

structuur ondersteuning in de fitness

Onderzoeksvraag:

Wat is het effect van het inzetten van een structuur ondersteunende lesgeefstijl op de autonomie van de leerlingen in havo 4 tijdens de lessen in de fitnessruimte?

Door Joost Lemmens
Student Fontys Sporthogeschool

opzet van het onderzoek



onderzoeksgroep

interventiegroep: H4e

♂ 20 ♀ 10 16,34
(SD=0,70)

interventiegroep: H4a

♂ 10 ♀ 14 16,57
(SD=0,80)

voormeting

- ☒ = bij zowel interventie als controlegroep afnemen
 - ☐ = BPNSFS vragenlijst
- Chen et al. (2015)



gedurende het onderzoek is er een logboek bijgehouden

interventie

	Controlegroep	Interventiegroep
4 lessen van 50 min	Ja	Ja
Werken in stations vorm • Cardio • Kracht • SYNERGY • Unihockey	Ja	Ja
Samenwerken tweetallen	Ja	Ja
Bouwsteen 1 & 3 t/m 6	Nee	Ja
Bouwsteen 2	Ja	Ja

nameting

- ☒ = bij interventie als
 - ☒ = controlegroep afnemen
 - ☐ = BPNSFS vragenlijst
- Chen et al. (2015)



twee focusgroep interviews van ieder 6 leerlingen

Bouwsteen 1: het creëren van duidelijkheid

Bouwsteen 2: vertrouwen schenken en uitdagingen bieden

Bouwsteen 3: consequent opvolgen

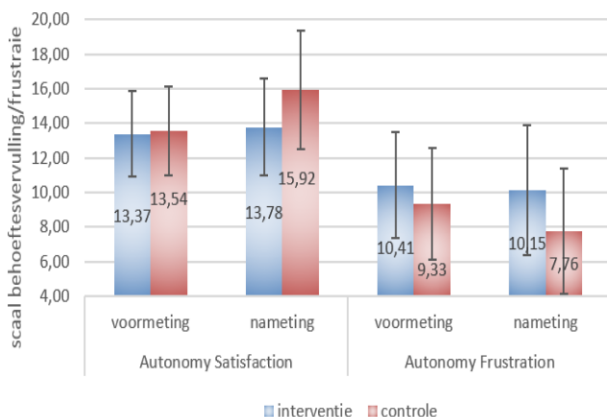
Bouwsteen 4: passend hulp bieden

Bouwsteen 5: motiverende feedback geven

Bouwsteen 6: zelfinzicht stimuleren

resultaten

kwantitatief



kwalitatief

- Autonomie frustratie door te weinig keuze vrijheid
- Autonomie frustratie door niet willen gebruiken werkblad

S3: "ja, tijdens gym doe je gewoon lekker je eigen ding en dan ga ik me niet aan een schema houden"

conclusie & discussie

Ten opzichten van de controlegroep laat de interventiegroep een rem op het gevoel van autonomie zien.

Interventiegroep autonomie frustratie gelijk gebleven door niet gebruik werkblad.

Controlegroep stijging in autonomie gevoel door onbewust toepassen autonomie ondersteunende bouwstenen.

Tijdens de interventielessen te veel structuur aangebracht door invoering werkblad.

Geen concreet antwoord op onderzoeksvraag. Enige concrete gegeven is dat werkblad op huidige manier zorgt voor frustratie van autonomie

aanbevelingen

- Onderzoek niet herhalen in huidige vorm
- Betere balans vinden tussen structuur en autonomie
- Tijdens les spelplezier vergroten
- Betrouwbaarheid vergroten