeftijd van zes tot twaalf jaar en jongeren in de leeftijd van twaalf tot twintig jaar. Dit onderzoek richt zich vooral op jeugd met sportblessures en/of een lichamelijke beperking. Een lichamelijke beperking kan omschreven worden als de afwezigheid of afwijking van een anatomische structuur of functie welke de normale rolvulling van de betrokkene kan belemmeren, begrenzen of verhinderen.
- 'Zitvolleybal': De spelvorm van volleybal waarbij verplaatst wordt doormiddel van het zitvlak en het zitvlak bepalend is tijdens het spelmoment.

¹ Ree Noord Holland Cluster III, *Ambulante begeleiding*, www.recnoordholland.nl, geraadpleegd 22 maart 2007

² Van der Loo, P in: Haan de, J, (2004). *Zitvolleybal*. Haarlem: De Vriescheborch

³ Huizing, M, (2006). *Samenwerking NeVoBo NebasNsg*. Informatiebrief verenigingen.

⁴ NeVoBo, Organisatie, Missie, www.volleybal.nl, geraadpleegd 15 maart 2007.

⁵ Nijland, W (2007). *Zitvolleybal voor jeugdigen met een beperking in Nederland*. Projectplan Versie 1.0. 18 december 2006. Nieuwegein: NeVoBo



Naast de hierboven beschreven begrippen zijn de volgende vier deelvragen sturend voor het onderzoek.

1. *Wat zijn voorwaarden om zitvolleybal te kunnen spelen?*

Bij deze voorwaarden gaat het niet alleen om de fysieke voorwaarden, maar ook om de mentale en organisatorische voorwaarden om jeugdzitvolleybal te kunnen spelen en aan te bieden.

2. *Wat zijn de kenmerken van jeugd in de leeftijd van zes tot twintig jaar?*

Om jeugdspelers aan het zitvolleybal te binden is het belangrijk om te weten 'wie' de jeugd is en 'wat' voor de jeugd belangrijk is. Duidelijk wordt hoe de jeugd gestimuleerd, geadviseerd en ondersteund moet worden om ze te binden aan het zitvolleybal.

3. *Waar kan de NeVoBo de jeugd voor het zitvolleybal bereiken?*

Door de beantwoording van deze vraag weet de NeVoBo waar ze de potentiële doelgroep met zitvolleybal in aanraking kunnen laten komen en kan ze haar middelen efficiënt inzetten.

4. *Wat is de rol van de vereniging bij jeugdzitvolleybal?*

Integratie van het zitvolleybal binnen de NeVoBo en de volleybalverenigingen, wat zijn de mogelijkheden van jeugdzitvolleybal bij de vereniging te implementeren.

De doelstelling van dit onderzoek is het in kaart brengen van de doelgroep en vervolgens de NeVoBo inzicht te geven over de wijze waarop ze jeugd in de leeftijd van zes tot twintig jaar aan het zitvolleybal kan binden. De conclusies en aanbevelingen moeten de NeVoBo inzicht geven in de mogelijkheden die er zijn om het zitvolleybal in Nederland op de kaart te zetten en meer jeugdleden voor het zitvolleybal te werven. Dit onderzoek is ook geschikt voor volleybalverenigingen om meer inzicht te krijgen in de doelgroep en welke factoren van belang zijn om jeugdzitvolleyballers binnen de vereniging te krijgen en ze vervolgens te behouden.

1.3 Methode van onderzoek

Tijdens dit onderzoek zijn verschillende manieren van onderzoek gehanteerd. Voorafgaand aan dit onderzoek heb ik een oriënterend gesprek gevoerd met Wilco Nijland en heb ik inzicht gekregen in de doelen die de NeVoBo voor ogen heeft m.b.t het jeugdzitvolleybal. Vervolgens is er een theoretisch onderzoek verricht doormiddel van een uiteenlopende literatuurstudie. Betrouwbare bronnen zoals literatuur en onderzoeksrapporten op het gebied van jeugd met beperking, veelal gerelateerd aan sport, zijn hiervoor nageslagen. Voor de fieldresearch heb ik (zitvolleybal)evenementen bezocht zoals de zitvolleybalclinic bij Dros/Alterno, Womens Day Zitvolleybal bij Omniworld en de Sporting Tour bij revalidatiecentrum de Hoogstraat. De fieldresearch bestaat hoofdzakelijk uit een kwalitatief onderzoek welke bestaat uit zes expert interviews. Deze interviews verschaffen mij verdieping en inzichten voor de beantwoording van de hoofd en deelvragen. Vanuit de zitvolleybalwereld waren dit Elvira Stinissen en Aletta Slagter. Van buiten het zitvolleybal waren dit Franceline van de Geer (NebasNsg), Joyce Jansen (Sint Maartenskliniek) en Els Duijn (De Hoogstraat). De uitkomsten van het veldonderzoek zijn in één hoofdstuk op onderwerp verwerkt in dit rapport. De voornaamste conclusies en aanbevelingen worden als laatste in dit onderzoek uiteengezet. De conclusies maken de uiteindelijke aanbevelingen inzichtelijk. De aanbevelingen gaan richting de NeVoBo en naar de vereniging.

1.4 Leeswijzer

Deze scriptie is opgedeeld in hoofdstukken, paragrafen en subparagrafen. In hoofdstuk 2 is beschreven *wie* zitvolleybal kan (leren) spelen en een weergave van wat er zoal speelt binnen de doelgroep. Hoofdstuk 3 richt zich op het sportgedrag van jeugdigen met een beperking. Hoofdstuk 4 beschrijft de mogelijkheden om jeugd kennis te laten maken met het zitvolleybal binnen onderwijs en revalidatie. Vervolgens bevat hoofdstuk 5 een antwoord op de vraag welke rol de vereniging speelt en kan gaan spelen binnen het jeugdzitvolleybal. De Fieldresearch is in hoofdstuk 6 verwerkt. Conclusies en aanbevelingen staan weergegeven in hoofdstuk 7. Tot slot geeft hoofdstuk 8 een weergave van de gebruikte bronnen.



2.

IEDEREEN KAN ZITVOLLEY BALLEN



De titel van dit hoofdstuk kan mogelijk weerstand bij het lezen oproepen, want kan iedereen fysiek gezien wel zitvolleyballen? In de eerste paragraaf zien we welke fysieke voorwaarden gelden om zitvolleybal te kunnen spelen. Door het beantwoorden van deze vraag kan het ruime begrip, jeugd met een beperking, afgekaderd worden. Vervolgens geeft dit hoofdstuk de kenmerken van deze opnieuw geformuleerde doelgroep weer. Kenmerken waar de NeVoBo rekening mee moet houden bij het stimuleren, ondersteunen en adviseren van deze doelgroep bij het (gaan) zitvolleyballen.

2.1 Fysieke voorwaarden zitvolleybal

Wie laat je nou zitvolleyballen en wie niet? Deze vraag stelde Jouke de Haan zichzelf ook in zijn boek *'Zitvolleybal'*. Zijn antwoord hierop: *"Het is logisch om je als eerste te richten op de groep waar het eigenlijk mee begonnen is, de sporter met een beperking"*.⁶ Als voorwaarde om zitvolleybal te kunnen spelen schrijft Jouke de Haan: *'uitgangspunt is een goed functionerende schoudergordel, waarmee het spelen van volleybal op de grond mogelijk is'*. Wat in de praktijk blijkt is de rol van de wil. Als je ergens maar enthousiast over bent en je wilt het graag, dan kan het.

Er zijn doelgroepen voor wie het zitvolleybal niet direct een geschikte en interessante sport is, bijvoorbeeld kinderen met een visuele beperking. De NeVoBo zal zich moeten richten op de grote doelgroep die uitermate geschikt is om zitvolleybal te spelen, onder andere de kinderen met een lichamelijke beperking. Een lichamelijke beperking door amputatie. (Omschrijving van verschillende beperkingen in 'Sporten kan iedereen') Heb je een beperking of wil je als valide deelnemen aan het zitvolleybal, alles heeft zijn voor- en nadelen. De balans is voor een deelnemer met beide benen goed, maar de verplaatsbaarheid is matig. Mensen met bijvoorbeeld een amputatie staan eerder bekend om de snelle verplaatsbaarheid en wendbaarheid, daarentegen hebben ze maar een redelijke balans.⁷ Bij zitvolleybal wordt de gelijkheid tussen sporters onderling, niet-gehandicapt én gehandicapt geaccentueerd. De sporter met een beperking krijgt binnen de sport, in dit geval het zitvolleybal, de mogelijkheid om zich te profileren en zo de niet-beperkte sporter/publiek een beter beeld te verschaffen van alle mogelijkheden die mensen met een beperking hebben in plaats van het altijd weer 'uitvergroten' van de onmogelijkheden⁸.

Zitvolleybal is er met name goede te spelen voor jeugd met een lichamelijke beperking en (sport) blessures. Als een persoon de fysieke mogelijkheden en/of een sterke wil om zitvolleybal te gaan spelen, is het een belangrijke taak van de NeVoBo en van de vereniging om de persoon in kwestie te stimuleren, te steunen en te adviseren. Om jeugd te stimuleren, te steunen en te adviseren is het belangrijk om specifieke voorlichting op maat te geven, ook wel tailoring genoemd.⁹ Volgende paragrafen beschrijven de kenmerken van de jeugd waarmee de NeVoBo rekening zou moeten houden bij het stimuleren, steunen en adviseren van deze doelgroep.

2.2 Kenmerken van kinderen

In deze paragraaf vindt u een beschrijving van kinderen met een lichamelijke beperking, sportblessure. Hierbij is ook gebruik gemaakt van literatuur, voornamelijk onderzoeksrapporten, gericht op kinderen met een lichamelijke beperking in Nederland. Deze paragraaf biedt meer inzicht in de wijze waarop de NeVoBo kan inspelen op de stimulering, ondersteuning en advisering van kinderen om te gaan zitvolleybal. Belangrijk gegeven uit §2.1 is dat zitvolleybal een activiteit is waar kinderen met als zonder een beperking samen aan deel kunnen nemen.

⁶ Haan de, 3, (2004). *Zitvolleybal*. P.15. Haarlem: De Vriescheborch

⁷ Haan de, 3, (2004). *Zitvolleybal*. P.16. Haarlem: De Vriescheborch

⁸ Guttman & IOS in: Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem: De Vriescheborch

⁹ Leurs & Bemt, van den, *Gedragsverandering en -behoud*, NOC* NSF.

2.2.1 Samen zitvolleyballen

Bij kinderen in de leeftijd van zes tot twaalf jaar spelen ouders, broertjes/zusjes, vriendjes en vriendinnetjes een belangrijke rol in het leven. Hierbij maakt het geen verschil of het kind wel of niet een lichamelijke beperking heeft.¹⁰ Broertjes en zusjes bieden het voordeel van een speelkameraad in en om het huis, waarom zouden ze niet samen zitvolleybal gaan spelen bij huis? Broertjes en zusjes voelen zich medeverantwoordelijk voor hun huisgenootje met beperking, maar zien hem of haar ook wel als (ongelijke) concurrent in de strijd om de ouderlijke aandacht. In vrije tijd om het gehandicapte broertje of zusje bekommeren wordt niet altijd met plezier gedaan.¹¹ De organisatie Brusjes is actief voor kinderen en jongeren die opgroeien met een broertje/zusje met een beperking of een ouder die ziek of gehandicapt is. De NeVoBo zou een samenwerking kunnen zoeken met deze organisatie¹². Bijlage A biedt een overzicht van mogelijke samenwerkingspartners van de NeVoBo. Broertjes en zusjes vergroten ook het sociale netwerk van het kind met een lichamelijke beperking door de vriendjes en vriendinnetjes mee te nemen.

Over de eigen vriendjes en vriendinnetjes van het kind schrijft Kooiker in zijn onderzoeksrapport het volgende: *"Vrienden moet je kiezen en verwerven. Voor kinderen betekent vriendschap vooral mee (kunnen) doen en speelgenootjes worden"*¹³. Of de speel/ zitvolleybal genootjes vooral kinderen met een beperking zijn, hangt voor een groot deel af van de school die het gehandicapte kind bezoekt. Kinderen die naar een mytylschool gaan, komen vooral met lotgenoten in contact en hebben vaak minder contact in de buurt omdat ze vanwege de reistijden vaak lange dagen van huis zijn. Als kinderen met een lichamelijke beperking valide vriendjes hebben, dan zijn deze vaak jonger dan zichzelf, waardoor zij ondanks hun handicap toch een bepaald overwicht hebben.¹⁴ Als kinderen worden buitengesloten is het niet altijd zo dat daarbij de meest beperkte kinderen in het nadeel zijn. Voor hen is het vaak al bij voorbaat duidelijk dat meedoen onmogelijk is en dan hoeft dat ook niet problematisch te zijn. Moeilijker wordt het voor kinderen met lichtere (of onzichtbare) beperkingen die half kunnen meedoen. Van meespelen komt het dan vaak niet omdat valide kinderen soms (nog) weinig inlevingsvermogen hebben en bewust of onbewust een drempel opwerpen voor de participatie van hun gehandicapte leeftijdsgenootje. Zitvolleybal is juist voor deze kinderen een goede spelvorm. Een goede spelvorm omdat zitvolleybal de gelijkheid tussen sporters onderling, niet-gehandicapt én gehandicapt accentueert¹⁵ (zie ook § 2.1)

2.2.2 Een prettige speelplek

Zoals in §2.2 ook is aangegeven hechten kinderen met een beperking veel waarde aan samenspelen met kinderen zonder een beperking. Ook kwam naar voren dat er bewust en onbewust drempels ontstaan voor de participatie van het kind met een beperking. *"Het komt vaak op de psychologische vaardigheden van het kind en de ouders aan, in hoeverre je daar het beste van kunt maken. Ouders kunnen van hun huis (en tuin) een prettige speelplek maken waar ook valide kinderen graag komen."*¹⁶ Kinderen met een beperking zijn er bedreven in geworden om al improviserend het speelterrein te verleggen naar plekken waar ze wel mee kunnen doen met hutten bouwen of verstoppertje spelen.¹⁷ De NeVoBo zal een buitenspeelvorm voor zitvolleybal mogelijk moeten maken, zoals ook een vorm als Circulatie Mini Volleybal (CMV) te ontwikkelen voor het zitvolleybal (zie ook §2.4). Daarnaast heeft de NeVoBo ook Skillvolleybal

¹⁰ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.27. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

¹¹ Mulderij & Bleeker in: Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.29. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

¹² www.broerofzus.nl geraadpleegd 15 februari 2007.

¹³ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.29. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

¹⁴ Mulderij & Bleeker in: Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

¹⁵ Haan de, J, (2004). *Zitvolleybal*. P.15. Haarlem: De Vriescheborch

¹⁶ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.30. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

¹⁷ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.30. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

ontwikkeld in samenwerking met de OMO buitenspeelbond. Kinderen kunnen met skillvolleybal op een toegankelijke manier, thuis oefenen en plezier beleven, maar ook vriendjes/vriendinnetjes worden op deze wijze in contact gebracht met Volleybal'. Voor zitvolleybal zal er ook een buitenspeelvorm ontwikkeld kunnen worden, waarbij zelfontdekkend leren voorop staat, met minimale informatie vooraf wordt het kind uitgenodigd om zelf zijn motorische mogelijkheden te ontdekken, samen met vriendjes en vriendinnetjes.¹⁸ De NeVoBo zou net als kinderen en ouders creatief moeten zijn in het aanbieden van andere (spel)vormen van het zitvolleybal en de entourage. Zitvolleybal is een activiteit waar kinderen met en zonder een beperking aan deel kunnen nemen.

2.2.3 De belevingswereld

Mytyl en tytyl zijn namen van cluster drie scholen gericht op kinderen met een lichamelijke (meervoudige) beperking (bijlage C). Mytyl en Tytyl zijn ook namen uit het sprookje Voiseau Blue' de 'De blauwe vogel' van Maurice Maeterlinck. De blauwe vogel, tevens logo van de Nederlandse Stichting voor het Gehandicapte kind (NSGK), ondersteunt kinderen met een handicap die net als andere kinderen gewoon mee willen doen en behandeld willen worden. De blauwe vogel is overal te zien op plaatsen waar kinderen met een handicap gewoon mee kunnen doen. De NSGK verzorgt de financiën voor bijv. aangepaste speelplaatsen, speciale vakanties, aangepaste computers, financiën etc. De blauwe vogel spreekt jeugd met een beperking aan 'Geef een stukje van jezelf en je brengt de ander geluk'¹⁹ De blauwe vogel past binnen de belevingswereld van kinderen met een beperking. Mogelijk kan de NeVoBo het sprookje als leidraad door het jeugdzitvolleybal laten lopen om kinderen te stimuleren en te ondersteunen.

Het maakt niet uit of het kind wel of niet een lichamelijke beperking heeft. Ouders, broertjes/zusjes, vriendjes en vriendinnetjes spelen een belangrijke rol in het leven van een kind.²⁰ Samenspelen, samen zitvolleyballen met vriendjes en vriendinnetjes is een goede gelegenheid om met zitvolleybal in aanraking te komen en het zitvolleybal beter te leren spelen. Netwerken is je niet alleen richten op de doelgroep zelf, maar ook kenners van de doelgroep. De NeVoBo zou net als kinderen en ouders creatief moeten zijn in het aanbieden zitvolleybal.

2.3 De jongerencultuur

Deze paragraaf bevat een beschrijving van de kenmerken van jongeren in de leeftijd van twaalf tot twintig jaar. Bij de bestudering van de jeugdcultuur is er wederom gebruik gemaakt van recente onderzoeksrapporten gericht op jongeren met een lichamelijke beperking. Door deze jeugdcultuur in kaart te brengen krijgt de NeVoBo handvaten aangereikt om jongeren specifieke voorlichting op maat te geven.

Jongeren (twaalf tot twintig jarigen) met beperkingen groeien ook op binnen de jeugdcultuur, de *"vroeg mondig en laat volwassen cultuur"*²¹

Kenmerken van deze jeugdcultuur zijn

- Oriëntatie op leeftijdsgenoten
- De jeugdcultuur is een groeps cultuur
- Ouders op afstand
- Eigen communicatiemiddelen, muziek, taal en symbolen. Jezelf onderscheiden.
- Consumptie cultuur; Jongeren hebben meer te besteden
- Balanceren tussen vrijheid en verantwoordelijkheid
- Alcohol en tabak
- Elektronica voor muziek en communicatie.²²

¹⁸ NeVoBo Vereniging mailing. *Nieuws voor verenigingen*. Maart 2007.

¹⁹ NSGK. *Spreekbeurt over de blauwe vogel*. Geraadpleegd: 14 februari 2007.

www.nsgk.nl/smartsite.dws?id=253

²⁰ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.27. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

²¹ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.31. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau



Het contrast tussen valide en gehandicapte kinderen wordt groter in de puberteit. Jeugd en lichamelijk gehandicapten in de hierboven omschreven jeugdcultuur: *7A? een tienerwereld waar beelden, klanken, lichaam en vitaliteit centrale betekenissen krijgen, ondervinden lichamelijk gehandicapten problemen om mee te doen, en meer nog om mee te tellen.*^{1/23} Over het algemeen blijven jongeren met een beperking meer afhankelijk van hun ouders. Veel gehandicapte jongeren ontwikkelen een sterke voorkeur voor omgang met valide leeftijdsgenoten. Deze valide leeftijdsgenoten bieden de mogelijkheid om mee te doen in de valide wereld.²⁴ Zitvolleybal bij een vereniging biedt de mogelijkheid om nevenactiviteiten te organiseren en hieraan deel te nemen.

Vrienden heb je nodig om risico's te nemen om iets spannends te doen. Je hebt vrienden nodig om "je erdoor te sleuren" maar ook om gewoon met de maatschappij mee te kunnen doen. Als je zelf je handicap accepteert, zullen anderen dat ook gemakkelijker kunnen; *"Leer je handicap accepteren, dan komt het met je sociale contacten ook wel goed. Of acceptatie van je zelf door acceptatie van anderen"*²⁵

Na de puberteit lijkt de onzekerheid en groepsdruk voorbij. Na het voortgezet onderwijs gaan ze studeren, op zoek naar een baan of naar een activiteitencentrum. Juiste begeleiding, die vertrouwen geeft en jongvolwassenen motiveert is van grote waarde. De aangeboden activiteiten moeten aansluiten bij de talenten van het kind. Jongeren met een beperking zijn kwetsbaarder en hebben meer begeleiding nodig dan hun valide leeftijdsgenoten.²⁶

Voor jeugd van twaalf tot achttien jaar heeft de NeVoBo the **Ultimate Volley Xperience** (UVX) ontwikkeld. Naast het volleybal wordt er rekening gehouden met de jeugdcultuur door middel van side-events. Te denken valt aan DJ's, loungehoeken, gamecorners, **Bossabal** etc. De UVX events vinden op unieke locaties plaats. Ook voor de jeugd die zitvolleybal wil spelen zal een UVX event georganiseerd kunnen worden. Belangrijk is wel om rekening te houden met de toegankelijkheid van de accommodatie (mogelijk rolstoelers). Jopla is een actief platform van, voor en door jongeren met een handicap (lichamelijk en chronisch) in de leeftijd van twaalf tot dertig jaar oud.²⁷ In samenwerking met Jopla zal er een UVX event georganiseerd kunnen worden. Jopla is de doelgroep en kent deze doelgroep. De NeVoBo heeft de expertise om een dergelijk UVX event te organiseren.

Jongeren met een beperking groeien ook op in de jeugdcultuur. De NeVoBo kent verschillende projecten waarbij de jeugd op een trendy wijze, welke past binnen de jeugdcultuur, in aanraking komt met het volleybal. Juiste begeleiding, die vertrouwen geeft en jongvolwassenen motiveert is van grote waarde. De aangeboden activiteiten moeten aansluiten bij de talenten en mogelijkheden van het kind.

2.4 Iedereen kan leren zitvolleyballen

Paragraaf 2.4 sluit af met het feit dat aangeboden activiteiten moeten aansluiten bij de talenten en mogelijkheden van het kind. Voor mensen met een lichamelijke beperking zijn prestatiemogelijkheden van belang, maar belangrijker voor continuïteit in de sportdeelname is het hebben van bewegingsvreugde en de kans die aanwezig moet zijn om de eigen mogelijkheden te ontdekken en verder te ontwikkelen.²⁸ De volleybaltechnieken en tactieken zijn bij zowel het reguliere volleybal als zitvolleybal ingewikkeld. De technieken van het volleybal en het zitvolleybal komen grotendeels

²² Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.35. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

²³ Ewijk & Rijkse in: Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. Den Haag: P.32 Sociaal en Cultureel Planbureau

²⁴ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.33. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

²⁵ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.37. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

²⁶ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.94. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

²⁷ Jopla www.iopla.nl

²⁸ Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem De Vriescheborch

overeen, het grootste verschil zit hem in de verplaatsing, opstelling, sprong/zit en regels. De verschillen in techniek bij het reguliere volleybal en het zitvolleybal worden in tabel 1 weergegeven.²⁹ Bij het zitvolleybal speelt de dubbelfunctie van de armen een belangrijke rol. De armen worden gebruikt voor zowel de verplaatsing als het spelen van de bal.

Tabel 1 - Bijzondere verschillen volleybal en zitvolleybal		
	Volleybal	1 Zitvolleybal
Verplaatsing	Benen/voeten	1 Armen/handen
Opstelling	Voeten bepalend	Zitvlak bepalend
Sprong/zit	Veel vanuit sprong	Contact met vloer tijdens spelacties
Regels	FIVB	FIVB + bijzondere spelregels

Om jonge kinderen het volleybal goed aan te leren is Circulatie Mini Volleybal (CMV) ontwikkeld. CMV is een dynamisch, leuk en uitdagend spel. Kinderen leren de technieken van het volleybal spelenderwijs te beheersen (succeservaring).³⁰ Ook binnen het zitvolleybal zal een dergelijke vorm uitkomst kunnen bieden. Bij het ontwikkelen van Circulatie Zitvolleybal (CZV) zal er rekening gehouden moeten worden met de al eerder genoemde dubbelfunctie van de armen, het verplaatsen en spelen van de bal. CZV zal in samenwerking met bewegingsagogen, fysiotherapeuten, leraren lichamelijke opvoeding e.a. ontwikkeld moeten worden. Mogelijkheden zoals nethoogte/speelveld/speelbal moeten aangepast worden en in verschillende niveaus weergegeven worden. De dubbelfunctie van de armen moet beter toegankelijk en beheersbaar worden, succeservaring moet voorop staan. De NeVoBo heeft naast de eigen promotie van het CMV ook de hulp ingeschakeld van verenigingen en de kinderen zelf (en hun ouders) om zelf CMV activiteiten te organiseren, zoals kameraadjesdag, verslaglegging naar plaatselijke krant en het houden van een spreekbeurt.

De titel van dit hoofdstuk "Iedereen kan zitvolleyballen", mocht enkele weerstand op kunnen roepen. Door middel van de deskresearch blijkt dat deze 'stelling' deels waar is. Deels omdat er lichamelijk toch enkele vereisten zijn om daadwerkelijk het spel te kunnen spelen. Maar het is uiteindelijk de 'wil' die bepaald of de jeugd zitvolleybal gaat spelen. Deze 'wil' kan de NeVoBo beïnvloeden door in te springen op de belevingswereld van kinderen en de jeugdcultuur van jongeren. Tailoring door de NeVoBo en de vereniging is hierin belangrijk. Zitvolleybal moet door iedereen op eigen niveau toegankelijk gemaakt worden en dit kan onder andere door CZV.

²⁹ Haan de, J, (2004). *Zitvolleybal*. P.13. Haarlem: De Vriescheborch

³⁰ NeVoBo vereniging mailing. *Nieuws voor verenigingen*. Maart 2007. Nieuwegein: NeVoBo



3.

SPORT BEOEFENING VAN DE JEUGD



In het hoofdstuk twee zijn de kenmerken van jeugdigen in kaart gebracht. Vervolgens gaan we in dit hoofdstuk in op de sportbeoefening van de jeugd. Als eerste nemen we de motivatie van jeugd met een beperking om (niet) te gaan sporten onder de loep. Vervolgens komen veel voorkomende barrières die sportbeoefening beïnvloeden ter sprake. Duidelijk wordt met welke drempels de NeVoBo rekening moet houden. Om meer kinderen aan het zitvolleybal te binden zullen deze drempels verlaagd moeten worden. Sporten vindt voor kinderen met een beperking niet alleen bij de vereniging plaats, maar ze krijgen ook te maken met sport en bewegen in het onderwijs en bij de revalidatie. Onderzoekresultaten van de mogelijkheden om zitvolleybal aan te laten sluiten bij het onderwijs en in de revalidatie worden in paragraaf 3.3 en 3.4 weergegeven.

3.1 Sportbeoefening van jeugd

Het sportaanbod voor jeugd met een beperking is veel kleiner ten opzichte van jeugd zonder een beperking. Een kleiner aanbod in sportactiviteiten als het aantal geschikte verenigingen in de (directe) omgeving. Naast motieven om te gaan sporten, geeft deze paragraaf ook barrières weer die sportbeoefening in de weg staan. Met welke knelpunten in de sportbeoefening zal de NeVoBo rekening moeten houden. Met andere woorden; welke drempels zal de NeVoBo moeten verlagen om zodoende meer jeugd aan het zitvolleybal te binden.

3.1.1 Motivatie om te gaan sporten

Veel jongeren sporten omdat ze het leuk vinden, om fit te blijven, vrienden te ontmoeten en soms omdat ze de beste willen zijn.³¹ Ook jongeren met een beperking sporten graag. De motieven van deze jongeren om te gaan sporten verschilt niet wezenlijk van de motieven van andere jongeren. Belangrijk is de lichamelijke gezondheidsverbetering, ze voelen zich energiever en gezonder door het sporten. Ze krijgen een kick van het sporten en hebben het gevoel dat ze wat van hun leven (met een beperking) maken. Voor jongeren met een beperking is het vaak nog een hele zoektocht om een passende sport te vinden.³² Bij kinderen, zijn de ouders veelal bepalend voor de sportbeoefening en sportkeuze van het kind. De NeVoBo zal niet alleen het kind, maar ook de ouders bij zitvolleybalactiviteiten moeten betrekken. Meer over de rol van ouders in de sport wordt in §5.3 weergegeven.

3.1.2 Sporten bij de vereniging

Uit onderzoek van TNO blijkt dat de meerderheid van leerlingen in het speciaal onderwijs die sport is aangesloten bij een reguliere vereniging. Daarnaast zijn er leerlingen die aangeven te sporten bij een vereniging die speciaal gericht is op mensen met een beperking. Het merendeel van de leerlingen geeft de voorkeur aan het sporten bij een reguliere vereniging met een speciale groep voor jeugdigen met een beperking.³³ Om lid te worden van een sportvereniging ervaren sporters met beperkingen dat ze mentale drempels moeten overwinnen, zoals schaamte, twijfels aan de acceptatie door anderen, te lage inschatting van hun fysieke mogelijkheden, angst voor stigmatisering. Ook vinden ze dat de bekendheid met sportmogelijkheden voor gehandicapten nog steeds laag is.³⁴ De tak van sport die iemand kan of wil beoefenen hangt onder meer af van de aard van de beperking en de faciliteiten die sportverenigingen bieden. Voor jongeren met beperkingen kost sporten meer moeite dan voor andere jongeren. Fysieke, sociale maar ook psychologische drempels moeten overwonnen worden. Veel mensen met beperkingen onderschatten hun fysieke mogelijkheden. De meeste geven de voorkeur aan recreatieve sport boven de wedstrijdsport. De sociale omgeving (familie, begeleiders,

³¹ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.104. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

³² Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.105. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

³³ Vries e.a. (2005). *School en Sport Speciaal*, Sport- en beweegactiviteiten voor en door leerlingen uit het speciaal onderwijs. P.55. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

³⁴ Du Long (2003) in: Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P. 110. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau



therapeuten) zijn een belangrijke stimulans voor sportdeelname, maar ook een belangrijke belemmering zijn wanneer zij gehandicapte niet stimuleren of zelfs ontmoedigen. Ten slotte is de houding van de niet-gehandicapten in een sportvereniging een stimulerende of ontmoedigende factor voor gehandicapten van alle leeftijd om door te gaan met sporten.³⁵ De toegankelijkheid van sportverenigingen voor jeugd met beperkingen is belangrijk, *"Bij aankomst bleek er een drempel. Het wordt wel opgelost achteraf, maar vooraf was er niet over nagedacht En vervelend, want iedereen staat te kijken hoe ik over de drempel getild wordt."* (Kooijker (2006)p. 101)

3.1.3 Vervoersproblematiek

Fysieke barrières die gelden voor reguliere als de categorale verenigingen begint al bij het vervoer naar de sportaccommodatie. Weinig jongeren met een beperking (met name rolstoelers), hebben eigen vervoer, de meeste zijn aangewezen op de (deeltaxi) een met anderen gedeelde taxi. Motorische gehandicapten vertellen dat ze weinig aan sport doen omdat het vaak een hele opgave is om er te komen en de juiste aanpassingen en begeleiding voor elkaar te krijgen. Deze deeltaxi komt nog al eens te laat waardoor ze een training of wedstrijd kunnen missen.³⁶

3.1.4 Persoonlijke drempels

Sport en bewegen is voor jeugdigen met een beperking niet vanzelfsprekend. De twee meest voorkomende knelpunten, die naar voren komen in het onderzoek van TNO zijn: communicatie en een snel optredende vermoeidheid. Daarnaast is pijn, een te grote prestatiegerichtheid en het gebrek aan deskundige begeleiding een barrière om te gaan sporten.³⁷ Bij sportbeoefening van gehandicapten moet er meer aandacht besteed worden aan de blessure preventie en bestrijding.³⁸ Als er een blessure optreedt bij de gehandicapte sporter zal allereerst zijn vermogen om verder te sporten en te presteren worden aangetast. De blessure heeft invloed op het sociale functioneren van een gehandicapte sporter. Er ontstaat een isolement ten opzichte van medesporters en vrienden. De blessure veroorzaakt angst om de sportbeoefening in de toekomst voort te zetten.³⁹ Volgens het onderzoek van TNO was de belangrijkste reden om niet aan sport te doen voor leerlingen uit het speciaal onderwijs; er zijn te weinig mogelijkheden voor hen om te sporten. Andere redenen waren: niet mogelijk door de aard van de beperking, er wordt te weinig informatie gegeven over (aangepaste) sportmogelijkheden, sporten is te duur en er is een gebrek aan deskundige begeleiding⁴⁰. Bij het sporten is jeugd met een beperking afhankelijk van hulp van anderen. Er zijn bijvoorbeeld extra begeleiders nodig.

3.1.5 Sporten in teamverband

Degenen die wel sporten doen dit voornamelijk in teamverband. Ook bij andere sporten, bijvoorbeeld rolstoelbasketbal, klagen jongeren dat het moeilijk is om een team met jonge sporters bij elkaar te krijgen. De sociale functie van sport wordt door sommigen gerelativeerd, ze zeggen dat ze voor de sociale contacten niet hoeven te sporten. Naar hun mening is sporten veel moeite doen voor sociale contacten terwijl je op een andere manier deze contacten veel eenvoudiger voor elkaar krijgt.⁴¹

³⁵ Baken en Duijff in: Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*, p. 105. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

³⁶ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.118. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

³⁷ Vries e.a. (2005), *School & Sport Speciaal*, Sport- en beweegactiviteiten voor en door leerlingen uit het speciaal onderwijs. P.42. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven

³⁸ Hoeberigs in: Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem De Vriescheborch

³⁹ Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem De Vriescheborch

⁴⁰ Vries e.a. (2005), *School & Sport Speciaal*, Sport- en beweegactiviteiten voor en door leerlingen uit het speciaal onderwijs. P.55. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven

⁴¹ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.110. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau



3.2 Sport en Bewegen in het onderwijs

Als de NeVoBo deze doelgroep in het onderwijs kan aanspreken, heeft ze een goed bereik in potentieel voor het zitvolleybal. Waar liggen de aanknopingspunten van de NeVoBo om zitvolleybal plaats te laten vinden in het speciaal onderwijs. We kijken naar de sportbeoefening in het speciaal onderwijs onder schooltijd, maar ook naar de mogelijkheden om naschools sport en bewegingsactiviteiten aan te bieden.

3.2.1 Sport en Bewegen in het Speciaal onderwijs

Uit onderzoek van TNO Kwaliteit van Leven blijkt dat het merendeel van scholen in het speciaal onderwijs over één vakleerkracht bewegingsonderwijs beschikt. Deze vakleerkracht verzorgt de lessen en krijgt in sommige gevallen ondersteuning van een assistent of vrijwilliger. Op het speciaal onderwijs worden gemiddeld twee lessen bewegingsonderwijs gegeven. De groepsgrootte kent een gemiddelde van dertien kinderen. Belangrijke aspecten waar een vakleerkracht waarde aan hecht zijn weergegeven in een top drie.⁴²

1. Lichaamsbeweging
2. Samenwerken
3. Plezier

Deze drie aspecten komen ook in het zitvolleybal naar voren en daarom is zitvolleybal geschikt voor de lessen bewegingsonderwijs. Belangrijk is het om vakleerkrachten van de (mytyl)scholen in aanraking brengen met het zitvolleybal. Dit zal de kans vergroten om kinderen ook tijdens de gymlessen in aanraking te laten komen met het zitvolleybal. Om sportparticipatie van doelgroepen te stimuleren en te vergroten blijkt sportvoorlichting bijzonder belangrijk te zijn.⁴³ Dat de vakleerkracht de kinderen in aanraking laat komen met het zitvolleybal is belangrijk, maar ook de wijze waarop de vakleerkracht het zitvolleybal overbrengt is van belang. De vakleerkracht zal goed op de hoogte gesteld moeten worden over de mogelijkheden van het zitvolleybal (o.a. CZV).

3.2.2 (Aangepast) Sport & Bewegen in het reguliere onderwijs

Projecten gericht op sporten met een beperking, worden ook in het reguliere onderwijs uitgevoerd. Doel van deze projecten is veelal de integratie van gehandicapten in de samenleving. Niet-gehandicapten ervaren hoe het is om een handicap te hebben. Het is gebleken dat direct contact en een frequente interactie tussen gehandicapten en niet-gehandicapten stimulerend werkt bij het ontwikkelen van positieve attitudes van niet-gehandicapten ten opzichte van gehandicapten en andersom. Een manier om deze leerervaring tot stand te brengen is met behulp van geïntegreerde deelname aan sportactiviteiten.⁴⁴ Zoals ook in §2.1 naar voren kwam is zitvolleybal een sport waarbij de gelijkheid tussen sporters onderling, niet-gehandicapt én gehandicapt geaccentueerd wordt. Good practice van projecten welke in het reguliere onderwijs worden toegepast zijn o.a. klas op wielen, schooltoernooien en de Cruijff Foundation Games.

⁴² Vries e.a. (2005), *School & Sport Speciaal*, Sport- en beweegactiviteiten voor en door leerlingen uit het speciaal onderwijs. P.24. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

⁴³ Margo Vliegthart in: NebasNsg (2005). *Sporten kan iedereen*. P.5. Amsterdam: SWP

⁴⁴ Sytsema e.a. in: Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem: De Vriescheborch



3.3 Sport en bewegen binnen de revalidatie

In de revalidatieprogramma's wordt veel gebruik gemaakt van allerlei vormen van sport en bewegen. De positieve effecten die sportbeoefening met zich mee brengt voor het welzijn en welbevinden van mensen met een lichamelijke, zintuiglijke, verstandelijke beperking of chronische aandoening zelfs nog meer van belang dan voor validen. Verwerkingsstadia die gekenmerkt worden door ontkenning en agressie, leiden in versneld tempo tot acceptatie van de handicap. Zelfvertrouwen neemt toe en het dagelijkse activiteitsniveau wordt verhoogd.⁴⁵ Zo is kanovaren een onderdeel in het revalidatieprogramma "Het is een vorm van balans- en armkrachttraining en gericht op samenwerken".⁴⁶ Zitvolleybal is erg geschikt om schouders, armen, handen en romp weer op krachten te brengen. Zitvolleybal is een goede sport voor je lichaam.⁴⁷

Sporten voor jeugdigen met een beperking is niet zo vanzelfsprekend. Niet elke sport is geschikt, verenigingen liggen vaak op grote afstand en er zitten vaak weinig leeftijdsgenootjes in het team. Sportbeoefening vindt niet alleen in de vrije tijd plaats, de jeugd krijgt ook te maken met gymlessen op school (speciaal of regulier onderwijs) en binnen het revalidatieprogramma. Voor de NeVoBo liggen er mogelijkheden om binnen deze gymlessen en het revalidatieprogramma zitvolleybal te verweven. Want zitvolleybal is goed voor de gezondheid o.a. voor de rompbalans en het brengt naast lichaamsbeweging ook plezier met zich mee.

⁴⁵ Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem: De Vriescheborch

⁴⁶ *Bijzondere ontmoeting in De Hoogstraat*. FC Utrecht. Geraadpleegd 12 februari 2007
www.fc-utrecht.nl/actueel/nieuws/20Q5/03/bijzondere.html

⁴⁷ Haan de, J, (2004). *Zitvolleybal*. P.14. Haarlem: De Vriescheborch

4.

KENNIS MAKEN MET ZIT VOLLEY BAL



In hoofdstuk drie zijn de aanknopingspunten van het zitvolleybal weergegeven met het onderwijs en de revalidatiecentra. In dit hoofdstuk kijken we naar de mogelijkheden om kinderen daadwerkelijk op school en binnen het revalidatiecentrum voor een langere periode met zitvolleybal in aanraking te laten komen. De NeVoBo organiseert regelmatig zitvolleybalclinics, maar wat is het effect van een clinic? Waar moet een clinic aan voldoen? Paragraaf 4.1 geeft een antwoord op deze vragen. Vervolgens worden recente sport stimuleringsprojecten weergegeven in het onderwijs en de revalidatiecentra. De NeVoBo zal aansluiting kunnen vinden bij deze projecten om kinderen voor een langere periode met zitvolleybal in aanraking te laten komen.

4.1 Zitvolleybal clinic

*'Sportvoorlichting blijkt één van de beste manieren te zijn om de sportparticipatie van doelgroepen te stimuleren en te vergroten. In de sportvoorlichting spelen medici, paramedici, sportdocenten, maatschappelijk werkers, sociale diensten etc. een belangrijke rol'*⁴⁸ De belangen en consequenties van het spelen van zitvolleybal zullen onder de aandacht gebracht moeten worden. Voorafgaand aan de clinic bij HVA zijn er in het sportcafé verschillende presentaties gehouden om de verschillende kanten van het aangepast sporten te belichten.⁴⁹ Bij kinderen (zes tot twaalf jaar) speelt de voorlichting aan ouders ook een belangrijke rol. De jeugd (twaalf tot twintig jaar) zal voornamelijk persoonlijk benaderd moeten worden, deze leeftijdsgroep zet zich juist af tegen ouders.⁵⁰ Door de jeugd op een plek kennis te laten maken op een plek waar ze zich op hun gemak voelen, staat deze jeugd meer open voor de mogelijkheden van het zitvolleybal. Bij de beïnvloeding/stimulering is het belangrijk dat er niet teveel gepusht moet worden, want hij/zij kan weinig interesse in het onderwerp hebben. Door te pushen, duwt u deze mensen vaak net van u af.⁵¹

Met behulp van het transtheoretische model van Prochaska en Diclementi (bijlage D) kan de advisering, stimulering en begeleiding effectief worden toegespitst op het individu, de potentiële zitvolleyballer. Belangrijk bij clinics is dat de NeVoBo de jeugd informeert over de mogelijkheden van zitvolleybal. Uit ervaring van de NeVoBo blijkt dat *"Het imago van het zitvolleybal 'zitvolleybal is alleen voor gehandicapten' speelt en belangrijke, veelal negatieve rol."*⁵² Deze negatieve beelden zullen onderuit gehaald moeten worden.⁵³ Als mensen zitvolleybal zien zijn ze meestal wel enthousiast.⁵⁴ Probleem dat zich voordoet is dat de mensen in eerste instantie niet altijd openstaan om zelfstandig de stap te zetten om kennis te gaan maken met het zitvolleybal. De NeVoBo heeft een zitvolleybalclinic georganiseerd bij HVA in Amsterdam. Twee deelnemers kwamen op deze clinic af.

Belangrijke factoren voor de organisatie van een zitvolleybalclinic worden hieronder opgesomd.

In de communicatie naar deelnemers moet men aangeven dat;

- er genoeg mensen zijn om mee te praten;
- er meer mensen zijn voor wie zitvolleybal de eerste keer is
- er voldoende begeleiding aanwezig.

⁴⁸ NebasNsg (2005) *Sporten kan iedereen*, p.12. Amsterdam: SWP

⁴⁹ Jongsma, Trommel, Pleizier, Jagt van der & Visser. *Evaluatieverslag promotiedag zit- en flexvolleybal in Amsterdam 2 december 2006*. Amsterdam: DMO

⁵⁰ Kooiker S.E. (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.34. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

⁵¹ Leurens & Bemt van dan. *B2.1 Gedragsverandering en -behoud*. NOC*NSF

⁵² Jongsma, Trommel, Pleizier, Jagt van der & Visser. *Evaluatieverslag promotiedag zit- en flexvolleybal in Amsterdam 2 december 2006*. Amsterdam: DMO

⁵³ Leurens & Bemt van dan. *B2.1 Gedragsverandering en -behoud*. NOC*NSF

⁵⁴ Jongsma, Trommel, Pleizier, Jagt van der & Visser. *Evaluatieverslag promotiedag zit- en flexvolleybal in Amsterdam 2 december 2006*. Amsterdam: DMO



Deze communicatie zal minimaal zes weken van te voren zal plaats moeten vinden. En men moet ervoor waken dat de doelgroep van het evenement niet te groot wordt.

Er moet sprake zijn van actieve promotie door;

- Te werven in de eigen omgeving van de vereniging
- Persoonlijk contact

De NeVoBo over de zitvolleybalclinic: "Een *clinic zal er weinig toe bijdragen dat er daadwerkelijk nieuwe zitvolleyballers geworven worden*"⁵⁵ Het doel van deze scriptie is toch wel om meer jeugd aan het zitvolleybal te binden. Wat moet er gebeuren na een eerste kennismaking? Onderstaande paragrafen geven weer waar en welke kennismakingsprojecten voor een langere periode ingezet kunnen worden om zitvolleybal bekend te maken bij de jeugd, met als gevolg dat kinderen trouw blijven aan het zitvolleybal.

4.2 Projecten in het onderwijs

In eerste instantie zal de NeVoBo zich richten op kinderen met een lichamelijke beperking (§2.1). Voor elk kind vanaf zes jaar geldt de (volledige) leerplicht.⁵⁶ Het kind volgt enige vorm van onderwijs, bij kinderen kan dit het speciaal of regulier onderwijs zijn, voor jongeren speciaal of regulier voortgezet onderwijs (bijlage C). De kennismaking met zitvolleybal in het onderwijs, als eerste kijken we naar het bereik. Vervolgens kijken we waar zitvolleybal in het (Vaste) schoolprogramma verweven kan worden.

4.2.1 Speciaal onderwijs

De jeugd met een lichamelijke beperking bevindt zich hoofdzakelijk binnen cluster drie (Bijlage C). In Nederland zijn er 161 cluster drie scholen, waarvan 32 scholen voor Lichamelijk Gehandicapten (LG)- Meervoudige Gehandicapte kinderen (MG), ook wel de mytyl (LG) en tyltyl (LG -MG) scholen genoemd. De gemiddelde LG -(MG) school heeft ongeveer 25 groepen met leerlingen. In totaal bevinden zich 1409 LG leerlingen in het so en 1218 LG leerlingen in het vso. In totaal zijn er 3300 LG- MG leerlingen.⁵⁷ Er zijn 32 LG/MG scholen in Nederland waar de NeVoBo een eerste kennismaking (clinic) zou kunnen verzorgen.

De leraar is verantwoordelijk voor de gymlessen op school (§3.2.1), daarnaast is de leraar bewegingsonderwijs de belangrijkste factor om draagvlak te creëren voor het uitzetten van mogelijk grotere projecten op de school.⁵⁸ Naast goede voorlichting is het volgens Wim Ludeke, algemeen directeur van Scholengemeenschap Mariëndael (Arnhem), van belang dat de organisatie en coördinatie van Sport en beweeg projecten uit handen van het onderwijs genomen wordt.⁵⁹ Luna, leerling op de mytylschool, zegt het volgende over de mytylschool: "Op de mytylschool ligt de nadruk op watje allemaal nog wél kunt met je lijf met een 'motorische beperking/ En dat is vaak nog heel wat!"⁶⁰ Bij projecten moet de nadruk liggen op de mogelijkheden en niet op onmogelijkheden.

De doelgroep van het project van de NebasNsg; Special Heroes⁶¹, zijn jongeren met een lichamelijke, verstandelijke of meervoudige beperking in de leeftijd van vier tot 20 jaar. Het project Special Heroes bestrijkt alle cluster drie scholen, zodoende is de NebasNsg een samenwerking met Regionale Expertise Centra (REC) aangegaan. REC zijn de overkoepelende organisaties voor alle cluster 3 scholen (Bijlage C). Voor de NeVoBo zijn

⁵⁵ Jongsma, Trommel, Pleizier, Jagt van der & Visser. Evaluatieverslag promotiedag zit- en flexvolleybal in Amsterdam 2 december 2006. Amsterdam: DMO

⁵⁶ Wet en regelgeving; in het kort; leerplicht in een notendop; Toegang 27 maart 2007. www.leerplicht.net

⁵⁷ LVC3 (2007), *Monitor LVC 3*, Utrecht: LVC3. Geraadpleegd 12 februari 2007
www.lvc3.nl/docs/2c2b5b8f-386b-lbfc-4226-e721f071e639.pdf

⁵⁸ Ludeke, W in: Kobes & Vries, de (2004). *School & Sport Speciaal Een verkennende studie naar sport- en beweegactiviteiten door jeugdigen met een beperking*. Leiden: TNO Preventie en Gezondheid.

⁵⁹ Ludeke, W in: Kobes & Vries, de (2004). *School & Sport Speciaal Een verkennende studie naar sport- en beweegactiviteiten door jeugdigen met een beperking*. Leiden: TNO Preventie en Gezondheid.

⁶⁰ Luna. Klap.net. *Luna*. Toegang 14 februari 2007. www.klap.net.nl

⁶¹ Teunissen & Geer, van de (2007). *Tussenrapportage 2006 'Special Heroes'*. Bunnik: NebasNsg

binnen de Cluster drie met name de Mytylscholen interessant. Per REC zijn er gemiddeld twee scholen mytylscholen. Met het project special Heroes worden kinderen stap voor stap bekend met een sport.

4.2.2 Regulier onderwijs

Steeds meer kinderen met een (lichamelijke) beperking bevinden zich op een reguliere school in de buurt waar het opgroeit. Ouders van een kind met een handicap, beperking of langdurige ziekte sinds de invoering van de leerling gebonden financiering fde rugzak') kunnen kiezen voor regulier of speciaal onderwijs.⁶² Uit de monitor van LVC3 blijkt dat 66% van basisschool van Lichamelijk gehandicapt (LG) leerlingen en 44% van de LG leerlingen in het voorgezet onderwijs verblijft met ambulante begeleiding (n=4727). Steeds meer leerlingen volgen regulier onderwijs met behulp van ambulante begeleiding van de Regionale Expertise Centra (REC) . De ambulante begeleiding (REC) kunnen mogelijk van dienst zijn om in kaart te brengen waar deze kinderen zich bevinden. De NeVoBo kan mogelijk deze scholen opzoeken voor een kennismakings(clinic).

Binnen het reguliere onderwijs is klas op wielen een good practice. Belangrijke lessen die uit het project Klas op Wielen, maar ook de Sportief Tour (§3.3) geleerd kunnen worden in onderstaande opsomming weergegeven.⁶³ Waar moet de NeVoBo rekening mee houden bij het opzetten van projecten op school.

- Scholen moeten in hun jaarlijkse planning tijd vrij houden voor een dergelijk project.
- Is de accommodatie/klaslokaal groot genoeg, geschikt voor het spelen van zitvolleybal en toegankelijk voor mensen in een rolstoel.
- Voldoende vrijwilligers, bij voorkeur sportmensen (sportopleidingen) die de kinderen spelenderwijs met het zitvolleybal in aanraking kunnen laten komen. Kinderen kunnen confronterende vragen stellen met betrekking tot een beperking, de vrijwilligers moeten hier goed op in kunnen springen.
- Samenwerking aangaan met organisaties. Organisaties die betrokken zijn bij jeugd met een beperking en het onderwijs.

Doel van de hierboven omschreven projecten is veelal de integratie van gehandicapten in de samenleving. Schooltoernooien zijn in eerste instantie niet gericht op deze integratie in de samenleving van gehandicapten. Doel van schooltoernooien is 'alle' kinderen kennis te laten maken met een sporttak.⁶⁴ De organisatorische uitvoering is meestal in handen van de plaatselijke sportclub. Kinderen uit het reguliere onderwijs doen mee met dit schoolzitvolleybal toernooi, nadat scholen deel hebben genomen aan een korte kennismakingsmodule, welke door de zitvolleybalvereniging is gegeven. Een scholenzitvolleybaltoernooi kan wellicht ook in het speciaal onderwijs (mytyl/tyltyl) en binnen revalidatiecentra georganiseerd worden in samenwerking met REC en de NebasNsg.

4.3 Projecten binnen de revalidatie

Het beeld van revalidatieartsen, fysiotherapeuten, bewegingsagogen e.a ten opzichte van het zitvolleybal is belangrijk. Mensen met een lichamelijke beperking hechten erg veel waarde aan de mening van de (para)medici door wie ze worden behandeld. De meeste mensen vinden het belangrijk om advies van (para)medici op te volgen.⁶⁵ Maar om hoeveel kinderen gaat het binnen de revalidatie? Voor dit onderzoek; wat is het bereik van de NeVoBo binnen de revalidatie. Nederland telt 24 revalidatie centra. In dit

⁶² REC Noord Holland, Ambulante begeleiding. Toegang 22 maart 2007.
www.recnoordholland.nl/wie_zijn_wij/?id=23&PHPSESSID=9695e583da3f4ca7b4743e69cf3e9787

⁶³ Strien, van & Wouters in: Janssen e.a. (2004). *Education through Sport*. Nieuwegein: ARKO Sports Media

⁶⁴ Buisman,A & Middelkamp J. (2001). *Jeugdsport, een verhaal apart*. P. 233. Maarssen: Elsevier gezondheidszorg

⁶⁵ NebasNsg (2005). *Sporten kan iedereen*. P.12. Amsterdam: SWP



onderzoek gaat het om jeugd in de leeftijd van 6 tot en met 20 jaar. Deze doelgroep bevindt zich in de Kinderrevalidatie. Kinderrevalidatie is er voor kinderen en jongeren die blijvende gevolgen ondervinden van een ziekte, ongeval of aangeboren aandoening(en). Het kind wordt belemmerd in de alledaagse vaardigheden, zoals lopen, eten, contact maken met anderen en leren op school. In Nederland werden in jaar 2005 380 kinderen en jongeren (0-17 jaar) tijdelijk opgenomen in een revalidatiecentrum. Ruim 9.700 kinderen en jongeren werden in 2005 behandeld in een revalidatiecentrum of revalidatieafdeling van een ziekenhuis⁶⁶.

Binnen de revalidatie zijn ouders nauw betrokken bij de behandeling van hun kind. Kinderen komen vaak samen met hun ouders naar het revalidatiecentrum. Behandelaars en ouders zoeken samen naar praktische hulpmiddelen en aanpassingen die de zorg voor ouders en kind kunnen verlichten. De ouders van jongeren komen regelmatig mee naar behandelingen om de vorderingen van hun kind te zien. Mogelijkheid kan ook zijn dat ouders een zitvolleybal clinic hebben gezien en behandelaars naar de mogelijkheden van zitvolleybal vragen. Behandelaars moeten gemakkelijk informatie over zitvolleybal kunnen vinden en deze moet toepasbaar zijn binnen de muren van het revalidatiecentrum. Als behandelaars positief staan tegenover het zitvolleybal, brengen ze zowel ouders, evt. broertjes/zusjes en het kind in aanraking met het zitvolleybal.

De Sportief Tour is een jaarlijks terugkerende tour door Nederland, waarbij jongeren met en zonder handicap sporten met topvoetballers. Er wordt gesport op locaties van diverse zorginstellingen voor mensen met een handicap.⁶⁷ *Liesbeth Bloemsma, verpleegkundige van de jeugdafdeling In De Hoogstraat, gaf aan dat deze dag een welkome afleiding is voor de kinderen. "Het geeft ze een beetje speciale aandacht en ze zien dat er ook dingen zijn die ze wel goed of zelfs beter kunnen."*⁶⁸ De NeVoBo participeert al in dit project bij de Hoogstraat in Utrecht. Revalidatiecentrum de Hoogstraat organiseert samen met FC Utrecht deze sportdag.

4.4 Samenwerking

Het is belangrijk om bij de organisatie van een project/evenement partijen die actief zijn binnen het aangepast sporten hierbij te betrekken. Landelijk zijn er ook een aantal organisaties waar de NeVoBo een samenwerking mee aan zou kunnen gaan. Denk hierbij aan de NSGK, BOSK, JOPLA of LVG (Bijlage A) Deze mogelijke partners hebben een beter oog op de doelgroep en hebben een netwerk om deze doelgroep te bereiken. De NeVoBo heeft daarentegen de kennis en expertise van het zitvolleybalspel. De NeVoBo zou ook verzekeringsmaatschappijen kunnen betrekken voor een financiering, zoals Amicon betrokken is bij het project Special Heroes van de NebasNsg.

Er kan ook gedacht worden aan een samenwerking met onderwijsinstellingen. Bij een samenwerking met onderwijsinstellingen moet er niet alleen gedacht worden aan voorlichting geven aan de studenten. Een good practice is Calterno (Studenten van de Hogeschool Windesheim te Zwolle) welke een traject hebben uitgewerkt voor Dros/Alterno (Apeldoorn) om het zitvolleybal weer op de 'been' te helpen.⁶⁹ Studenten promoten het zitvolleybal bij de vereniging en organiseren zitvolleybal evenementen.

⁶⁶ Alles over revalideren; revalideren; kengetallen; Geraadpleegd 26 maart 2007. www.revalidatie.nl

⁶⁷ Stichting de Nees, Sportief Tour 2005 - 2006 Projectomschrijving, Geraadpleegd 5 april 2007.

<http://www.denees.nl/index.php?id==13Q>

⁶⁸ *Bijzondere ontmoeting in De Hoogstraat.* FC Utrecht. Geraadpleegd 12 februari 2007

www.fc-utrecht.nl/actueel/nieuws/2005/03/bijzondere.html

⁶⁹ Calterno (2007). *Weer zitvolleybal bij Alterno.* Geraadpleegd: 26 april 2007.

<http://www.dros-alterno.nl/frames.htm>



Dit hoofdstuk maakt duidelijk dat sportvoorlichting één van de beste manieren is om de sportparticipatie te vergroten. Potentieel voor zitvolleybal bevindt zich voornamelijk in het regulier onderwijs. Een clinic zal er uiteindelijk weinig toe bijdragen dat er daadwerkelijk nieuwe leden geworven worden. Het doel van dit onderzoek is het in kaart brengen hoe de jeugd trouw blijft aan zitvolleybal. Als het kind in het onderwijs, revalidatie of clinic kennis heeft gemaakt met zitvolleybal dan zal er dus een vervolg aan gegeven moeten worden om het kind daadwerkelijk aan het zitvolleybal te binden. Binnen het onderwijs en de revalidatie zijn er verschillende projecten waarbij de nadruk ligt op de integratie van mensen met een beperking. Bij het zitvolleybal zal de nadruk op 'het kennis maken met de grondslag vormen. Hoe vaker mensen zitvolleybal zien des te gewoner het wordt. In het onderwijs is de vakleerkracht bewegingsonderwijs een belangrijke factor om zitvolleybal bekend te maken bij de leerlingen. Binnen de revalidatie neemt de jeugd de adviezen van de (para)medici serieus. Heeft het kind de 'wil' om met enige regelmaat deel te nemen aan zitvolleybal activiteiten dan zal het kind hierin goed ondersteund moeten worden door ouders, broertjes, zusjes, vriendjes en vriendinnetjes en mogelijk de vereniging. De vereniging is van belang om structuur te bieden. Voor kinderen met een beperking betekent dit net als 'gewone' kinderen, met enige regelmaat, samen met andere kinderen plezier beleven.

5.

JEUGD ZITVOL LEYBAL BIJ DE VE RENIGING



Alleen kennismaken met zitvolleybal is zoals weergegeven in hoofdstuk vier niet voldoende om jeugd te binden aan het zitvolleybal. Als vervolg op de kennismakingsprojecten zal de vereniging structureel zitvolleybal aan moeten bieden. Dit hoofdstuk schetst als eerste de huidige situatie van zitvolleybal bij de vereniging. Vervolgens komt verenigingsondersteuning ter sprake. De benadering van jeugd binnen de vereniging wordt weergegeven in paragraaf 5.3. Naast de jeugd krijg je ook te maken met hun ouders, wat is hun rol en wat kunnen ze betekenen voor de vereniging wordt in paragraaf 5.4 duidelijk. Tot slot komt de rol van het kader ter sprake, het kader als belangrijke schakel voor jeugdbehoud binnen de vereniging.

5.1 Stand van zaken (jeugd)zitvolleybal bij de NeVoBo

Wat beweegt de NeVoBo om zitvolleybal toe te voegen aan haar productenaanbod? Zoals in hoofdstuk één is weergegeven hebben de NebasNsg en de NeVoBo in 2003 een intentieverklaring getekend. Vervolgens is in 2005 de samenwerkingsovereenkomst tussen NebasNsg en de NeVoBo vastgelegd. De NeVoBo streeft met het opnemen van het zitvolleybal een maatschappelijk doel na, welke door het ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport naar voren komt; Sport is voor iedereen. Dit komt ook naar voren in het uitvoeringsprogramma 'Bewegen, meedoen en presteren'. *"Niet alle groeperingen in de maatschappij nemen even vanzelfsprekend deel aan sport. Dat geldt voor bijvoorbeeld mensen met een fysieke beperking en voor mensen die onbekend zijn met het verenigingsleven of zich daar niet prettig voelen"*⁷⁰ Naast het maatschappelijke doel past zitvolleybal ook binnen de sportintrinsieke waarde van de NeVoBo. Ze versterkt hiermee haar missie; *"De NeVoBo maakt volleybal toegankelijk voor zoveel mogelijk mensen, door een op maat gesneden dienstverlening"*.⁷¹ Het zitvolleybal maakt de volleybalsport toegankelijk voor mensen met een beperking, met sportblessures en iedereen die het er plezier aan beleeft.

5.1.1 NeVoBo buitengewoon lid NebasNsg

Met het sluiten van de samenwerkingsovereenkomst met de NebasNsg (2005) is de NeVoBo buitengewoon lid van NebasNsg. Buitengewoon lid betekent dat alle bij de NeVoBo aangesloten verenigingen met een aanbod voor mensen met een beperking profiteren van de specifieke diensten en producten van NebasNsg, zonder zelf direct lid te zijn van NebasNsg. De zitvolleybalverenigingen kunnen gebruik maken van de dekking van NebasNsg verzekeringen (Aansprakelijkheidsverzekering en Ongevallenverzekering) Mocht een vereniging een jeugd zitvolleybal evenement organiseren dan kan deze vereniging op de incidentele of aanvullende verzekeringen van de NebasNsg. afgesloten worden.⁷² Als NeVoBo lid krijg je de Nationale Sport Pas met het oog op het feit dat ouders financiële extra's kunnen gebruiken (§5.4). De Nationale Sport Pas biedt veel (financiële) voordelen, voor de ouders en de jeugd zelf.

5.1.2 Nationale competitie

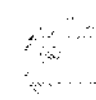
Deze subparagraaf beschrijft de huidige stand van zaken van (jeugd)zitvolleybal bij de vereniging. Het startpunt van het jeugdzitvolleybal bij de vereniging wordt beschreven. De NeVoBo wil haar missie "het toegankelijk maken van de volleybalsport voor zoveel mogelijk mensen, door een op maat gesneden dienstverlening"⁷³ bereiken door o.a. de organisatie van volleybalcompetities. Voor het zitvolleybal betekend dit de organisatie van de ere divisie competitie en de toernooidagen voor de tweede divisie. Op dit moment (2007) kent Nederland 19 zitvolleybal verenigingen. Acht teams zijn vertegenwoordigd in de eredivisie. Aan het eind van deze eredivisie competitie wordt er een Play-off gespeeld met de nummers één t/m vier. De winnaar en dus de Kampioen van Nederland heeft het recht om Europacup te spelen. In de tweede divisie wordt er competitie

⁷⁰ Ministerie van VWS (2005). *Tijd voor sport; bewegen, meedoen en presteren*. Geraadpleegd 15 februari 2007 www.minvws.nl/images/samen-voor-sport_tcm19-98759.pdf

⁷¹ NeVoBo, Organisatie, Missie, www.volleybal.nl, geraadpleegd 15 maart 2007.

⁷² Huizing, M, (2006). *Samenwerking NeVoBo NebasNsg*. Informatiebrief verenigingen.

⁷³ NeVoBo, Organisatie, Missie, www.volleybal.nl, geraadpleegd 15 maart 2007.



gespeeld in toernooivorm. Éénmaal per maand wordt er een competitieronde gespeeld.⁷⁴ In Nederland kan iedereen deelnemen aan de zitvolleybalcompetitie, zowel met als zonder een beperking. Er is geen sprake van classificaties. De huidige zitvolleybalteams bestaan uit een samenvoeging van mannen als vrouwen. In Nederland speel je voor een vereniging, daarnaast is er een mogelijkheid om voor het Nederlandse mannen of vrouwen zitvolleybal team uit te komen. Nederland kent geen vereniging met een jeugdzitvolleybalteam, gevolg is het ontbreken van een jeugdzitvolleybal competitie. Naast het ontbreken van een jeugdcompetitie worden er ook geen jeugdzitvolleybal toernooien georganiseerd door de NeVoBo.

5.2 Verenigingsondersteuning

De NeVoBo biedt kennismakingslessen/demonstraties voor verenigingen die met zitvolleybal willen starten bij de vereniging. Spectaculaire demotrainingen en -wedstrijden benadrukken de aantrekkelijkheid van deze sport.⁷⁵ De organisatie van een dergelijke demo/clinic in samenwerking met bijvoorbeeld andere lokale volleybalverenigingen is een prima optie voor sporters met een beperking (zie ook §4.1). De ervaring leert dat de presentatie in de vorm van een clinic velen stimuleert de stap te nemen nader kennis te maken met zitvolleybal.⁷⁶ Een korte analyse van de fase uit het transtheoretische model (Bijlage D) kan helpen om de juiste argumenten, ideeën en beelden aan te dragen om de desbetreffende speler betrokken te houden bij het zitvolleybal.⁷⁷ De Hockeybond biedt ook een LG hockey en heeft producten op de markt gebracht om deze vorm bij verenigingen als bij de doelgroep te promoten. Dit doet ze dmv een promotie/ kennismakingsvideo, flyer, uitgebreid en praktisch stappenplan een opleidingsmodule (in samenwerking met NebasNsg opgesteld) en de eerder genoemde landelijke bijeenkomst voor geïnteresseerde verenigingen.⁷⁸

Het kabinet heeft met invoering van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (WMO) gemeenten een impuls gegeven om actieve participatie van burgers aan de samenleving te bevorderen. Gemeenten bekijken samen met buurtbewoners en lokale organisaties, waaronder de sportvereniging, op welke wijze de buurt leefbaarder kan worden. De sport als ontmoetingsplek en een kans voor deelname aan maatschappelijke activiteiten in de vorm van bestuur en vrijwilligerswerk. Voor mensen met een beperking gaat de gemeente na welke voorzieningen nodig zijn om de sportdeelname bij de vereniging te bevorderen. Eventuele belemmeringen voor de sportdeelname behoren tot de aandachtspunten. *Voor gemeenten wordt een 'sporttas' ontwikkeld met instrumenten om sport, participatie en sociale cohesie te verbinden.*⁷⁹ Voor het jeugdzitvolleybal behoren er naast de expertise en ondersteuning van de gemeente ook mogelijkheden voor een subsidie. Daarnaast is er aanspraak mogelijk op andere partijen zoals de provinciale sportraad en regionale sportservicepunten.⁸⁰

⁷⁴ NeVoBo. Over volleybal, Zitvolleybal, *competitievormen*. www.volleybal.nl. geraadpleegd 15 maart 2007

⁷⁵ Haan de, 3, (2004). *Zitvolleybal*. Haarlem: De Vriescheborch

⁷⁶ Huizing, M, (2006). *Samenwerking NeVoBo NebasNsg*. Informatiebrief verenigingen.

⁷⁷ Leurs & Bemt, van den, *Gedragsverandering en -behoud*, NOC* NSF.

⁷⁸ Schendel van, B in Kobes e.a. (2004)

⁷⁹ Ministerie van VWS, 2005 Tijd voor sport; bewegen, meedoen en presteren'. Geraadpleegd 15 februari http://www.minvws.nl/images/samen-voor-sport_tcml9-98759.pdf

⁸⁰ Teunissen & Geer, van de (2007). *Tussenrapportage 2006 'Special Heroes'*. Bunnik: NebasNsg



5.3 Jeugd binnen de vereniging

Deze paragraaf geeft een antwoord op de vraag welke voorwaarden er bij de vereniging gecreëerd moeten worden om het zitvolleybal effectief weg te zetten. De jeugd is een belangrijke doelgroep binnen het verenigingsleven. Er is een breed en gevarieerd sportaanbod voor jongeren. Voor de jeugd welke in deze scriptie beschreven is, met beperking of sportblessure is dit scala aan sportactiviteiten veel minder groot. Dit is terug te zien in het zitvolleybal. Er zijn veel oudere spelers en de drempel voor jeugdigen om te gaan zitvolleyballen wordt hierdoor extra hoog.⁸¹ Van de negentien zitvolleybal verenigingen die Nederland telt, waarvan acht specifieke gehandicapten sport verenigingen (GSV). De zitvolleybalverenigingen hebben geen jeugdteams. Integratie binnen de vereniging betekend niet alleen het beoefenen van het zitvolleybal, maar ook betrokken zijn bij andere verenigingsactiviteiten, zoals feestavonden, meehelpen bij activiteiten, napraten in de kantine en het maken van het clubblad.⁸² Factoren die de kwaliteit van jeugdsport binnen de sportvereniging negatief bepalen zullen ook binnen de zitvolleybalverenigingen voorkomen moeten worden. Voor jeugdspelers moet het aantrekkelijk zijn om zich aan te sluiten bij een vereniging. Valkuilen binnen de georganiseerde sport met betrekking tot de jeugd worden hieronder weergegeven.

- **Weinig inspraak mogelijkheden van de jeugd (jeugdparticipatie)**
Integratie bij de volleybalvereniging betekend ook voor mensen met een beperking niet alleen mee doen aan het wekelijkse uurtje eigen sport, het zitvolleybal, de mensen zijn net als de overige leden betrokken bij andere verenigingsactiviteiten. Verenigingsactiviteiten zoals het napraten in de kantine, de feestavonden, het meehelpen bij activiteiten en het maken van het clubblad.⁸³ Ook mensen met een beperking willen actief zijn binnen de vereniging.
- **Sociaal economische en culturele factoren**
In hoofdstuk twee worden de sociaal economische en culturele factoren omschreven welke invloed uit oefenen op de jeugd. Factoren waarmee rekening gehouden dient te worden om enige invloed op de jeugd uit te kunnen oefenen en ze te binden aan het zitvolleybal.
- **Jeugd komt op jongere leeftijd in contact met sport én competitie, er zijn onvoldoende opgeleide begeleiders.**
Competitie is binnen de jeugdsport niet het belangrijkste, plezier staat voorop. Binnen het zitvolleybal zijn er onvoldoende opgeleide begeleiders. Kader wordt in paragraaf 5.5 verder toegelicht.
- **Weinig erkenning voor de belangrijke rol die ouders (kunnen) spelen in de jeugdsport.**⁸⁴ Voor ouders met een beperking speelt dit ook een rol, maar deze ouders beschikken veelal over minder tijd, energie en geld.⁸⁵ Toch zijn ze vaak wel bereid om iets voor hun kind te betekenen, benadering is belangrijk. Meer over de rol van de ouders staat beschreven in paragraaf 5.4.

De belangrijkste voorwaarde om (jeugd)zitvolleybal bij een vereniging op te zetten is een positieve houding van de vereniging ten opzichte van mensen met een beperking. De wil moet er zijn om iets voor deze doelgroep te organiseren. De KNHB organiseert voor geïnteresseerde verenigingen een landelijke bijeenkomst.⁸⁶ Bij de promotiedag zit- en

⁸¹ NeVoBo, *Zitvolleybal voor jeugdigen met een beperking in Nederland*. Projectplan Versie 1.0.18 december 2006

⁸² Kobes & Vries, de (2004) *School & Sport Speciaal Een verkennende studie naar sport- en bewegingsactiviteiten door jeugdigen met een beperking*. Leiden: TNO Preventie en Gezondheid

⁸³ Kobes & Vries, de (2004) *School & Sport Speciaal Een verkennende studie naar sport- en bewegingsactiviteiten door jeugdigen met een beperking*. Leiden: TNO Preventie en Gezondheid

⁸⁴ Wijleman & Knop. de (1998) in: Knop. de, Vanreusel & Scheerder (2002). *Sportsociologie*. P.366. Maarssen: Elsevier

⁸⁵ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.27. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

⁸⁶ Schendel van, B in Kobes e.a. (2004)



flexvolleybal in Amsterdam, was de ondersteuning van volleybalverenigingen in de omgeving bij voorbaat al een knelpunt. Het imago van het zitvolleybal, "zitvolleybal is alleen voor gehandicapten", speelt een belangrijke, veelal negatieve rol. Staat de vereniging open voor aangepast sporten binnen de vereniging dan kan de vereniging een SWOT analyse maken, waarin een mogelijke samenwerking met andere volleybalverenigingen wordt aangegaan.⁸⁷ Een regiovereniging is een optie. Bovendien maakt het, het zitvolleybal in totaal sterker wanneer er niet teveel versplintering optreedt.⁸⁸ Vervolgens zal de vereniging een taxatie aan de hand van een stappenplan (uitgegeven door de NeVoBo) op moeten stellen. Middels dit stappenplan beredeneert de vereniging haar mogelijkheden om zitvolleybal aan te bieden. Belangrijk is uiteindelijk de uitsplitsing van de taken⁸⁹. Taken van de (zit)volleybalvereniging, NeVoBo, mogelijk de NebasNsg, gemeente en/of sportservice organisaties.

5.4 Ouders en jeugdzitvolleybal

Er is weinig erkenning voor de belangrijke rol die ouders (kunnen) spelen in de jeugdsport (§5.3). Ouders van kinderen met een lichamelijke beperking spelen een nog belangrijkere rol. In deze paragraaf bespreken we de sportkeuze van kinderen en de rol van de ouders en wat ouders kunnen betekenen binnen de vereniging.

Zowel bij jeugd met als zonder een beperking spelen de ouders een belangrijke rol. Bij kinderen met een lichamelijke beperking spelen de ouders een belangrijkere rol. Wernsen schetst een beeld van de uitputting, het verdriet, de wanhoop en de financiële zorgen die het ouderschap van een gehandicapt kind met zich mee brengt.⁹⁰ Ouders ontnemen dingen uit handen van de kinderen en zijn mogelijk zó enthousiast over de sport en hun kind te krachtig stimuleren. Het kind kan dan in de stress raken en mogelijk geen plezier meer aan de sport beleven.

Pubers zetten zich af tegen hun ouders en dat geldt als een normale fase op weg naar volwassenheid en zelfstandigheid. Dingen doen die van je ouders niet mogen, voor jongeren met een beperking is dit veel moeilijker.⁹¹ Moeilijker, omdat ze toch aangewezen blijven op de hulp van hun ouders. Jongeren met een beperking vinden dat hun ouders al veel voor hen gedaan hebben. Ze willen hun ouders niet teveel tot last zijn met bijv. het halen en brengen naar de sport. Bij de organisatie van een zitvolleybalstructuur voor jongeren zou het goed zijn als er op de verantwoordelijkheid van het kind gebouwd wordt, zodat de ouders een minder grote rol hoeven te spelen. Naast een ontlasting van de ouders, betekent dit het vergroten van de jeugdparticipatie (§5.2).⁹²

Bij jeugdsport krijg je bijna altijd direct of indirect met ouders te maken. De rol die ouders in kunnen nemen binnen de vereniging wordt veelal onderschat.⁹³ Een opsomming van taken die ouders op zich kunnen nemen als het kind gaat, of wil gaan zitvolleyballen bij een vereniging.

- Brengen en halen het kind op van de trainingen en rijdt bij toerbeurt naar (uit)wedstrijden.
- Ouders zijn toeschouwer
- Ouders zijn motivator of juist demotivator van het kind binnen het zitvolleybal
- Bespreken de gang van zaken, met trainer
- Kunnen betrokken worden bij het beleid van de club.

⁸⁷ Buisman, A in: Kobes e.a. (2004).

⁸⁸ NeVoBo, *Zitvolleybal voor jeugdigen met een beperking in Nederland*. Projectplan Versie 1.0.18 december 2006

⁸⁹ Buisman, A in: Kobes e.a. (2004).

⁹⁰ Wernsen, G in: Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

⁹¹ Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.34. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

⁹² Kooiker, S.E (2006). *Jeugd met beperkingen*. P.34. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau

⁹³ Knop de, Vanreusel & Scheerder (2002). *Sportsociologie het spel en de spelers*. P.366. Maarssen: Elsevier Gezondheidszorg.



Ouders als kader

Binnen de vereniging, is er veelal een kaderprobleem. *"Het is de kunst om de ouder niet alleen betrokken te houden bij het eigen kind, maar ook een 'vereniging' georiënteerde participatie oftewel een zitvolleybal gebonden participatie"*⁹⁴ Mogelijkheden van betrokkenheid van ouders zijn:

- Partnership: gezamenlijk met ouders beslissingen nemen
- Ouders als uitvoerders van bestuursbeleid: Uitvoeren van taken die door revalidatiecentra, onderwijs of de vereniging zijn bedacht.
- Jeugdsport zonder participatie van ouders⁹⁵

Ouders moeten het idee hebben dat ze van harte welkom zijn bij de zitvolleybalactiviteiten en/of vereniging. Bij belangenorganisaties o.a. Landelijke Vereniging van Geamputeerden (LVvG) speelt lotgenotencontact een belangrijke rol. Ouders moeten de mogelijkheid krijgen om met andere ouders wat te kunnen drinken, voor de gezelligheid en ook om ouders van andere kinderen te leren kennen. De NeVoBo zou sportactiviteiten kunnen organiseren voor zowel ouders als het kind. De NeVoBo zou een samenwerking aan kunnen gaan met de werkgroep^x op een ander been gezet' van de Patiënten organisatie BOSK. Een samenwerking waarbij de werkgroep de doelgroep weet te bereiken (bijlage A)⁹⁶ en de NeVoBo met haar kennis en expertise om een familiedag organiseren waarbij zitvolleybal centraal staat. Ook de ouders moeten positief gestimuleerd, ondersteund en geadviseerd worden om middels hen het kind de zitvolleybalsport te laten beoefenen.

Bij kinderen is de betrokkenheid van ouders bij de vereniging gewenst. Voor jongeren is zelfstandigheid en jeugdparticipatie belangrijk. Ouders moeten een minder grote rol gaan spelen binnen de vereniging naarmate het kind ouder wordt.

5.5 Kader en jeugdzitvolleybal

Niet elke ouder heeft (direct) de kwaliteit om als trainer, coach of scheidsrechter aan de slag te gaan. Kader is erg belangrijk bij het stimuleren, adviseren en ondersteunen van de jeugd. Als jeugd op een positieve wijze met zitvolleybal in aanraking komt, dan is de kans op behoud binnen de vereniging groter.⁹⁷ Kwaliteit van de begeleiding is belangrijk.

De NeVoBo, in dit geval alle werknemers binnen het hoofdkantoor te Nieuwegein, houdt zich naast het organiseren van competities ook bezig met het ontwikkelen van opleidingen voor trainers, coaches, scheidsrechters en verenigingskader. Er zijn ontwikkelingen op het gebied van de opleiding als Zitvolleybal Trainer (ZT). Jouke de Haan en dhr. Bos (Docent Cios) zijn in samenwerking met Daan Krijnen (Coördinator deskundigheidsbevordering, NeVoBo) bezig met de ontwikkeling van de opleiding als ZT. Deze opleiding zal aansluiting vinden bij de Volleybal Trainer 3 (VT3) opleiding. De kwaliteit van begeleiding is van groot belang binnen de jeugdsport en is één van de bepalende factoren voor het behoud van jeugdsporters. Zo schrijven Shields en Bredemeir: *"Bij jeugdsport is het belangrijk dat er rekening gehouden wordt met de kwaliteit van de begeleiding, structurele kwaliteiten van de sport zelf, het sociale milieu waarin het geheel plaats vindt als ook de karakteristieken van de deelnemers zelf."*⁹⁸ Ook bij het jeugdzitvolleybal moet er rekening gehouden worden met de kwaliteit van de begeleiding van de jeugdspelers. We hebben het dan over begeleiding in de vorm van trainers, coaches en scheidsrechters. In onderstaande subparagrafen gaan we in op de functies als trainer, coach en scheidsrechter.

⁹⁴ Buisman e.a. (2001). *Jeugdsport een verhaal apart*. P.87. Maarssen: Elsevier Gezondheidszorg

⁹⁵ Buisman e.a. (2001). *Jeugdsport een verhaal apart*. P.88. Maarssen: Elsevier Gezondheidszorg

⁹⁶ Langhout, M. BOSK. Super zwemfeest in de Eemhof. Geplaatst 6 april 2007. Geraadpleegd 10 april 2007.

http://www.bosk.nl/templates/mercury.asp?page_id=8030

⁹⁷ Leurens & Bemt van dan. B2.1 *Gedragsverandering en -behoud*. NOC*NSF

⁹⁸ Shields & Bredemeir in: Knop. de, Vanreusel & Scheerder (2002). *Sportsociologie*. P.361. Maarssen: Elsevier gezondheidszorg.



5.5.1 Trainer/coach

Bij het CMV wordt de rol van de trainer/coach als volgt beschreven. *"Iedereen speelt volleybal omdat hij of zij de spelvorm leuk vindt en plezier en beleving hieruit kan halen. Het is erg belangrijk dat de beleving en het spelvreugde op nummer één blijven staan. De coach kan een grote bijdrage hieraan leveren, wees dus bewust van uw rol".*⁹⁹ Bij het zitvolleybal zal deze invalshoek niet anders zijn. Plezier en beleving moet voorop staan. Van Rossum geeft aan dat het vaak veel meer om plezier hebben gaat dan om het winnen zelf.¹⁰⁰ Jongeren beleven plezier door het leren of tonen van vaardigheden, andere jongeren zijn eerder op zoek naar gezelligheid.¹⁰¹ Binnen het jeugdzitvolleybal gaat het ook om jeugd met (lichamelijke) beperkingen, voor mensen met een lichamelijke beperking zijn prestatiemogelijkheden van belang. Maar belangrijker voor continuïteit in de sportdeelname is het hebben van bewegingsvreugde en de kans die aanwezig moet zijn om de eigen mogelijkheden te ontdekken en verder te ontwikkelen.¹⁰²

Er wordt in de georganiseerde sport (in het algemeen) weinig rekening gehouden met de specifieke mogelijkheden en verwachtingen van de jongeren¹⁰³. In het zitvolleybal telt dit dubbel mee, mensen met een beperking hebben meer specifieke behoeften. Sport leidt ook bij mensen met een beperking tot een toename in gezondheid, fitheid, prestatieniveau, successen en sociale waardering. Hierbij moet er rekening gehouden worden met de individuele belastbaarheid en het verstandelijk vermogen.¹⁰⁴ Blessures spelen bij mensen met een lichamelijke beperking een belangrijkere rol (zie §3.1.4). Op basis van een eventuele beperking zal er gekeken moeten worden naar de haalbaarheid, want geen enkele handicap is hetzelfde.¹⁰⁵

5.5.2 Scheidsrechter

Ook wedstrijden in het jeugdzitvolleybal zullen door een scheidsrechter geleid worden. Het zitvolleybal wordt gespeeld volgens de officiële regels van de Fédération Internationale de Volleybal (FIVB), uitgegeven door de NeVoBo. Een aantal spelregels is aangepast en vastgesteld door de World Organisation Volleybal for Disabled (WOVD)¹⁰⁶ (Haan de, J. p. 67). De regels in het zitvolleybal komen grotendeels overeen met de regels van het volleybal, afmetingen van het veld en nethoogte verschillen, het belangrijkste verschil heeft betrekking op het zitvlak: Het zitvlak moet zich, op het moment van spelen van de bal, op de grond bevinden.¹⁰⁷ Bij het jeugd zitvolleybal zal er een vergelijking plaats kunnen vinden met het CMV en het zitvolleybal. De scheidsrechter dient ervoor te zorgen dat de wedstrijd van begin tot eind ordelijk verloopt. De scheidsrechter treedt daarnaast ook op als pedagoog en mag daarbij hulp verwachten van de begeleiders van de spelende teams. Er zal op een consequente, duidelijke en kindvriendelijke manier leiding gegeven moeten worden.¹⁰⁸

⁹⁹ Nijland, W (2005). *Handleiding coaching jeugdteams*. Woerden: NeVoBo

¹⁰⁰ Rossum, van in: Knop. de, Vanreusel & Scheerder (2002). *Sportsociologie*. P.361. Maarssen: Elsevier gezondheidszorg

¹⁰¹ Knop de, Vanreusel & Scheerder (2002). *Sportsociologie het spel en de spelers*. P.361. Maarssen: Elsevier Gezondheidszorg.

¹⁰² Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem De Vriescheborch

¹⁰³ Knop. de & Buisman in: Knop. de, Vanreusel & Scheerder (2002). *Sportsociologie*. P.365. Maarssen: Elsevier gezondheidszorg.

¹⁰⁴ Van Hal e.a. in: Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem De Vriescheborch

¹⁰⁵ Haan de, J, (2004). *Zitvolleybal*. P.18. Haarlem: De Vriescheborch

¹⁰⁶ Haan de, J, (2004). P. 76. *Zitvolleybal*. Haarlem: De Vriescheborch

¹⁰⁷ Haan de, J, (2004). P.69. *Zitvolleybal*. Haarlem: De Vriescheborch

¹⁰⁸ Nijland, W (2005). *Handleiding coaching jeugdteams*. Woerden: NeVoBo

In dit hoofdstuk wordt duidelijk dat de NeVoBo de taak heeft om verenigingen te ondersteunen bij het opzetten van zitvolleybal bij de vereniging. Deze taak ligt niet alleen bij de NeVoBo maar ook de gemeente kan aangesproken worden op verantwoordelijkheden met betrekking tot verenigingsondersteuning. De vereniging zal als eerste de gehandicaptensport moeten accepteren wil ze jeugdzitvolleybal binnen het verenigingsaanbod opnemen. Voor het behoud van jeugd binnen de vereniging is jeugdparticipatie een belangrijk speerpunt. Ouders spelen een belangrijke rol bij de sportkeuze van het kind en spelen een belangrijke drempelverlagende rol voor hun kind om het sporten (bij de vereniging) mogelijk te maken. De kwaliteit van het kader is belangrijk voor het behoud van de jeugd voor het zitvolleybal.



6.

EXPERTS OVER JEUGDZIT VOLLEY BAL



Voor het veldonderzoek heeft er een kwalitatief onderzoek plaatsgevonden. Een kwalitatief onderzoek doormiddel van zes expert interviews. De ervaring, kennis en mening van deze experts zijn van belangrijke meerwaarde voor dit onderzoek. Franceline van de Geer werkzaam bij de NebasNsg heeft haar expertise op het gebied van jeugdsport en kinderen met een beperking weergegeven. Vervolgens heeft Els Duijn haar ervaring met het zitvolleyballen als sportconsulent regio Utrecht gedeeld. Joyce Jansen bewegingsagoog is met haar kennis over de gang van zaken binnen het revalidatiecentrum de Sint Maartenskliniek van toegevoegde waarde voor dit onderzoek. Vervolgens is er gebruik gemaakt van de ervaring in de huidige zitvolleybalwereld door interviews met Elvira Stinissen speelster (zit)volleybalvereniging Omniworld en Aletta Slagter speelster bij FDS Sneek een gehandicapten sportvereniging. Als aanvulling op het interview met Franceline van de Geer heeft er een schriftelijk interview plaatsgevonden m.b.t het project Klas op Wielen met Daniëlle Geering. De uitkomsten van deze interviews zijn in dit hoofdstuk per onderwerp weergegeven. Als eerste komen de voorwaarden om zitvolleyballen te spelen ter sprake. Ten tweede komen de voorwaarden om zitvolleyballen te kunnen spelen aan bod. Vervolgens worden de mogelijkheden en voorwaarden omschreven om zitvolleyballen binnen de revalidatie en het onderwijs aan te bieden. Op welke wijze denken deze experts dat het jeugdzitvolleyballen bekendheid kan verwerven binnen de revalidatie en het onderwijs. Tot slot worden de kansen en voorwaarden weergegeven om structureel jeugdzitvolleyballen bij de vereniging te bieden.

6.1 Persoonlijke voorwaarden

Persoonlijke voorwaarden om zitvolleyballen te gaan spelen zijn niet alleen fysiek, maar ook mentaal. Door deze voorwaarden in kaart te brengen wordt inzichtelijk wie zitvolleyballen kunnen spelen en hoe deze jeugd benaderd zal moeten worden om zitvolleyballen te gaan spelen.

6.1.1 Fysieke voorwaarden

Els Duijn beschrijft het zitvolleyballen als een fysiek inspannende sport. Je moet er potentieel voor hebben om te kunnen zitvolleyballen. Belangrijke voorwaarden om zitvolleyballen te spelen zijn:

- Aanwezigheid rompbalans
- Aanwezigheid normaal functionerende bovenste extremiteit
- Er moet sprake zijn van een goede mate van sensibiliteit.
- Afwezigheid van decubiteus (snel ontstaan van wondjes) aan hiel en zitvlak
- Geen sprake van een progressieve vorm van Multiple sclerose (MS)
- Beschikken over enige cognitieve en sociale vaardigheden

Zitvolleyballen is goed voor het lichaam. Door de beoefening van zitvolleyballen wordt de rompbalans bevorderd en men wordt krachtiger in de bovenste extremiteit. Zitvolleyballen kan ook binnen de revalidatie van toegevoegde waarde zijn. Naast meer rompbalans leer het kind zichzelf en zijn/haar mogelijkheden kennen, aldus Joyce Jansen.

6.1.2 Mentale voorwaarden

In eerste instantie roept zitvolleyballen veel weerstand op als Els Duijn een cliënt doorverwijst naar het zitvolleyballen. Als cliënten zitvolleyballen vrijblijvend kunnen proberen en na verloop van tijd pas hoeven te kiezen is de kans aanwezig dat ze uiteindelijk toch gaan en blijven zitvolleyballen. Zitvolleyballen is een moeilijke sport en het duurt lang voordat je het goed kunt spelen, voor Elvira is dat nu een uitdaging. Elvira moest er in eerste instantie niet aan denken om te gaan zitvolleyballen. Ze vindt het prettig dat gehandicapten en niet gehandicapten deze sport samen kunnen beoefenen. Voor Aletta Slagter was de drempel om überhaupt een aangepaste sport te gaan beoefenen te hoog, ze vond dat ze geen handicap had. Met haar zus is ze uiteindelijk gaan kijken bij het zitvolleyballen en Aletta is vervolgens blijven zitvolleyballen. De drempel was in eerste instantie dus te hoog, onzin weet Aletta nu, maar dat moest ze eerst ervaren. Ze speelt

nu met haar zus en een vriendin bij FDS Sneek. Om de stap naar het aangepast sporten te maken moet je bewust raken van je eigen kunnen en kunnen toegeven en inzien dat een reguliere sport niet meer tot de mogelijkheden behoort. Elvira geeft aan dat het voor kinderen met een beperking belangrijk is om 'gewoon normaal' te zijn. Kinderen met een lichamelijke beperking hebben in het dagelijks leven mogelijk een prothese. Voor Elvira was het geen probleem om deze uit te doen. Het was voor haar juist prettig zonder prothese.

6.2 Kennismaken met het zitvolleybal

Volgens Els Duijn is een clinic de belangrijkste manier om mensen met een beperking in aanraking te laten komen met het zitvolleybal. Op reguliere scholen zijn er voorlichtingscampagnes waarbij sporter(s) met een beperking, kinderen uit groep zeven en acht vertellen over het leven en sporten met een beperking. Doel van dit project is een positieve beeldvorming t.o.v mensen met een beperking. Tevens had dit project als doel om kinderen met een beperking in het regulier onderwijs te 'spotten'. Kinderen als Elvira, want ook zij zat met een lichamelijke beperking in het reguliere onderwijs. Spotten had als doel kinderen bekend te maken met aangepast sporten en vervolgens een individuele benadering om deze kinderen aan het sporten te krijgen. Niet alleen het kind moet klaar zijn om zitvolleybal te gaan spelen, ook ouders spelen een belangrijke rol. De ouders moeten ook matchen met het zitvolleybal, aldus Els Duijn. Is een ouder niet gemotiveerd, dan raak je het kind ook kwijt. Bij de Sint Maartenskliniek zijn de ouders van Tim (6jr) ook actief om zitvolleybal voor hun zoon mogelijk te maken. Zij hebben contact gezocht met een volleybalvereniging. Bij FDS Sneek wordt er werk van gemaakt om jeugd binnen de vereniging te krijgen en te behouden. Zo speelt Sanne (15jr) met het eerste team mee, haar ouders staan er helemaal achter en ondersteunen haar waar nodig om zitvolleybal te kunnen beoefenen. FDS Sneek ondersteunt haar ouders daarnaast met goede afspraken voor vervoer. Maar als het nodig is brengen haar ouders haar overal naar toe. Deze paragraaf in het kort: Een clinic is een goede vorm voor een kennismaking met het zitvolleybal. Potentieel voor het zitvolleybal zal gespot moeten worden tijdens deze kennismakingsmomenten en individueel benaderd worden voor een verdere kennismaking. De rol van ouders moet niet onderschat worden bij de sportkeuze van het kind.

6.3 Teamsport

Zoals ook in paragraaf 6.1.1 is aangegeven zal een kind moeten beschikken over enige mate van cognitieve en sociale vaardigheden. Joyce Jansen geeft ook aan dat enige vorm van leergerichtheid voor de beoefening van zitvolleybal noodzakelijk is. Zitvolleybal is in eerste instantie een teamsport, maar om meer jeugd aan het zitvolleybal te binden zal het mogelijk moeten zijn om zitvolleybal ook voor deze groep toegankelijk te maken. Zitvolleybal kun je in de toekomst spelen op verschillende niveaus, door gebruik van andere materialen en spelvormen. Voor Elvira was en is het team en dus de mensen waarmee ze sport erg belangrijk. Iemand die een been mist, kan veel meer dan iemand die verlamd is of geestelijk gehandicapt is. Conclusie wat betreft de teamformatie is het belangrijk om kinderen met een fysieke en geestelijke beperking niet in één team onder te brengen. Zo blijft zitvolleybal voor beide partijen haalbaar en flitsend.

6.4 Organisatorische voorwaarden binnen de revalidatie

Elvira noemt de hulpverleners en revalidatiecentra als belangrijke voorwaarde om het potentieel voor zitvolleybal te bereiken. Hulpverleners moeten bekend raken met het zitvolleybal en het zitvolleybal accepteren. Om zitvolleybal aan te bieden bij revalidatiecentra ben je afhankelijk van verschillende factoren. Voor het bepalen van deze



factoren maak ik gebruik van de expertise van Joyce Jansen en Els Duijn. Zitvolleybal binnen het revalidatiecentrum hangt af van de:

- Beschikbare accommodatie
- De revalidatiepopulatie
- De revalidatiearts.

De revalidatiearts coördineert de inhoud van het revalidatieprogramma. Een positief beeld over het zitvolleybal bij de revalidatiearts is dus belangrijk. Artsen in opleiding zijn te bereiken binnen het revalidatiecentrum. Bewegingsagogen zijn niet in elk revalidatiecentrum aanwezig, maar zeker een belangrijke doelgroep om zitvolleybal over te brengen bij de jeugd. De rol van revalidatieartsen wordt nog eens als belangrijk onderstreept omdat deze arts ook in contact staat met mytyl/ tytylscholen tijdens de zogeheten Centrale Kind bespreking. Tijdens deze bespreking wordt er gekeken naar de doelstellingen die voor het kind opgesteld of opnieuw geformuleerd moeten worden. Ook fysiotherapeuten zijn verbonden aan revalidatiecentra/klinieken. Vooreen efficiënt bereik van de kinderfysiotherapeuten, zal het zitvolleybal tijdens de regionale bijeenkomst op de agenda moeten komen.

6.5 Organisatorische voorwaarden in het onderwijs

Binnen het speciaal onderwijs zijn er verschillende mogelijkheden om zitvolleybal aan te bieden. Joyce Jansen geeft in haar interview de mogelijkheden weer (Bijlage B). Ook is er vanuit alliantie school en sport een tien weekse Judo cursus. Deze cursus sluit enigszins aan op het project Special Heroes (expertise Franceline van de Geer). Special Heroes, ook wel REC Groot Gelre in Beweging genoemd, is een pilot van de NebasNsg voor sportstimulering in cluster drie onderwijs (Bijlage C). Deze pilot bestaat uit drie fasen

Fase 1: Sportactiviteiten tijdens schooltijd

Fase 2: Naschoolse sportactiviteiten op de school

Fase 3: Buitenschoolse activiteiten (bij de sportvereniging)

NebasNsg werkt hierin samen met sportbonden, ook samenwerking met de NeVoBo is mogelijk waarin de NebasNsg de kinderen bereikt en randvoorwaarden als vervoersproblematiek verkleint door in gesprek te gaan met de gemeente en busmaatschappijen. Taak van de NeVoBo zou de ondersteuning van de verenigingen betekenen. De vereniging zal de lessen verzorgen tijdens de drie fasen van dit project. Met deze ondersteuning gaan we door naar de volgende paragraaf, want wat zijn de mogelijkheden binnen volleybalverenigingen om zitvolleybal te bieden. Is jeugdzitvolleybal wel haalbaar bij de vereniging?

6.6 Zitvolleybal bij de (zit)volleybalvereniging

De vereniging zal een belangrijke basis om jeugd structureel zitvolleybal te kunnen bieden. Joyce Jansen geeft ook aan dat het voor het kind en de ouders fijn zou zijn om net als eventuele broertjes, zusjes en vrienden te kunnen sporten bij de vereniging. Daarnaast betekent sporten bij een vereniging integratie in de maatschappij, een doel dat de revalidatie nastreeft. Deze paragraaf geeft een antwoord op de vraag welke in paragraaf 6.5 werd gesteld: *Is zitvolleybal wel haalbaar bij de vereniging?* Binnen de huidige zitvolleybalwereld wordt jeugdzitvolleybal als zeer moeilijk gezien door Aletta Slagter en Elvira Stinissen. Het zou hartstikke mooi zijn, maar ze schatten in dat er niet voldoende potentieel zit op reële afstand van de huidige zitvolleybalverenigingen. Er is teveel versnippering van jeugdigen in de omgeving van één vereniging. Belangrijk is wel dat verenigingen ervoor open staan om jeugdspelers binnen te halen en te behouden (good practice FDS Sneek). Joyce Jansen geeft aan dat er een kans is om een vereniging aan een revalidatiecentrum en/of het speciaal onderwijs te koppelen. De vereniging zorgt voor een aanbod en de integratie van spelers in de maatschappij, de instelling zorgt ervoor dat de jeugd bekend wordt met de vereniging en zijn activiteiten.



Om aan te sluiten op het project Special Heroes van de NebasNsg, beschreven in paragraaf 6.5, is het belangrijk dat de NeVoBo de vereniging goed ondersteunt en mogelijk aan de hand neemt. Problemen van verenigingen zijn o.a. dat de reguliere vereniging vaak niet gericht is op de speciale doelgroep. Vaak ontbreekt de kennis, het geld en de tijd van verenigingen om mee te werken aan dergelijke projecten van de NebasNsg. Wat betreft de kennis van de 'speciale' doelgroep geeft Joyce Jansen aan dat de zitvolleybaltrainer in het bezit moet zijn van een EHBO diploma. De trainer zal zich enigszins moeten verdiepen in het ziektebeeld van het kind. Ook ouders zouden hierin een rol kunnen spelen, door zelf training te verzorgen, maar ook de trainer op de hoogte stellen van de beperkingen van het kind.

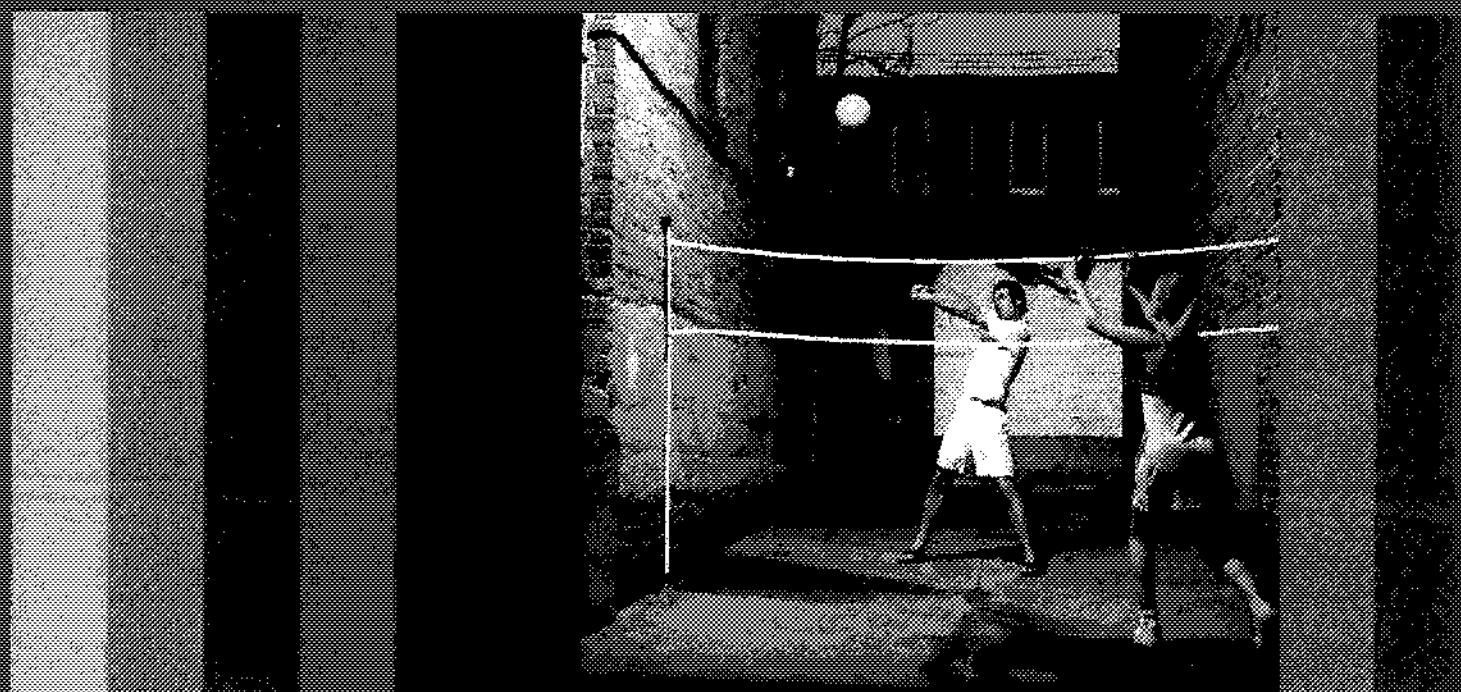
Jeugdzitvolleybal bij de vereniging wordt binnen de huidige zitvolleybalwereld als zeer moeilijk gezien. De vereniging zal goed ondersteunt moeten worden door de NeVoBo. Als kans wordt een samenwerking van vereniging met revalidatie- en/of onderwijsinstelling gezien.

De onderwerpen besproken in hoofdstuk twee tot en met vijf kwamen ook in dit hoofdstuk ter sprake. Met de ervaring, kennis en mening van de experts en de resultaten voortvloeiend uit de deskresearch (H.1 t/m H.5) zijn de conclusies en aanbevelingen in hoofdstuk zeven geformuleerd.



7

CONCLUSIES EN AANBEVELINGEN



De belangrijkste conclusies worden in dit hoofdstuk uiteengezet. Op basis van deze conclusies volgen er aanbevelingen. Hierbij zijn er aanbevelingen voor de NeVoBo geformuleerd en aanbevelingen die de NeVoBo kan doorspelen naar de vereniging. Met deze conclusies en aanbevelingen wordt er een antwoordt gegeven op de onderzoeksvraag:

"Op welke wijze kan de NeVoBo meerjeugd in de leeftijd van zes tot twintig jaar aan het zitvolleybal binden?"

Algemene conclusie: De NeVoBo kan dit niet alleen

De NeVoBo is vrijwel onbekend binnen de aangepaste jeugdsport en met deze bijzondere doelgroep. Er zijn organisaties in Nederland, die juist de doelgroep kennen en deze ook weten te bereiken. Met de kennis van de NeVoBo over het (zit)volleybalspel en door gebruik te maken van de kennis, expertise en het netwerk van organisaties op het gebied van jeugd met beperkingen, zijn er veel mogelijkheden om projecten op te zetten.

Conclusie 1: Iedereen kan zitvolleyballen

Er zal een nieuwe spelvorm, Circulatie ZitVolleybal (CZV), ontwikkeld moeten worden om de basisvaardigheden van het zitvolleybal aan te leren. Door zitvolleybal op verschillende niveaus toegankelijk te maken kan iedereen succes ervaren (§ 2.4). Het CZV maakt zitvolleybal toegankelijk binnen de revalidatie. Jeugd met lichamelijke beperking, maar ook met een geestelijke handicap kan zitvolleybal spelen. Voor het behoud van de jeugd doet men er goed aan om geestelijk gehandicapten niet in één team te zetten met de lichamelijk beperkte jeugd. Zitvolleybal kan van lichamelijk en psychische meerwaarde zijn binnen de revalidatie (§3.3 en §6.1). Vervolgens is CZV toegankelijk voor vakleerkrachten in het (speciaal) onderwijs en voldoet zitvolleybal aan de lesdoelen van de vakleerkracht bewegingsonderwijs (§3.2.1 en §4.2.1).

Aanbevelingen 1: Iedereen kan leren zitvolleyballen

1.1 Circulatie Zit Volleybal (CZV)

In samenwerking met bewegingsagogen (revalidatiecentra), fysiotherapeut, sportopleidingen en volleybalexperts van de NeVoBo zal CZV ontwikkeld moeten worden. CZV is het stappenplan waarbij de verschillende technieken stap voor stap doorlopen worden. Bij het ontwikkelen van CZV zal er ook gevarieerd moeten worden met materialen (bv. ballon) en accommodatie.

1.2 Digitale spel map zitvolleybal

Internet oefenstof zitvolleybal openbaar, een lesmap ontwikkelen voor zowel jeugd als (sport)begeleider en verspreid naar mytylscholen en revalidatiecentra. Bewegingsagogen en vakleerkrachten gaan niet opnieuw het ei uit vinden, ze kunnen gemakkelijk met het zitvolleybal aan de slag.

13 CZV online

Internet oefenstof zitvolleybal openbaar, een lesmap ontwikkelen voor zowel jeugd als (sport)begeleider en verspreid naar mytylscholen en revalidatiecentra. Bewegingsagogen, vakleerkrachten hoeven niet opnieuw het ei uit te vinden en kunnen gemakkelijk met zitvolleybal oefenstof aan de slag.



Conclusie 2 - Kennismaken met zitvolleybal

Een clinic is een leuke kennismaking met het zitvolleybal, maar niet voldoende om daadwerkelijk leden voor het zitvolleybal te werven (§4.1). Er moet een vervolg aan de clinic gegeven worden in het onderwijs, binnen de revalidatie en bij de vereniging. Vrijblijvend moet de jeugd kennis kunnen maken met zitvolleybal en na verloop van tijd hoeft de keuze, wel of niet zitvolleyballen, pas gemaakt worden (§4.2, §4.3 en §6.1.2). Daarnaast is het belangrijk om tijdens deze activiteiten een sfeer/stijl te creëren welke past bij de jeugd en waarbij de jeugd zich op zijn gemak voelt (§ 2.2 en § 2.3). Voor met name kinderen betekent dit dat ook de ouders bij het project betrokken moeten worden (§2.2, § 5.4 en §6.6).

Aanbevelingen 2 - Zitvolleybal kan met iedereen en overal

2.1 Familie event

Organisatie van een (kennismaking) familie zitvolleybal evenement waarbij zowel ouders en evt. andere familieleden worden uitgenodigd. Dit kan in samenwerking met bijv. werkgroep 'op een ander been gezet' van de belangenorganisatie BOSK georganiseerd worden. (Bijlage A)

2.2 Ultimate Zitvolleybal Xperience

De NeVoBo kan een Ultimate Volleybal Xperience (UVX) event organiseren welke toegankelijk is voor jeugd met een lichamelijke beperking. Dit event kan in samenwerking met een organisatie als Jopla georganiseerd worden. (Bijlage A)

2.3 Community

Je wordt geen lid van een vereniging, maar je maakt wel gebruik van de door de NeVoBo georganiseerde (UVX) activiteiten. Er zal een internetsite ontwikkeld moeten worden gericht op jeugdzitvolleybal met onder andere een aanbod van zitvolleybal oefenstof (CZV) en hoe je zitvolleybal buiten kunt spelen met vriendjes en vriendinnetjes.

2.4 Sitting-wheels

De NeVoBo zal de sitting-wheels kunnen ontwikkelen. De jeugd kan naar eigen smaak deze 'Yolzitplank' kunnen pimpen, om op leuke en eigenzinnige wijze zitvolleybal te kunnen spelen op het (school)plein, met vrienden uit de buurt. In plaats van glijden naar de bal, verplaats je, je al rollend naar de bal/ballon. Een kindvriendelijke versie zal in samenwerking met een Technische Universiteit ontwikkeld kunnen worden. Zitvolleybalactiviteiten komen uiteindelijk op de jeugd zitvolleybal site om de zitvolleybalmoves bij te houden. Dit is de nieuwe schoolpleinhit. Mogelijk zijn de sitting-wheels te combineren met UVX.

Conclusie 3 - Zitvolleybal in het onderwijs

Zitvolleybal is een spannende sport. De potentiële doelgroep bevindt zich voornamelijk binnen het reguliere onderwijs (§4.2.2), vervolgens is er potentieel in het speciaal onderwijs op mytyl/tyltyl scholen (§4.2.1). Een groot gedeelte van jeugd met een lichamelijke beperking in het reguliere onderwijs maakt gebruik van ambulante begeleiding (§4.2.2). De NeVoBo zal zowel de leraren (speciaal)bewegingsonderwijs als de ambulante begeleiding (AB) bekend moeten maken met de mogelijkheden van zitvolleybal. Het merendeel van de cluster 3 scholen heeft de beschikking over een vakleerkracht bewegingsonderwijs (§3.2.1). De leraren (speciaal)basisonderwijs en de AB hebben een groot netwerk met potentieel zitvolleyballers. De leraar is naast de lessen bewegingsonderwijs een belangrijke factor om draagvlak te creëren voor het uitzetten van grotere projecten op de school (§4.2 en §6.5).



Aanbevelingen 3 - Zitvolleybal en het schoolprogramma

3.1 Vervolg onderzoek

De NeVoBo zal in kaart moeten brengen welke reguliere scholen kinderen met een lichamelijke beperking onderwijzen. Dit onderzoek zou in samenwerking met ambulante begeleiding (REC) en mogelijk met de NebasNsg verricht worden.

3.2 Drie fasen

De NeVoBo zal moeten participeren binnen het project Special Heroes van de NebasNsg binnen REC Groot Gelre. In andere regio's zal de NeVoBo specifiek op mytyl/tyltylscholen scholen een traject moeten bieden waarbij zitvolleybal tijdens schooltijd aan bod komt, naschools en vervolgens krijgt de jeugd de mogelijkheid om te gaan zitvolleyballen bij de vereniging, (zie ook conclusie 5)

3.3 De opleiding van vakleerkrachten

Toekomstige vakleerkrachten lichamelijke opvoeding van MBO, HBO en Universitaire sportopleidingen tijdens de opleiding in aanraking laten komen met zitvolleybal door middel van zitvolleybalclinics.

3.4 Clinic regulier onderwijs

Zitvolleybal binnen het reguliere onderwijs door het bieden van clinics tijdens lessen bewegingsonderwijs. Als vervolg zal er een schooltoernooi georganiseerd worden, (zie aanbeveling 3.5)

3.5 Schooltoernooi

De lokale (zit)volleybalvereniging zou in samenwerking met de NeVoBo een zitvolleybaltoernooi kunnen organiseren. Er zal een apart toernooi georganiseerd moeten worden voor scholen in het regulier onderwijs, speciaal onderwijs, maar mogelijk ook een landelijk toernooi tussen revalidatiecentra.

Conclusie 4 - Zitvolleybal en revalidatie

Mensen met een lichamelijke beperking hechten erg veel waarde aan de mening van de (para)medici door wie ze behandeld worden (§4.3). Binnen revalidatieprogramma's wordt er gebruik gemaakt van allerlei vormen van sport en bewegen. Zitvolleybal is een goede sport voor je lichaam en om jezelf te leren kennen (§3.3, §6.1.1 en §6.4). Binnen het revalidatiecentrum en met name bij de revalidatiearts zal er een positief beeld over zitvolleybal binnen het revalidatieprogramma moeten heersen (§4.3 en § 6.4). Binnen de revalidatie is het van belang om de integratie van kinderen met een beperking in de samenleving te bevorderen. Zitvolleybal sluit hierbij aan, want bij zitvolleybal wordt de gelijkheid tussen sporters onderling, niet-gehandicapt én gehandicapt geaccentueerd (§2.1 en §6.6).

Aanbevelingen 4 - Zitvolleybal in het revalidatieprogramma

4.1 Revalidatieartsen

Toekomstige revalidatieartsen en andere betrokkenen binnen de revalidatie in aanraking laten komen met zitvolleybal door middel van zitvolleybalclinics.

4.2 Sportinstuif

Een Good Practice vindt jaarlijks bij revalidatiecentrum de Hoogstraat plaats. In eerste instantie zal de NeVoBo mensen sturen om clinics te verzorgen. Vervolgens zal de vereniging in de regio de clinic verzorgen.



4.3 Samenwerking met vereniging

De vereniging en het revalidatiecentrum kunnen baat hebben bij een samenwerking. Het revalidatiecentrum zal jeugd door kunnen verwijzen naar de vereniging. De vereniging verzorgt de integratie van jeugd met een beperking binnen de samenleving.

4.4 Bedrijven zitvolleybaldag

De NeVoBo zal een bedrijven zitvolleybaldag, mogelijk in samenwerking met patiëntenorganisaties, kunnen organiseren. Deze patiëntenorganisaties onderhouden contacten met betrokken partijen bij de revalidatie, (bijlage A)

Conclusie 5 - Jeugdzitvolleybal bij de vereniging

Voorwaarde om zitvolleybal bij de vereniging aan te kunnen bieden is een positief beeld van de vereniging ten opzichte van aangepast sporten (§5.3). De integratie van zitvolleybal bij de vereniging is zowel speerpunt binnen het speciaal onderwijs, de revalidatie en landelijk bij het ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport. (§5.2, §4.2.1 en §6.5). Ondersteuning van de NeVoBo, gemeente en onderwijsinstellingen zal het zitvolleybal bij de vereniging mogelijk maken (§4.4, §5.2, §5.1 en §6.5). Uiteindelijk heeft het kader van de vereniging een grote invloed op het behoud van de jeugd binnen de vereniging (§5.3, §5.4, §5.5, §6.2 en §6.6).

Aanbevelingen 5 - Ondersteuning van de vereniging

5.1 Kader

Tijdens de Volleybal Trainer (VT) opleidingen en kaderbijeenkomsten krijgen deelnemers een informatiebrief/flyer over de mogelijkheden van het zitvolleybal. De NeVoBo zal ook een informatieve landelijke bijeenkomst (in toekomst mogelijk regionaal) moeten organiseren voor verenigingen, waarbij de mogelijkheden van (jeugd)zitvolleybal uiteengezet worden.

5.2 De gemeente

De vereniging kan, met ondersteuning van de NeVoBo, een verzoek in dienen bij de gemeente voor o.a. financiële ondersteuning (subsidies). De NeVoBo zal een format op moeten stellen voor een subsidieaanvraag bij de gemeente. De NeVoBo kan tevens verenigingen doorverwijzen naar sportraden en sportservicepunten. Deze organisaties bieden ook verenigingsondersteuning. Een goede afstemming tussen NeVoBo en vereniging is belangrijk.

5.3 Clinies verzorgen

De NeVoBo zal de vereniging in moeten schakelen om clinics in het onderwijs en binnen de revalidatie te verzorgen. De NeVoBo zal de vereniging hierin moeten ondersteunen door o.a. de spelmap zitvolleybal. Taak van de vereniging tijdens de clinic is kinderen en jeugd met een beperking spotten en persoonlijk contact onderhouden. De huidige zitvolleybalverenigingen moeten zich bewust worden van de noodzaak om jeugd te betrekken bij het zitvolleybal.

5.4 Samenwerking verenigingen

Om versnippering van verenigingen tegen te gaan kunnen geïnteresseerde verenigingen een samenwerking aangaan. Naast een samenwerking met een vereniging verdient het de aanbeveling om een vereniging te koppelen aan een revalidatiecentrum.

5.5 Structuur

De NeVoBo zal regelmatig in de omgeving van de 24 revalidatiecentra jeugdzitvolleybal activiteiten aan moeten bieden. Bij de vereniging zullen er structureel activiteiten voor het jeugdteam georganiseerd worden, (zie ook aanbeveling 2.3 Community). Binnen de regio zal er een competitie op toernooibasis gestart kunnen worden.



5.6 Boodschap

Zowel de NeVoBo als de vereniging zal de boodschap uit moeten dragen dat 'Zitvolleybal voor iedereen is'.

5.9 *Zitvolleybal accountant*

De vereniging zal tijdens clinics en activiteiten kinderen moeten spotten. Vervolgens zal de verenigingen persoonlijk contact moeten zoeken. Bij dit contact is tailoring belangrijk, de potentiële zitvolleyballer (en ouders) zal op maat gestimuleerd, ondersteund en geadviseerd worden. Mogelijke barrières zullen onderuit gehaald moeten worden en positieve ideeën over zitvolleybal moeten gaan overheersen.



8.

BRONNEN LIJST



8.1 Literatuur

- Baken, W.C. (1997)
Sportbeoefening door mensen met een handicap. Haarlem: De Vriescheborch.
- Buisman & Middelkamp (2001)
Jeugdsport een verhaal apart. Maarssen: Elsevier Gezondheidszorg.
- Haan, de. J (2004)
Zitvolleybal. Haarlem: De Vriescheborch.
- Hilvoorde van, Janssens & Stegeman (2004).
Education Through Sport. Nieuwegein: ARKO Sports Media.
- Huizing, M (2006)
Samenwerking NeVoBo NebasNsg. Informatiebrief verenigingen. Woerden: NeVoBo:
- Knop de, Vanreusel & Scheerder (2002)
Sportsociologie het spel en de spelers. Maarssen: Elsevier Gezondheidszorg.
- Kooiker S.E. (2006)
Jeugd met beperkingen. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- NebasNsg (2005)
Sporten kan iedereen. Amsterdam: SWP
- Vries de, Duijnhoven van, Ooijendijk & Hopman-Rock (2005)
Scholen Sport Speciaal, Sport- en beweegactiviteiten voor en door leerlingen uit het speciaal onderwijs. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.
- Faber, Mulder & Tol-de Jager (2004)
Revalidatie Factsheet Kinderrevalidatie. Utrecht: Revalidatie Nederland
- Weijkamp, J (2006)
Leurens & Bemt van dan. *B2.1 Gedragsverandering en -behoud*. NOC*NSF Zwolle: Christelijke Hogeschool Windesheim
- Stinissen, E. (2006)
Zitvolleybal 'meteen hartstikke tof. LVvG Nieuwsbrief, 72, p 22.
- Teunissen & Geer, van de (2007)
Tussenrapportage 2006 'Special Heroes'. Bunnik: NebasNsg
- Vrije Universiteit van Amsterdam & Roessingh Research and Development (2005)
Revalidatie en Sport, nr 5, Oktober 2005.
- Jongsma, Trommel, Plezier, Jagt van der & Visser.
Evaluatieverslag promotiedag zit- en flexvolleybal in Amsterdam 2 december 2006. Amsterdam: DMO
- Nijland, W (2006)
Zitvolleybal voor jeugdigen met een beperking in Nederland. Projectplan Versie 1.018 december 2006. Nieuwegein: NeVoBo
- NeVoBo (2007)
Vereniging mailing. *Nieuws voor verenigingen*. Maart 2007. Nieuwegein: NeVoBo
- Nijland, W (2005).
Handleiding coaching jeugdteams. Woerden: NeVoBo



8.2 Internet

8.2.1 Onderzoeksrapporten

Kobes & Vries, de (2004)

School & Sport Speciaal Een verkennende studie naar sport- en beweegactiviteiten door jeugdigen met een beperking. Leiden: TNO Preventie en Gezondheid.

<http://tno-kwaliteit-van-leven.adlibsoft.com/docs/schoolsport.pdf>

Monitoring LVC 3.

Leerlinggegevens 1 oktober 2006. Update 14 februari 2007.

<http://www.lvc3.nl/docs/2c2b5b8f-386b-1bfc-4226-e721f071e639.pdf>

8.2.2 Websites

www.bosk.nl

www.broerofzus.nl

www.brusies.nl

www.cg-raad.nl

www.denees.nl

www.dros-alterno.nl

www.fc-utrecht.nl

www.jopla.nl

www.klap.net.nl

www.leerplicht.net

www.lvvg.nl

www.lvc3.nl

www.minvws.nl

www.nebasnsg.nl

www.nsgk.nl

www.omobuitenspeelbond.nl

www.revalidatie.nl

www.spedaalonderwijs.kennisnet.nl

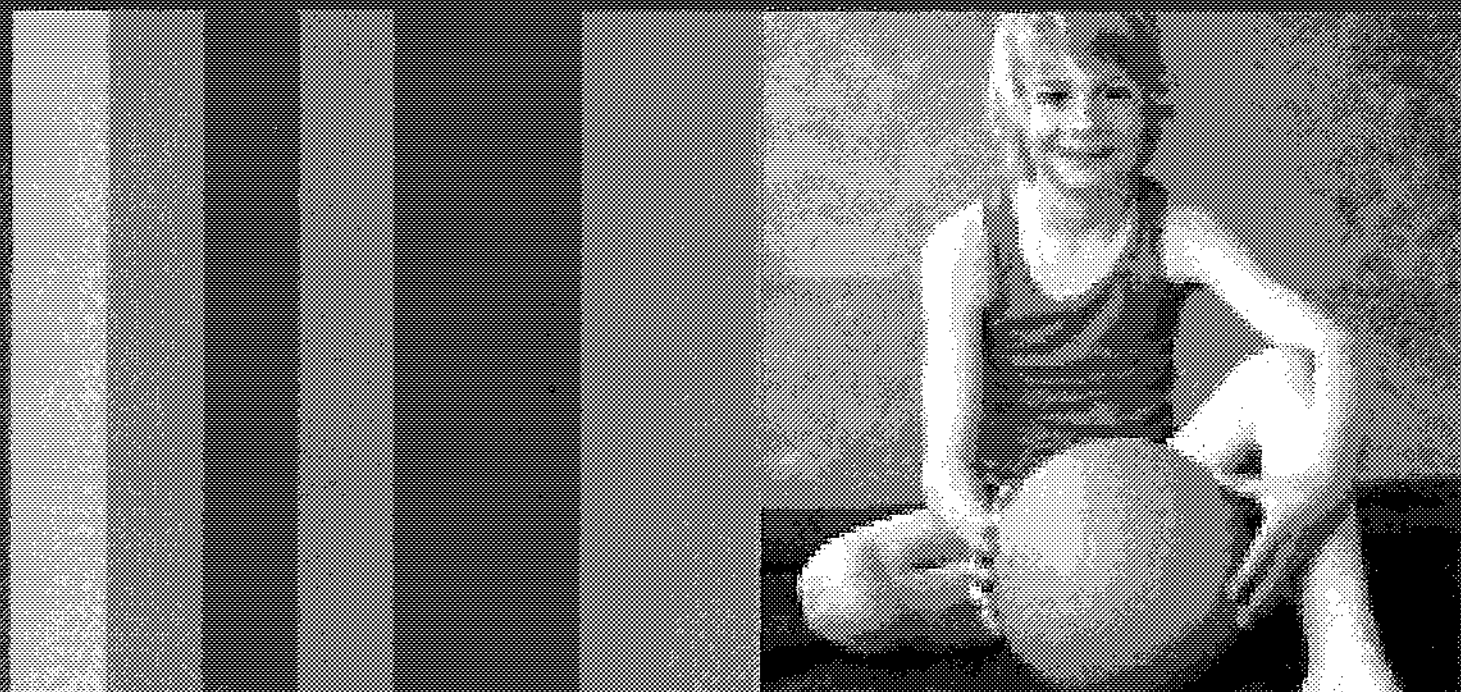
www.volleybal.nl

www.wikipedia.nl

www.wovd.info



BIJLAGE



Bijlage A - Mogelijke samenwerkingspartners NeVoBo

BOSK 'Op een ander been gezet'

Patiënten organisatie BOSK richt zich met de werkgroep 'Op een ander been gezet' op de informatievoorziening aan ouders, kinderen en jeugdigen over ontwikkelingen in behandelmethoden, biedt mogelijkheden om ervaringen uit te wisselen tussen ouders, kinderen en jeugdigen door o.a. de organisatie van een informatie- familiedagen en onderhoudt contact met multidisciplinaire behandelteams voor geboren of verworven aandoeningen. Een mogelijke samenwerking tussen de NeVoBo en 'Op een ander been gezet' met daarin de werkgroep met de taak om de doelgroep te bereiken en de NeVoBo met haar kennis en expertise om een familiedag organiseren waarbij zitvolleybal centraal staat, www.bosk.nl

Brusjes

De organisatie genaamd Brusjes is actief voor kinderen en jongeren die opgroeien met een broertje/zusje met een beperking of een ouder die ziek of gehandicapt is. Daarnaast richt Broer of Zus zich op professionals en ouders die te maken hebben met broertjes en zusjes van een kind met een beperking. Broer of Zus biedt dus ook ondersteuning aan betrokkenen van broertjes of zusjes, www.broerofzus.nl

Jopla

Jopla is een actief platform van, voor en door jongeren met een handicap (lichamelijk en chronisch) in de leeftijd van twaalf tot dertig jaar oud.
www.jopla.nl

NSGK

De NSGK helpt kinderen om zo'n gewoon mogelijk leven te leiden. De blauwe vogel is overal te zien op plaatsen waar kinderen met een handicap gewoon mee kunnen doen. De NSGK verzorgt de financiën voor bijv. aangepaste speelplaatsen, speciale vakanties, aangepaste computers etc. www.nsgk.nl

NebasNsg

De NebasNsg heeft het motto 'Normaal als het normaal kan en speciaal als het speciaal moet'. Op het gebied van jeugdsport organiseert ze projecten zoals Special Heroes en Klas op Wielen. In het project Special Heroes werkt NebasNsg al samen met enkele sportbonden, ook de NeVoBo zou binnen dit project kunnen participeren. Naast deze projecten kent de NebasNsg ook Sportmix; welke bestaat uit sport kennismakingscursussen voor kinderen uit het ZMLK en MLK onderwijs. Ook binnen deze lessen zou zitvolleybal aan bod kunnen komen in aangepaste vorm (CMZ). Vervolgens kent NebasNsg ClubExtra waarbij kinderen uit het reguliere basis- en MLK-onderwijs met een motorische beperking niet goed mee kunnen komen tijdens de gymles of op de sportvereniging. De leiding probeert aan te sluiten bij de mogelijkheden van het kind en maakt activiteiten stapje voor stapje moeilijker. Deze leiding via de NebasNsg op de hoogte brengen van de mogelijkheden van CMZ, zodat het zitvolleybal makkelijk toegankelijk is voor de begeleiding. NebasNsg zorgt bij deze projecten voor het bereiken van de doelgroep. NeVoBo verzorgt verenigingen in de omgeving en input voor de lessen van begeleiders, www.nebasnsg.nl

Samenwerking met onderwijsinstellingen

Voorlichting van zitvolleybal op sportopleidingen, bewegingsagogen en de leraren opleiding om kennis te maken met het zitvolleybal, maar er valt meer uit samenwerkingen met Sportopleidingen te halen; zoals de School of Human Movements, Calterno inzet bij de ondersteuning van het zitvolleybal bij Dros/Alterno zijn er meer mogelijkheden met (sport) opleidingen om het zitvolleybal weg te zetten en het ontwikkelen (CMZ) en de organisatie van evenementen met de supervisie van de NeVoBo en docenten.



Landelijke Vereniging van Geamputeerden

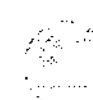
De Landelijke Vereniging van Geamputeerden (LVvG) organiseert o.a. landelijke bijeenkomsten, lotgenotencontact, uitgave van een kwartaalblad en het onderhouden van contact met (revalidatie)artsen, orthopeden, zorgverzekeraars, orthopedisch instrumentenmakers, orthopedische industrie, zorginstellingen (ziekenhuizen/revalidatiecentra), fysiotherapeuten, ergotherapeuten en maatschappelijk werkers om de kwaliteit en beschikbaarheid van prothesevoorziening, de zorg voor de mensen met een amputatie en de toegankelijkheid tot andere voorzieningen te verbeteren. De LVvG heeft een eigen jeugdhonk waarbij de jeugd een eigen plaats krijgt met een activiteitenprogramma en een jeugdcommissie, www.lvvg.nl

MEE- organisaties

Leven met een beperking hoeft niet altijd een handicap te zijn, zo luidt de slogan van MEE. MEE is een organisatie die adviseert, ondersteunt en de weg wijst aan mensen met een beperking. MEE heeft deskundige mensen in dienst die mensen met een beperking bij staan op het gebied van onderwijs, opvoeding, wonen, werken, sociale voorzieningen, inkomen, vervoer en vrije tijd. Organiseren van een bedrijfszitvolleybal dag voor de deskundige mensen die mensen met een beperking ondersteunen. www.mee.nl

Bijlage B - Expertinterviews

BI - Elvira Stinissen	Speelster Omniworld, Nederlands team en organisator WomensDay Zitvolleybal 2007
B2 - Aletta Slagter	Speelster FDS Sneek
B3 - Els Duijn	Sportconsulent regio Utrecht
B4 - Joyce Jansen	Bewegingsagoog St. Maartenskliniek te Nijmegen
B5 - Franceline van de Geer	NebasNsg, programmacoördinator jeugd sport en bewegen
B6 - Daniëlle Geering	NebasNsg, medewerker communicatie en marketing



BI - Elvira Stinissen

Naam: Elvira Stinissen

Geboortedatum/Leeftijd: 26 maart 1979 / 28 jaar

Expertise: Zitvolleybalspeelster Omniworld, nationaal Dames team en organisator Womens Day Zitvolleybal 2007.

Wijze van interview: Mondeling interview tijdens de Womens Day Zitvolleybal 2007. Vervolgens per mail bevestiging gekregen op de door haar beantwoorde vragen.

Sport: Zitvolleybal (6 jaar)

Vereniging: Omniworld, dit jaar één zitvolleybalteam volgend seizoen misschien twee teams. We begonnen dit seizoen met zes mensen en nu hebben we al vier mensen erbij van binnen de vereniging en drie van buiten de vereniging. Het leeftijdsverschil is groot, ik ben de jongste (28) en de oudste is volgens mij net vijftig geworden. Het is een gemengd team. Drie vrouwen en zeven mannen.

Nationaal team: Ja, ze speelt in het nationaal team sinds 2001 en is tijdelijk gestopt in 2003. In 2004 is ze weer opnieuw begonnen.

Basisschool: Ze heeft op een reguliere basisschool gezeten in Wijk bij Duurstede

Middelbare school: Mavo (Wijk bij Duurstede), Havo, VWO, beiden in Utrecht

Universiteit: Algemene Sociale Wetenschappen (Universiteit van Utrecht).

Elvira kwam via Els Duijn, sportconsulent van revalidatiecentrum de Hoogstraat, in aanraking met het zitvolleybal. Ze had een gesprek met Els aangevraagd om te informeren over de verschillende gehandicaptenporten.

Persoonlijke voorwaarden

Mentale voorwaarden

Als kind wil je gewoon normaal zijn en niet tussen allerlei andere gehandicapten rondlopen. En het voordeel was dat ik als kind ook alles kon doen, misschien wat trager met rennen en lopen, maar verder ging alles. Als meisje van vijf of zes ging ik paardrijden bij een gehandicapte vereniging, daar zaten ook allerlei geestelijk gehandicapten. Ik ben er weer snel vanaf gegaan en bij een normale vereniging gaan paardrijden. Je moet bewust raken van je eigen kunnen en kunnen toegeven en inzien datje niet een reguliere sport kunt doen. In die zin, bijvoorbeeld geen staand volleybal. En dat zou ik ook niet eens willen, want dan ben ik daar de traagste in het team. En bij het zitvolleybal juist een van de snelste. Ik wilde gewoon meer halen uit het leven, komt ook een stukje acceptatie bij kijken. Doordat ik mijn been mis vanaf mijn geboorte denken mensen altijd dat het voor mij makkelijker is. Dat zeggen ze dan ook: o jij bent eraan gewend, je weet niet wat je mist. Dat is dus zo'n nonsens. Natuurlijk weet je dat wel. En ik zeg altijd maar als ik op mijn dertigste een been was kwijtgeraakt, had ik in ieder geval dertig jaar normaal door het leven kunnen gaan. Het is iets wat je niet accepteert, maar je leert er gewoon mee leven. Was het moeilijk om de prothese aan de kant te leggen? Nee helemaal niet, ik heb heel vaak mijn prothese uit. Vaak voel ik me daar nog prettiger bij ook.

Fysieke voorwaarden

Voor het lichaam is het zitvolleybal een goede sport. Wij hebben nu een meisje bij Omniworld, zij traint één keer in de week mee. Heeft vorig jaar een beroerte gehad en haar rechterkant is verlamd geraakt. Maar door het zitvolleybal zie je haar wel lichamelijk vooruit gaan. Ze krijgt meer rompbalans, loopt beter en heeft meer kracht.

Kennismaking met het zitvolleybal

Eigenlijk dus al het bovenstaande. Plus dat ik na het een keer te hebben geprobeerd bij Volleer er helemaal weg van was. Het is een moeilijke sport, duurt lang voordat je het helemaal goed kunt spelen, dus dat is de uitdaging. Het is een snel en krachtig spel en ik vind het heel prettig dat gehandicapten en niet gehandicapten deze sport samen kunnen beoefenen. De jeugd voor het zitvolleybal bevindt zich voornamelijk in revalidatiecentra, denk ik, maar ook gewoon op basisscholen. Als ik naar mezelf kijk, heb ik altijd op een normale basisschool gezeten. Dus daar zitten ze ook, niet alleen maar op speciale scholen.

Teamsamenstelling

Specifieke gehandicapten bij elkaar te zetten en niet maar gewoon alles door elkaar husselen. Iemand die een been mist, kan veel meer dan iemand die verlamd is of geestelijk gehandicapt is. Je moet denk ik laten zien dat het ook een flitsende sport kan zijn.

Zitvolleybal en revalidatiecentra

Wanneer was je eerder gaan zitvolleyballen? In ieder geval eerder mee bekend te maken. Ik liep dus al 21 jaar bij Revalidatiecentrum de Hoogstraat. Volleer en het nationaal team trainen daar al enkele jaren en ik heb er nog nooit van gehoord. Ze hebben wel eens een keer geprobeerd me aan het rolstoel basketballen te krijgen toen ik 11 was. Dat deed ik mooi niet! Wat moetje nu in een rolstoel als je gewoon kunt lopen?! Revalidatiecentra moeten het gewoon meer bekendmaken bij hun patiënten. Om de jeugd te bereiken moetje eerst iets veranderen binnen de wereld van gehandicapten. Er moet voor gezorgd worden dat zitvolleybal door hulpverleners bekend is en geaccepteerd wordt. Zij moeten er in eerste instantie voor zorgen dat jeugd hiermee in aanraking komt. Welke partijen en organisaties zijn belangrijk om het jeugdzitvolleybal te realiseren? Ik heb al aangegeven dat ik revalidatiecentra en misschien ook ziekenhuizen erg belangrijk vindt. Maar ook basisscholen zouden best een keer tijdens gym kunnen gaan zitvolleyballen. De NeVoBo is hier denk ik ook een belangrijke speler. Als zij binnen hun ledenbestand ervoor kunnen zorgen dat Zitvolleybal als gelijkwaardig sport gezien wordt, bereik je al een hele grote doelgroep.

Zitvolleybal bij de vereniging

Het zitvolleybalwereldje is een kleine wereld waar men elkaar ook kent en dat is ook weer enorm gezellig. Negatief is dat er te weinig mensen zijn (ja ook positief), maar vooral negatief, omdat je het risico loopt dat het langzaam verdwijnt. Hierdoor zijn er ook veel ouderen. Als ik naar heren 1 van Omniworld ga kijken, dan ben ik altijd wel jaloers. Het lijkt me heerlijk gewoon normaal te kunnen volleyballen. Dan heb je veel meer bewegingsruimte. Of er mogelijkheden bij Omniworld zijn voor jeugdzitvolleybalteam? Nu in elk geval niet. Binnen de verenigingen kan het wel mogelijk worden gemaakt, maar je hebt niet genoeg jeugd die gaat zitvolleyballen. Jeugd die niets mankeert gaat niet op de grond zitten om te volleyballen, die willen gewoon normaal volleyballen en terecht. Als je ouder bent en je krijgt last van knieën en enkels dan is de stap naar zitvolleybal veel kleiner, hoewel die al enorm groot is. De toekomst van het jeugdzitvolleybal zie ik in ieder geval wel als heel moeilijk. Als ik kijk naar het zitvolleybal voor volwassenen. Dat is al moeilijk om op de been te houden, dus laat staan datje een heel jeugd gebeuren gaat krijgen. Het zal natuurlijk wel top zijn.



B2 - Aletta Slagter

Naam: Aletta Slagter

Expertise: Speelster FDS Sneek (Gehandicapten Sport Vereniging), FDS Sneek beschikt over twee jeugdleden. Tevens is Aletta voormalig speelster Nationaal Dames team.

Wijze van Interview: Tijdens de WomensDay Zitvolleybal 2007 heeft er een mondeling interview plaatsgevonden met Aletta Slagter. Een interview waarvan de uitwerkingen per mail zijn bevestigd.

Jeugdzitvolleybal bij de vereniging

FDS (tweede divisie) kent twee jeugdspelers. Sanne (15) en Anne (17) trainen en spelen met het zitvolleybalteam mee. Je kunt niet bij iedere zitvolleybalvereniging zomaar een jeugdteam starten, daar zijn echt niet genoeg jeugdleden voor. Voor een aantal teams is het al lastig om een competitieteam op de been te houden. Er is teveel versnippering van jeugdigen met een (aangeboren) beperking. Er zijn niet voldoende jeugdspelers met een lichamelijke beperking in de omgeving van één vereniging. Veel zitvolleyballers zijn niet geboren met een lichamelijke beperking. Als je kijkt naar het Nederlands Vrouwen team, heeft op het moment alleen Elvira een aangeboren beperking. Spelers hebben veelal door ziekte of een ongeluk een beperking verworven en komen veelal op latere leeftijd pas met het zitvolleybal in aanraking. Verenigingen moeten er wel voor openstaan om jeugdspelers binnen te halen en te behouden.

De rol van ouders

Anne is de dochter van Aletta en wordt ondersteund in haar deelname aan het zitvolleybal. Sanne komt met de trainingen op dinsdagavond altijd met haar moeder. Haar ouders staan er voor de volle 100% achter. Als FDS een wedstrijd/toernooi heeft dan halen ze haar op een centraal punt op en brengen ze haar naar huis. Op deze manier hoeven haar ouders niet altijd te rijden, maar als het nodig is brengen ze haar overal.

Barrières

Het vervoer en de financiën zijn voor een aantal mensen binnen het zitvolleybal een probleem. We hebben wel vaker als vereniging sporters gehaald en gebracht. Niet iedereen heeft de mogelijkheden om alles te doen. Dit is een punt waar zeker rekening mee moet worden gehouden.

Sportbeoefening met een beperking

Zelf is Aletta al jaren gevraagd om te gaan sporten (niet teruggevraagd). Eerst voor het zwemmen, maar dat zag ze niet zo zitten (vond ze te veel op therapie lijken). Ik ben met mijn zus een keer gaan kijken, omdat zij zelf niet meer staand mocht volleyballen. Aletta is toen meteen gebleven en haar zus is er een aantal jaren later bijgekomen. Samen hebben ze nog in het Nederlands team gespeeld samen met hun gezamenlijke vriendin Maria Poiesz. Sneek was toen sterk vertegenwoordigd. Met het Nederlands team heeft ze een geweldige tijd gehad en heel wat van de wereld gezien en medailles behaald. De reden dat ze lang heeft gewacht met de sportbeoefening is dat ze vond dat ze geen handicap had, de drempel was voor haar te hoog. Onzin weet ze nu, maar dat moest ze eerst ervaren.

Zitvolleybal in het onderwijs

Er zijn nog veel andere aangepaste sporten waar je als kind uit kunt kiezen. Er worden op deze scholen wel vaak clinics van allerlei aangepaste sporten, waaronder het zitvolleybal, gegeven. Op deze manier kan ieder kind de sport uitzoeken die het beste bij hem/haar past. Op de mytylscholen zitten ook kinderen waar het zitvolleybal vaak te zwaar voor is



B3 - Els Duijn

Naam: Els Duijn

Expertise: Sport consulent regio Utrecht. Aangesloten bij revalidatiecentrum de Hoogstraat te Utrecht.

Wijze van interview: Eerste kennismaking en visie tijdens het congres: Chronisch zieken en sport, vervolgens gesproken tijdens de WomensDay zitvolleybal 2007, telefonisch geïnterviewd en tot slot gesproken tijdens de Sporting Tour 2007 bij de Hoogstraat.

Zitvolleybal binnen het revalidatiecentrum

Om zitvolleybal aan te bieden binnen het revalidatiecentrum ben je afhankelijk van 3 factoren; de revalidatie populatie, de accommodatie en de revalidatiearts.

1. Revalidatiepopulatie;

Dit wordt bepaald door de revalidatiepopulatie. Dit wil zeggen welke beperking die cliënten hebben en de leeftijd die cliënten hebben. Geschikte doelgroep voor het zitvolleybal zijn mensen met een amputatie, binnen revalidatiecentra is de leeftijd van 85% -90 % met een verworven amputatie ongeveer 55+

2. Accommodatie; Je bent afhankelijk van de accommodatie in het Revalidatiecentrum. In ziekenhuizen zijn er vaak oefenzaaltjes. Met improviseren is er erg veel mogelijk.

3. Revalidatiearts; Fysiotherapeuten, Bewegingsagogen en met name de revalidatiearts moeten een positief beeld hebben van het zitvolleybal om het toe te passen binnen het revalidatieprogramma van de cliënt. Belangrijk is het om revalidatieartsen (in opleiding) ook met zitvolleybal in aanraking te laten komen. De revalidatiearts bepaald de inhoud van trainingen én moet achter het zitvolleybal staan. Artsen zijn in opleiding zijn te bereiken binnen het revalidatiecentrum. Bewegingsagogen bevinden zich niet in elk revalidatiecentrum.

Het merendeel van de revalidatiecentra biedt wel sport en bewegen in het revalidatieprogramma, maar hierin is geen onderling contact meer tussen de revalidatiecentra.

Voorwaarden voor het spelen van zitvolleybal

- Een goede bovenste extremiteit
- Rompbalans, je moet zonder steun kunnen zitten en met steun op de schoudergordel verplaatsen.
- Geen decubiteus aan hiel en zitvlak; decubiteus wil zeggen dat door een verminderde doorbloeding er een grote kans op wondjes is. Als deze wondjes er zijn genezen ze ook langzaam. Belangrijke voorwaarde is dat er bij het kind wel sprake moet zijn van sensibiliteit (gevoel). Kinderen met een dwarslaesie hebben mogelijk geen gevoel in het lichaam en hebben ook kans op decubiteus. Daarnaast is zitvolleybal niet geschikt voor kinderen met progressieve aandoeningen zoals MS.
- Het kind moet enige cognitieve en sociale vaardigheden hebben. Hij moet het spel kunnen volgen, in een team kunnen spelen

Samenwerking met partners

Als de NeVoBo een project opstart is het belangrijk om hierin partners te betrekken, hiermee valt te voorkomen dat ze het wiel nog een keer uitvinden. Belangrijke partij is de aangepast sporten consulent. Deze bevind zich in verschillende regio's, in principe heeft elke sportraad een accountant voor aangepast sporten. Het is beter om één krachtige volleybalvereniging op te zetten, dan alleen maar kleine verenigingen. Huidige zitvolleybalverenigingen bundelen met een jeugdteam.



Consulent aangepast sporten

Ze heeft Marijke en Elvira doorverwezen naar het zitvolleybal. In eerste instantie was de weerstand van beiden heel groot. Belangrijk in de stimulering is de mogelijkheid om het zitvolleybal, in dit geval, eerst uit te proberen (eerst meedoen) en dan pas kiezen. Zitvolleybal is een fysiek inspannende sport en je moet er wel potentieel voor hebben om het te kunnen spelen. Ze geeft aan dat clinics toch wel de belangrijkste manier is om mensen in aanraking te laten komen met het zitvolleybal en dat dit ook behouden moet worden. Daarnaast zijn er ook landelijke voorlichtingsprojecten op reguliere scholen, waarbij één of twee sporters met een beperking kinderen uit groep 7 en 8 vertellen over het leven en sporten met een beperking, (red. Klas op Wielen). Doel van dit project was de beeldvorming, en het spotten van kinderen met een beperking in het regulier onderwijs. Spotten om vervolgens contact te onderhouden en te stimuleren om te gaan sporten. Het eerste doel is gehaald, het spotten is niet gerealiseerd.

De rol van de ouders

Ouders moeten ook een match hebben met het zitvolleybal. Ze zullen het kind moeten halen en brengen en de afstanden zijn voor aangepaste sporten nu eenmaal langer. Als een ouder niet gemotiveerd en geïnteresseerd in het zitvolleybal, dan raak je het kind ook kwijt.

B4 - Joyce Jansen

Naam; Joyce Jansen

Expertise: Bewegingsagoog Sint Maartenskliniek te Nijmegen

Wijze van interview: Mondeling interview 23 april 2007

Vervolgens gaf ze een rondleiding door de kliniek en de mytyl/tyltylschool.

Zitvolleybal binnen het revalidatiecentrum

De St. Maartenskliniek heeft haar eigen kinderrevalidatie afdeling, daarnaast bevindt zich naast de St. Maartenskliniek een mytyl/tyltylschool. Een aantal van de kinderen van deze school, zitten ook intern bij en volgen een revalidatieprogramma bij de St. Maartenskliniek. Bij aanvang van de behandeling van een kind, volgt er een multidisciplinair overleg welke de revalidatiearts coördineert. Elke discipline; logopedist, ergotherapeut, fysiotherapeut, bewegingsagoog en maatschappelijk werker bepaald of een behandeling van in de betreffende discipline noodzakelijk is. Is deze behandeling noodzakelijk, dan stelt elke discipline met coördinatie van de revalidatiearts doelstellingen voor het kind. Van de vorderingen van het kind volgt een digitale verslaglegging (Rocken). Voor volwassenen heet dit RAPPEN. De St. Maartenskliniek kent stichting de Koprol welke sportactiviteiten aanbiedt aan de mensen die revalideren. Zitvolleybal kan hier natuurlijk ook aangeboden worden. Op dit moment is de St. Maartenskliniek weinig bekend met het zitvolleybal. Bij de matgroepen (o.a. Judo) is het belangrijk dat het kind weer een zekere mate van rompbalans krijgt, zich zelf leert kennen, wat kan het kind nog. Deze aspecten komen ook bij zitvolleybal naar voren. Voor kinderen met een beperking in de leeftijd van 6 - 8 jaar is er bijna geen mogelijkheid om aangepast te sporten.

Binnen de mytyl tyltyl school en revalidatiecentrum vindt er een Centrale kinderbespreking plaats. Waar wordt gekeken naar het behalen van doelen en het op of herstellen van doelstellingen van het kind.

Zitvolleybal binnen het onderwijs

Op de mytyl tyltyl school is kunnen de kinderen kiezen uit een "keuze sport". Dit zijn (rolstoel) hockey en G-voetbal. In het lesprogramma zit nu Judo, paardrijden en zwemmen. Volgend jaar vindt er een pilot plaats waarbij ouders twee van sporten moeten kiezen. De ouders stellen twee uur gym van het kind samen. Ook zitvolleybal zal tijdens dit lesprogramma aangeboden kunnen worden.

Pauzesport; de mytyl/tyltylschool biedt in de pauze ook sport aan. Hierin ontbreekt het zitvolleybal nog, hierin zijn zeker mogelijkheden. Naast de eigen mytyl/tyltyl school kan er ook samenwerking met de mytyl tyltylschool Mariendael (Arnhem) opgezet worden. Hoe kan de NeVoBo kinderen in het reguliere onderwijs bereiken? Fysiotherapeuten zijn verbonden aan revalidatiecentra/klinieken. De kinderfysiotherapeuten hebben regionale bijeenkomsten. Een onderwerp dat ook nu behandeld wordt tijdens deze bijeenkomst is het project Fitkids, fitness voor kinderen. Ook zitvolleybal kan tijdens een regionale bijeenkomst ter sprake komen.

Samenwerking met partners

Alliantie school & Sport, zelf geeft Joyce Judo, waarbij een IOweekse cursus wordt gegeven op scholen. Dit zal ook voor zitvolleybal georganiseerd kunnen worden.

Belangrijk is dat er een volleybalvereniging aan het zitvolleybal bij de St.

Maartenskliniek gekoppeld worden, welke ook de integratie bevordert. De St.

Maartenskliniek kan kinderen en hun ouders 'stimuleren' om bij deze vereniging een kijkje te gaan nemen en deel te nemen aan activiteiten. Belangrijk is dat de naam van de St. Maartenskliniek ook genoemd wordt.



Zitvolleybal bij de vereniging

Voorwaarde van de aanbieder van zitvolleybal moet zijn: De trainer zal een EHBO diploma moeten hebben, er zal iig een EHBO'er aanwezig zijn. De voorkeur gaat uit naar een bewegingsagoog. Ook ouders kunnen hierbij een rol spelen, maar er moet niet direct gedacht worden dat ze elk kind kennen. De trainer zal zich enigszins moeten verdiepen in het ziektebeeld van het kind. Ouders moeten gemakkelijk informatie kunnen geven aan trainers, waar moet de trainer rekening mee houden. De kinderen moeten nog wel leergericht zijn, willen ze in aanmerking komen voor het zitvolleybal. Verschillende teams, niveaus. Kinderen die trager zijn in het reageren niet bij kinderen met alleen een fysieke beperking. Voor kinderen met een (meervoudige)beperking, waarbij het functioneren ook vertraagd is, zal bij de vereniging een aparte groep worden georganiseerd. Een eigen clubje, het moet hun sport worden. Ze moeten net als hun broertje/zusje ook met vriendjes en vriendinnetjes kunnen sporten na schooltijd. Kinderen waarbij geen vertraagd functioneren plaats vind, kunnen op hoger niveau zitvolleyballen en met andere kinderen samen zitvolleyballen.

De rol van ouders

De ouders van het jongetje van 6 jaar hebben ook zelf contact gezocht met een vereniging in Dodewaard. De rol van ouders is erg belangrijk..

Als extra voeg ik aan deze informatie een mailing (vrijdag 6 april 2007) bij van Joyce

Jansen om de rol van de ouders scherper te stellen., ik ben bewegingsagoog op de Sint Maartenskliniek en zit voornamenlijk op de kinderkant en werk dus met meervoudig gehandicapte kinderen in de leeftijd van 6 t/m 13 jaar. Vanuit de centrale kindebesprekingen op school kwam de vraag vanuit het kind/ouders en de fysio of er mogelijkheden waren voor zitvolleybal.

Met deze vraag ben ik aan de slag gegaan en we proberen nu een zitvolleybalclinic te krijgen op de sportdag van dinsdag 17 april. Daarnaast was het kind (6 jaar) uitgenodigd om in Utrecht deel te nemen aan een zitvoileybaidag maar was helaas dit weekend ziek. Ik heb na dit weekend zijn moeder gesproken en ze vonden het heel erg dat deze dag niet door kon gaan. Een andere ouder die bij dit gesprek stond reageerde hierop met de vraag: Is dat zitvolleyballen ook niets voor mijn zoon (klasgenoot)? Dus nu zijn er al 2 ouders enthousiast en misschien zijn er nog veel meer ouders opzoek naar een sport voor hun zoon/dochter. Ik wil hier zeker verder mee om te kijken wat er mogelijk is en alle hulp daarbij is welkom.

Eigen ervaring tijdens de rondleiding

Tijdens het interview heb ik ook gezien hoe de St. Maartenskliniek eruit ziet (fysiotherapie, sportzalen en zwembaden). Daarnaast heeft Joyce me meegenomen naar de mytyl tytylschool. Waar ze me direct aanwees welke kinderen zitvolleybal zouden kunnen spelen. Mijn twijfeling of er wel voldoende potentieel was om zitvolleybal te beoefenen was weg. Er is potentieel voor het zitvolleybal binnen het speciaal onderwijs.



B4 - NebasNsg

Naam: Franceline van de Geer

Expertise: Special Heroes medewerker programmacoördinator jeugd, Sport en Bewegen, NebasNsg

Wijze van interview: Mondeling interview (29 januari 2007)

Zitvolleybal en projecten NebasNsg

Klas op wielen: Scholen (en hun kinderen) bepalen zelf welke sport er tijdens het praktijk gedeelte wordt gespeeld, dit kan ook zitvolleybal zijn.

Sportmix: 7 tot 8 weken maken kinderen kennis met verschillende sporten. Zitvolleybal kan hier ook aanbod komen.

School & Sport Speciaal/ Jippie speciaal; dit project richt zich op kinderen met een verstandelijke beperking en is voor het zitvolleybal niet een ideale doelgroep.

Zitvolleybal in het onderwijs

ReC Groot Gelre in Beweging is een pilot voor sportstimulering in het speciaalonderwijs cluster 3. Deze pilot heet nu Special Heroes en bestaat uit drie fasen.

Fase 1: Sportactiviteiten tijdens schooltijd.

Fase 2: Sportactiviteiten naschools bij school

Fase 3: Buitenschoolse activiteiten (verenigingen)

Een vereniging geeft zes weken les op school. Daarna volgt er een periode van naschoolse activiteiten. Daarna zal het kind vrijwillig de stap moeten maken naar de sportvereniging. Doel van het project is dat het kind ervaart hoe de sport is.

REC is een regionaal Expertise Centrum en vormt de overkoepeling van speciaal onderwijs scholen. Voor dit project 'Special Heroes' zijn het de REC's van Cluster 3 scholen. Ideaalbeeld is om uiteindelijk per REC een sportbureau in te schuiven, waar vanuit de (nu ook al aanwezig) regionale accountmanagers kunnen werken en o.a. het project binnen de regio kunnen coördineren.

Barrières

Tijdens de clinic werden drie problemen geconstateerd. Deze drie problemen waren de vervoersproblematiek, het ontbreken van een duidelijke rol van de vakleerkracht en financiën (van de ouders). De NebasNsg is in onderhandeling om randvoorwaarden te scheppen. Zoals het verkleinen van een groot probleem voor kinderen in het speciaal onderwijs: de vervoersproblematiek. NebasNsg gaat met de gemeente en busmaatschappij om tafel om de juiste voorwaarden te scheppen voor stap 2. Naschoolse activiteiten is binnen het speciaal moeilijker dan nu in het reguliere onderwijs. In het speciaal onderwijs is men namelijk nog niet verplicht om naschoolse opvang te bieden, zoals wel in het reguliere onderwijs het geval is.

Rol van de ouders

Belangrijk bij Special Heroes is dat de ouders in het gehele proces betrokken worden.

Samenwerking tussen NebasNsg en de NeVoBo

NebasNsg is voor het project special Heroes in gesprek met de Judobond; basketbalbond (NBB), korfbalbond en de voetbalbond (KNVB). Een samenwerking betekend o.a. dat de NebasNsg de kinderen bereikt en de sportbond zorgt voor (ondersteuning van) verenigingen die de les kan verzorgen. Belangrijk is dat de NeVoBo de vereniging goed ondersteunt en mogelijk aan de hand meeneemt in dit project. De vereniging krijgt de mogelijkheid om deel te nemen aan een trainerscursus, beschikt over instructiematerialen en invulling van een lesmap voor de kinderen in de klas.



De vereniging

Een vereniging geeft zes weken les op school. Daarna volgt er een periode van naschoolse activiteiten. Daarna zal het kind vrijwillig de stap moeten maken naar de sportvereniging. Doel van het project is dat het kind ervaart hoe de sport is. Special Heroes komt ook problemen bij de participerende verenigingen tegen. De reguliere vereniging is vaak niet gericht op de 'speciale' doelgroep om sportlessen te verzorgen. Vaak ontbreekt de kennis, het geld en de tijd. Tijd omdat verenigingen bestaan uit vrijwilligers en vaak gebonden zijn aan werktijden. De werktijden komen overeenkomen met de schooltijden. In 2010 is het einde van het project REC in Beweging.

Naam: Daniëlle Geering

Expertise: Klas op wielen, medewerker communicatie en marketing bij de NebasNsg

Wijze van interview: Zoals in het interview met Franceline naar voren kwam is ook het project 'Klas op wielen' interessant om als NeVoBo in te participeren. Franceline van de Geer verwees me door naar Daniëlle Geering. Daniëlle Geering heeft per mail meegewerkt aan een schriftelijk interview.

Samenwerkingsmogelijkheden

Kennismaking

Doel is om leerlingen kennis te laten maken met het leven met een handicap om zodoende het beeld anders en/of zielig te veranderen. Een vrijwilliger, vaak zelf gehandicapt, vertelt kinderen hoe hij/zij omgaat met zijn/haar beperking, in ons geval is het veelal gericht op de sport. Wat is er allemaal wel mogelijk en hoe anders is dat t.o.v. sporten als valide. Daarna is de praktijkles aan de beurt, zodat de kinderen zelf kunnen ervaren wat allemaal mogelijk is en waar je rekening mee moet houden.

Zitvolleybal in het onderwijs

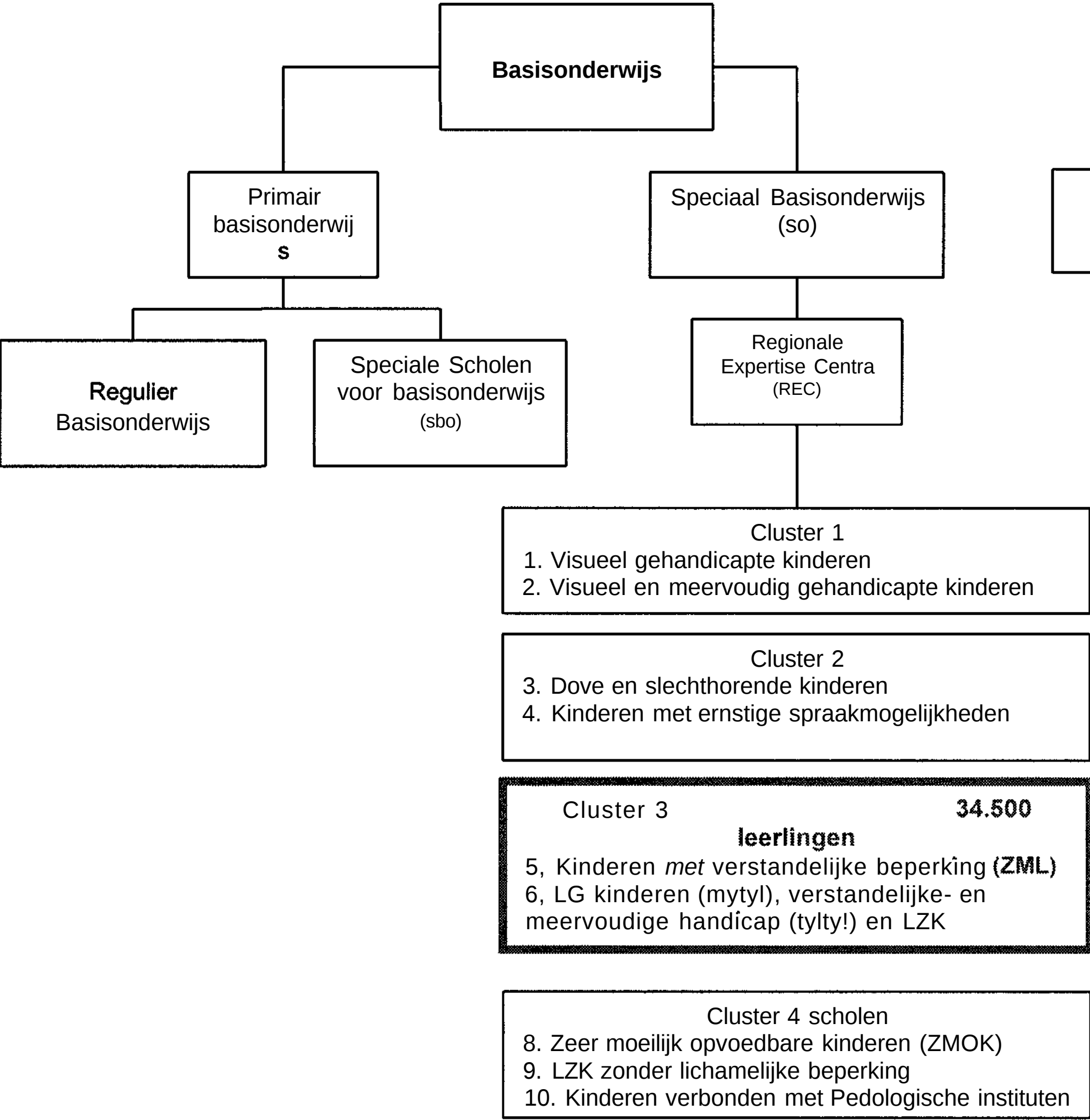
Wordt er zitvolleybal aangeboden tijdens het project Klas op Wielen? Zo ja, op welke wijze? Het aanbod tijdens de praktijkles is op basis van de vraag. Vaak is dat rolstoelbasketball, maar ook goalball (blindensport) en zitvolleybal worden aangeboden als dat is wat de leerlingen willen. De basis van de sport wordt uitgelegd en daarna gaat men snel aan de gang omdat zo blijkt telkens weer, de praktijk, het letterlijk doen, de beste leerschool is. De sport wordt spelenderwijs d.m.v. oefeningen en aan het eind bijvoorbeeld een klein wedstrijdje eigen gemaakt.

Samenwerking

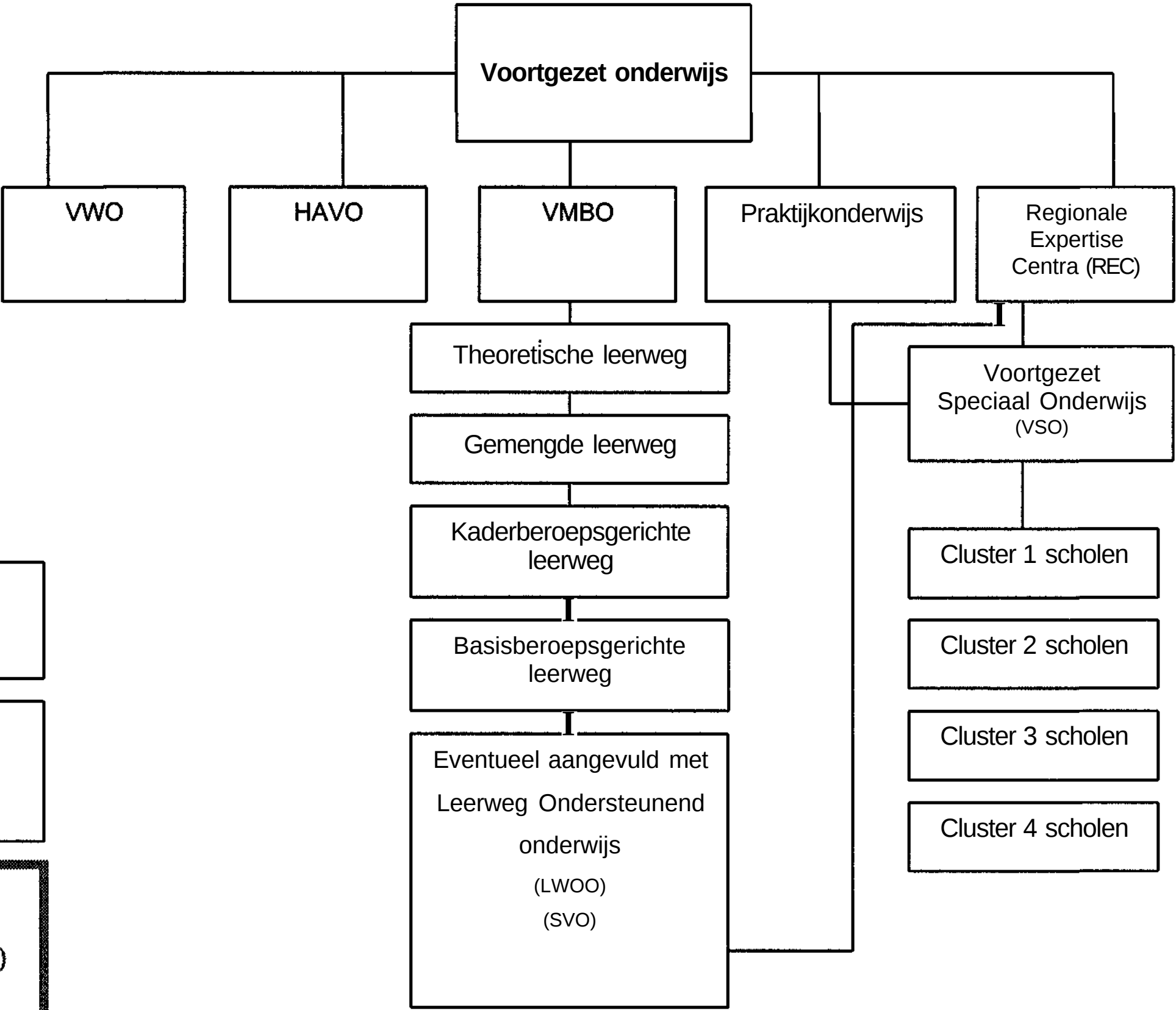
M.b.t. Klas-op-Wielen wordt er niet samengewerkt met sportbonden. Het is een voorlichtingsproduct van NebasNsg dat door ons zelfstandig wordt ingezet. Klas-op-Wielen is een lespakket voor de bovenbouw klassen van de basisschool en een combinatie van theorie en praktijk. Klas-op-Wielen is een product dat op dit moment onder de loep wordt genomen. Zowel inhoudelijk als praktisch proberen we weer goed inzichtelijk te krijgen waar de trajecten uitgezet zijn en worden, waar de vraag ligt (en hoeveel), hoe scholen en vrijwilligers de lessen inhoudelijk ervaren en wat zij noemen als aandachts- en/of verbeterpunten. Evaluatierapporten over hoe scholen het traject ervaren hebben ontbreken op dit moment helaas nog, maar dat is dus een van de aandachtspunten.



Bijlage C - Opbouw van het onderwijs



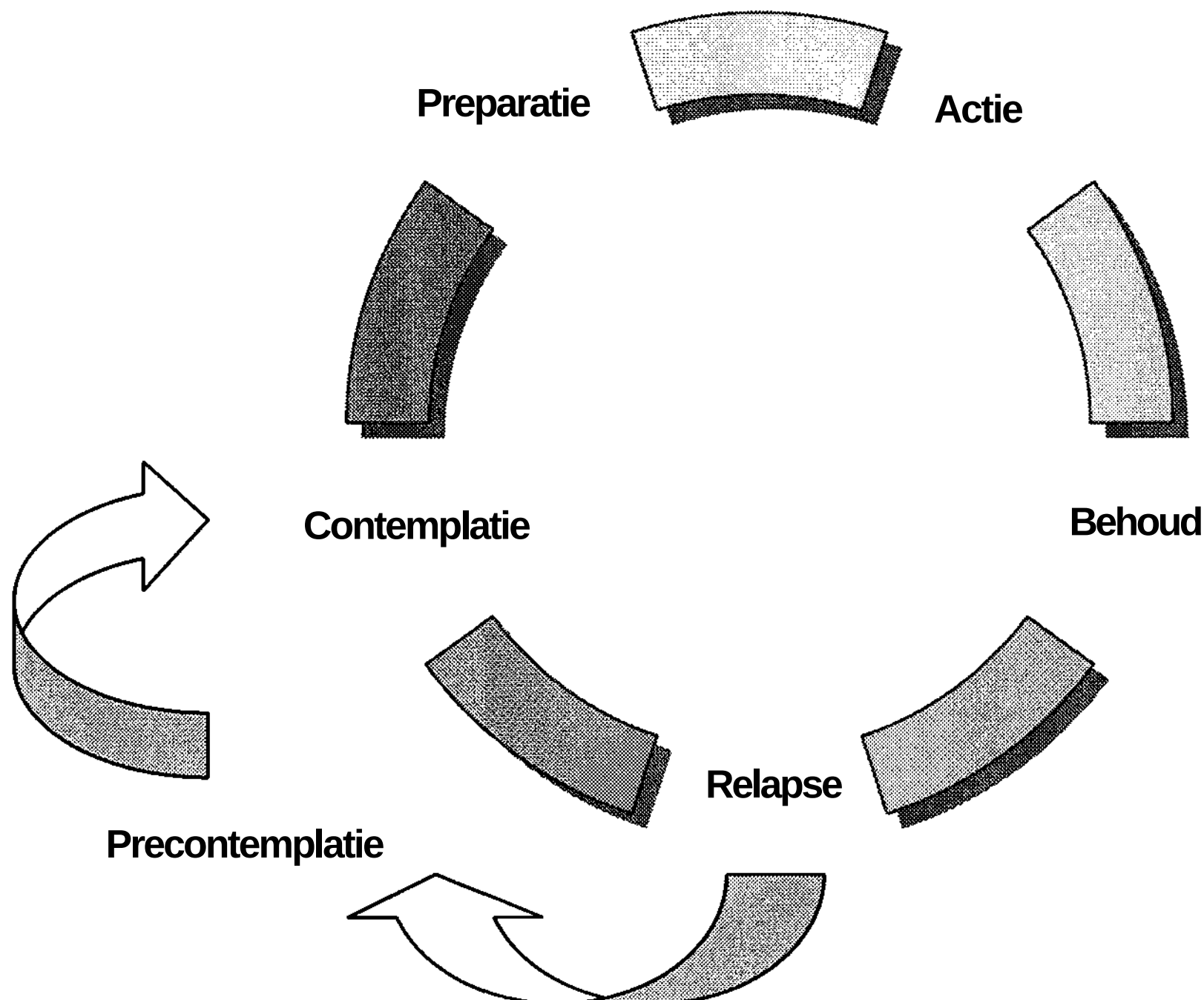
Figuur 1 Opbouw van het basisonderwijs



Figuur 2 opbouw van het voortgezet onderwijs

Bijlage D - Transtheoretisch model

Het Transtheoretische model bestaat uit zes fasen (figuur 1).



Figuur 1 - Het transtheoretische model (Prochaska en Diclementi in: Leurs e.a.)

1. Precontemplatiefase

In deze fase speelt men nog geen zitvolleybal en is men ook niet van plan zijn om binnen zes maanden zitvolleybal te gaan spelen.¹⁰⁹ Reden hiervoor kan zijn; niet op de hoogte van het bestaan van zitvolleybal, de stap is nog niet gemaakt om een aangepast te sporten te beoefenen, de acceptatie van de eigen handicap ontbreekt nog.

2. Contemplatiefase

Iemand speelt nog geen zitvolleybal, maar kan wel de intentie hebben om op afzienbare termijn (binnen één tot maximaal zes maanden) daar verandering in te brengen. Iemand maakt serieuzere overwegingen om te gaan zitvolleyballen. Mensen blijken vaak toch nog twee jaar in deze fase te kunnen blijven, door zichzelf voor te houden dat er binnenkort een start zal worden gemaakt. De voor en nadelen om te gaan zitvolleyballen zijn nog gelijkwaardig.¹¹⁰

3. Preparatiefase

De persoon is actief op zoek naar de mogelijkheden om vaker te gaan zitvolleyballen. Er worden voorbereidingen getroffen om binnen één maand in actie te komen. Jeugdspelers zullen hierin goed ondersteund moeten worden door mogelijk ouders en overige partijen die van belang zijn voor het kind (Hoofdstuk 3). Hoe vaker mensen zitvolleybal zien, hoe gewoner het wordt.¹¹¹ Het imago "zitvolleybal is alleen voor gehandicapten, het is zielig, ik wil daar niet bij horen, ik wil daar niet mee worden geïdentificeerd, speelt zowel bij de

¹⁰⁹ Leurs & Bemt, van den, Gedragsverandering en -behoud, NOC* NSF.

¹¹⁰ Leurs & Bemt, van den, Gedragsverandering en -behoud, NOC* NSF.

¹¹¹ Jongsma e.a. (2007). *Evaluatieverslag promotiedag zit- en flexvolleybal in Amsterdam 2 december 2006*. Amsterdam: DMO & NeVoBo

persoon met een beperking als kinderen, sportblessure of zonder een beperking, een belangrijke rol.¹¹²

4. Actiefase

Het kind, de jongere is gaan zitvolleyballen. In deze fase vinden de meeste veranderingsprocessen plaats en hebben positieve gedragsveranderingen plaatsgevonden. Deze fase blijkt kritiek te zijn om het nieuwe gedrag vol te houden en is daarom ook het minst-stabiel, met een groot risico op uitval. Het kind moet met zo min mogelijk barrières in aanraking komen en de sportbeoefening moet voldoen aan de behoeften van het kind en/of de jongeren.

%%Intrinsieke motivatie speelt een steeds belangrijkere rol. Mensen moeten het nieuwe gedrag dat ze gaan vertonen als positief leuk en/of als lekker gaan ervaren!"¹¹³

5. Maintenacefase of gedragsbehoud

Na zes maanden blijft het kind op zitvolleybal, de maintenancefase, men kan spreken van 'gedragsbehoud'. Deze fase duurt totdat het risico om in het oude gedrag terug te vallen is verdwenen en kenmerkt zich door voortdurende veranderingen.

6. Relapse of terugval

Het risico van terugval blijft altijd aanwezig, al is het maar een tijdelijke terugval door een vakantie of een blessure. Het effect van mensen met een beperking die een blessure oplopen is groter dan zonder beperking. Bij sportbeoefening van gehandicapten moet er meer aandacht besteed worden aan de blessure preventie en bestrijding.¹¹⁴ Als er een blessure optreedt bij de gehandicapte sporter zal allereerst zijn vermogen om verder te sporten en te presteren worden aangetast. De blessure heeft invloed op het sociale functioneren van een gehandicapte sporter er ontstaat een isolement ten opzichte van medesporters en vrienden. De blessure veroorzaakt angst om de sportbeoefening, het zitvolleybal in de toekomst voort te zetten.¹¹⁵ Bij een terugval kan het zijn dat iemand zich weer aansluit bij de precontemplators (zie je wel, zitvolleybal is niks voor mij), bij de contemplators ('als deze blessure over zes weken voorbij is, ga ik, lekker weer aan de slag') Of bij de preparators ('ik begin volgende week bij een vereniging, waar ik wel op mijn niveau kan spelen)

"Het doel van tailoring is om de persoon in kwestie elke keer te stimuleren en te steunen, met adviezen die afgestemd zijn op de huidige fase waarin iemand verkeert en met het doel om een fase verder te komen". (Leurs&Bemt, van den)

¹¹² Interview Elvira Stinissen

¹¹³ Leurs & Bemt, van den, *Gedragsverandering en -behoud*, NOC* NSF.

¹¹⁴ Hoeberigs in: Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem De Vriescheborch

¹¹⁵ Baken, W.C (1997). *Sportbeoefening door mensen met een handicap*. Haarlem De Vriescheborch



