

Gemeente Nieuwkoop **Eindpresentatie**

20 maart 2020



Dit is het team van De Kleine Consultant Leiden dat heeft gewerkt aan het project voor Gemeente Nieuwkoop

Introductie team

Loes de Bruijn
Consultant

Bachelor Psychobiologie, Bachelor Psychologie
l.debruijn@dekleineconsultant.nl



Thijs Tas
Consultant

Bachelor Internationale Betrekkingen en Organisaties,
Bachelor Rechtsgeleerdheid
t.tas@dekleineconsultant.nl



Tom van den Boogaard
Consultant

Bachelor Geschiedenis
t.vandenboogaard@dekleineconsultant.nl



Julia Bloemberg
Project Manager

Master Bio-Pharmaceutical Sciences
j.bloemberg@dekleineconsultant.nl



Sam Kuilboer
Director

Bachelor Biofarmaceutische Wetenschappen
s.kuilboer@dekleineconsultant.nl



Coaching partners:



De afgelopen weken heeft De Kleine Consultant het onderzoek naar de sportbehoeften in gemeente Nieuwkoop afgerond, en oplossingen bedacht waardoor deze groep extra gestimuleerd kan worden om te sporten



Introductie

Behoeften &
drempels

Oplossingen

Boodschap &
kanalen

Next steps



Introductie

Behoeften & drempels

Oplossingen

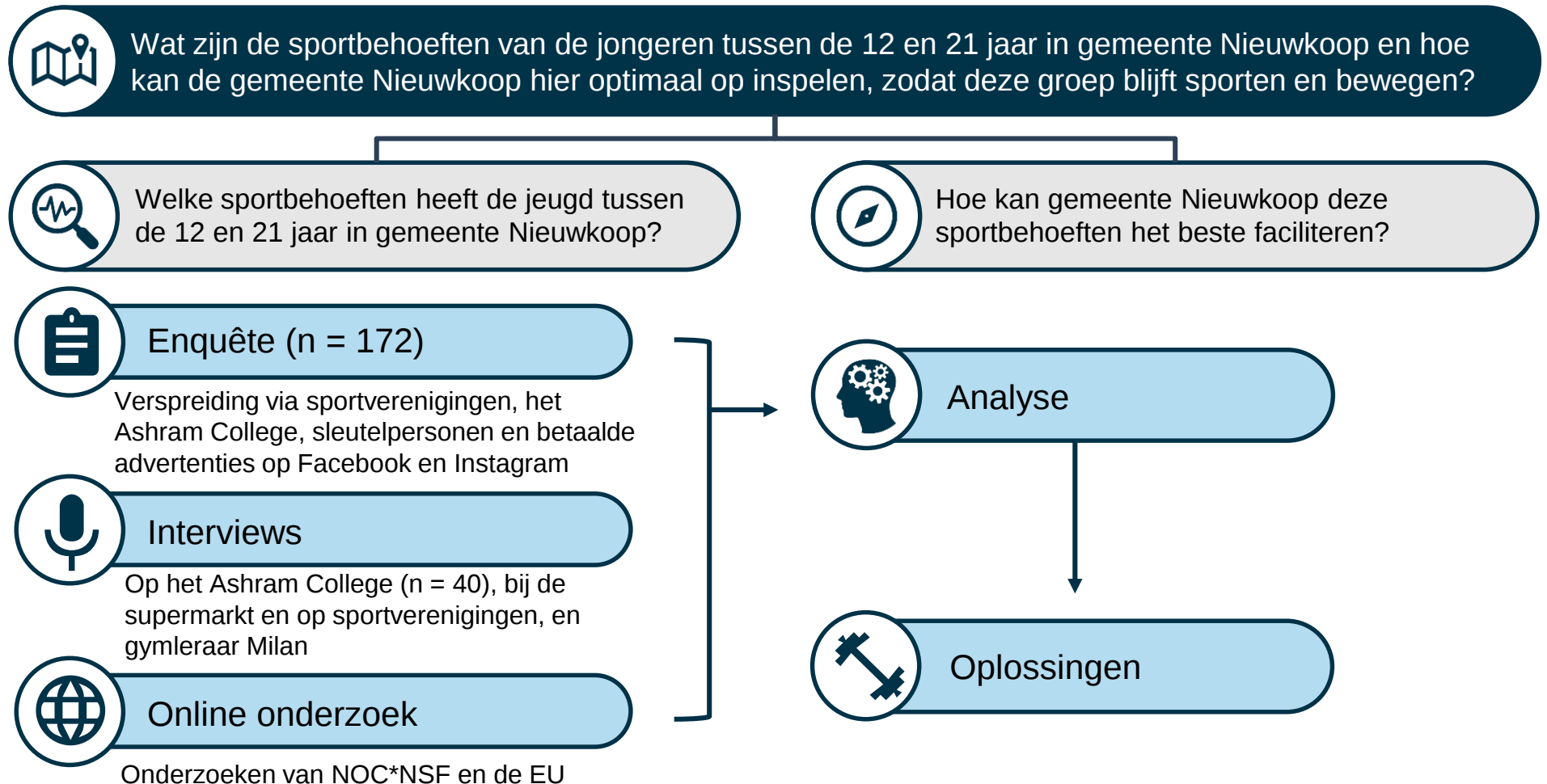
Boodschap & kanalen

Next steps

- Introductie en deelvragen
- Conclusies

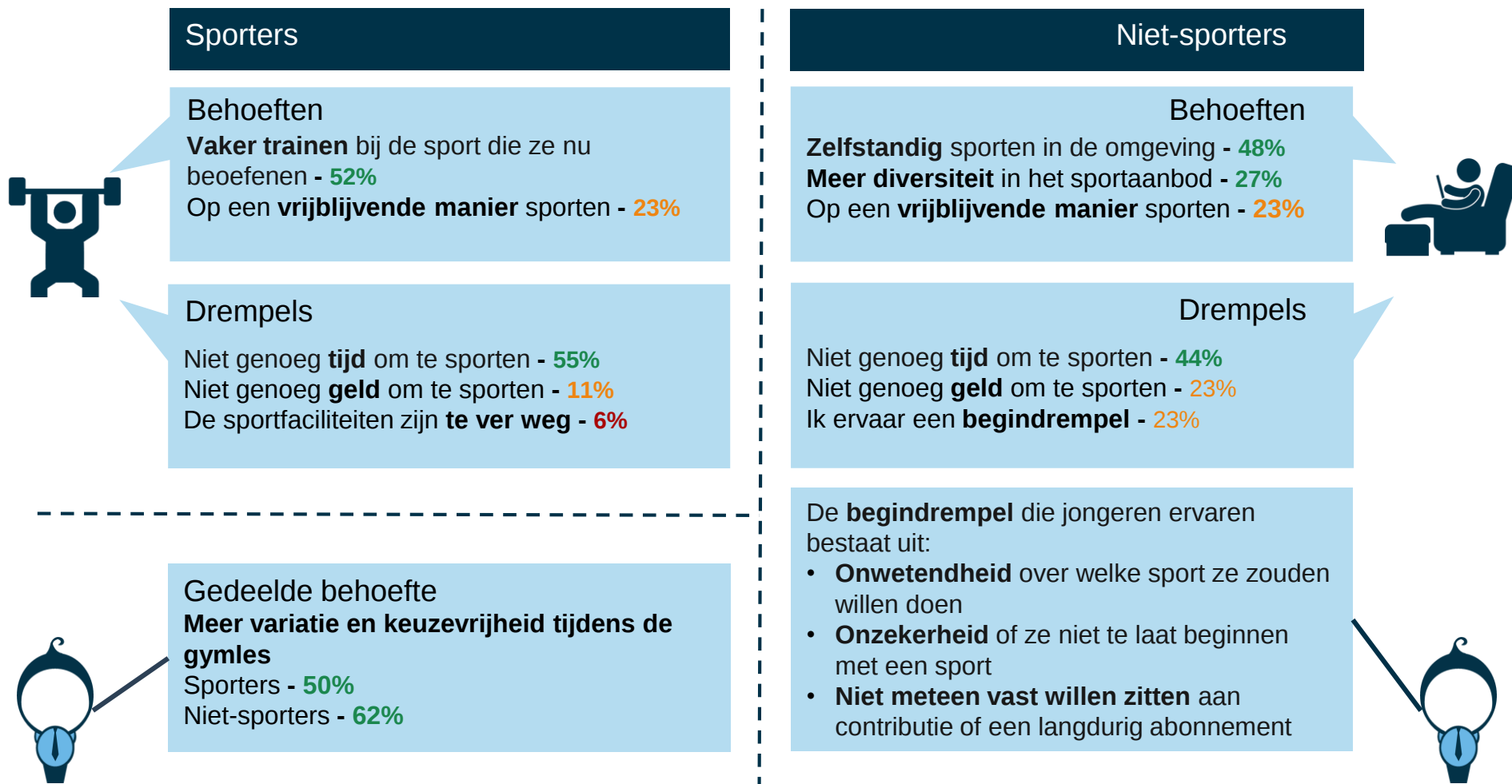
De resultaten van het onderzoek naar de sportbehoeften van jongeren in gemeente Nieuwkoop zijn gebruikt voor het vormgeven van oplossingen

Overzichtsslide



Bij het stimuleren van jongeren om te sporten moet er rekening gehouden worden met de gedeelde behoefte naar vrijblijvend sporten en de begindrempel van de niet-sporters

Overeenkomsten in behoeften en drempels van sporters en niet-sporters



DKC adviseert Gemeente Nieuwkoop via een strippenkaart, meer samenwerking tussen de kernen, een verbeterde gymles en meer openbare faciliteiten de jongeren te ondersteunen in hun sportbehoeften

Overzicht van de oplossingen



Strippenkaart: Als de gemeente Nieuwkoop en de verenigingen **twee verschillende proefabbonementen** aanbieden dan kunnen jongeren vrijblijvend kennis maken met sport. Bij deze strippenkaart gaat **een groep jongeren 6 weken lang één of meerdere sporten proberen**



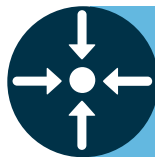
Niet-sporters



Begindrempel



Gemeente, verenigingen, school



Samenwerking kernen: Als de gemeente Nieuwkoop **de kernen en de verenigingen beter laat samenwerken** worden extra facultatieve trainingen, een overkoepelend selectieteam voor het vrouwenvoetbal en overkoepelende sportevenementen mogelijk



Sporters



Meer sporten



Gemeente, verenigingen



Verbeterde gymles: Als de gemeente Nieuwkoop en de school **meer keuzevrijheid en variatie incorporeren in de gymles** dan sluit het beter aan bij de behoeften van de jongeren. Ook doen jongeren liever daadwerkelijke sporten dan spellen



Sporters en niet-sporters



Keuzevrijheid



Gemeente, school



Openbare sportfaciliteiten: Als de gemeente Nieuwkoop investeert in **meer openbare sportfaciliteiten** dan hebben de jongeren de mogelijkheid om vaker laagdrempelig en zelfstandig te sporten in de omgeving



Sporters en niet-sporters



Vrijblijvendheid



Gemeente



Introductie

Behoeften &
drempels

Oplossingen

Boodschap &
kanalen

Next steps

- Sporters
- Niet-sporters
- Verschillen en overeenkomsten

Sportende jongeren ervaren de volgende drempels en behoeften tijdens hun sportactiviteiten

Drempels en behoeften van sporters



Sporters

Behoeften

Vaker trainen bij de sport die ze nu beoefenen

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer variatie en keuzevrijheid tijdens de gymles

Drempels

Niet genoeg tijd om meer te gaan sporten

Niet genoeg geld om meer te gaan sporten

Sommige sportfaciliteiten zijn te ver weg

Sporters geven aan dat ze graag vaker willen trainen maar hier niet genoeg tijd voor hebben en ze geven ook aan niet geheel vrijblijvend te willen trainen

Drempels en behoeften van sporters



Sporters

Behoeften

Vaker trainen bij de sport die ze nu beoefenen

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer variatie en keuzevrijheid tijdens de gymles

Drempels

Niet genoeg tijd om meer te gaan sporten

Niet genoeg geld om meer te gaan sporten

Sommige sportfaciliteiten zijn te ver weg

Hoe wil je meer gaan sporten?

Vaker trainen

23

Nieuwe sport

6

Fitness

5

Hardlopen

5

Hoewel de **sporters aangeven vaker te willen trainen** geven ze ook aan dat ze hier vaak **niet genoeg tijd** voor hebben. Uit interviews bleek dat **sporters een geheel vrijblijvende manier van trainen niet zien zitten** omdat ze bang zijn dat niemand komt opdagen

Sportende jongeren die geïnteresseerd zijn in een andere manier van sporten willen dit vaak op een vrijblijvende manier doen

Drempels en behoeften van sporters



Sporters

Behoeften

Vaker trainen bij de sport die ze nu beoefenen

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer variatie en keuzevrijheid tijdens de gymles

Drempels

Niet genoeg tijd om meer te gaan sporten

Niet genoeg geld om meer te gaan sporten

Sommige sportfaciliteiten zijn te ver weg

Hoe wil je meer gaan sporten?

Vaker trainen

23

Nieuwe sport

6

Fitness

5

Hardlopen

5

Vaker hardlopen en naar de sportschool gaan zijn beide voorbeelden van **vrijblijvende sportmogelijkheden**.

Voetballer: "ik wil ook beginnen met naar de sportschool gaan"

Sportende jongeren willen graag meer keuzevrijheid en variatie tijdens de gymles

Drempels en behoeften van sporters



Sporters

Behoeften

Vaker trainen bij de sport die ze nu beoefenen

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer variatie en keuzevrijheid tijdens de gymles

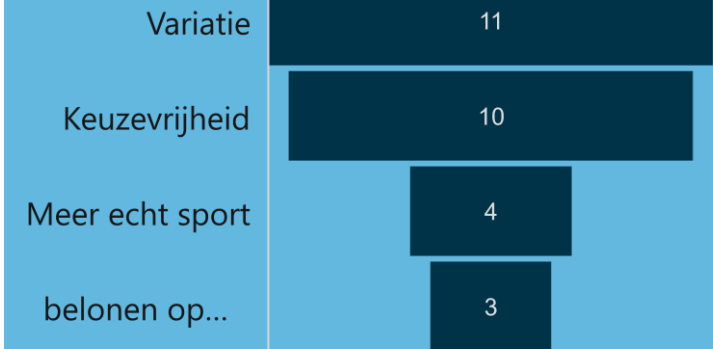
Drempels

Niet genoeg tijd om meer te gaan sporten

Niet genoeg geld om meer te gaan sporten

Sommige sportfaciliteiten zijn te ver weg

Hoe zou de gymles beter kunnen?



In literatuur komt ook naar voren dat het belangrijk is voor jongeren om een **gevoel van autonomie te ervaren*** en dat het belangrijk is dat ze kennis maken met **meerdere verschillende sporten****

Sportende jongeren ervaren een gebrek aan tijd, een gebrek aan geld en een te grote afstand tot sportfaciliteiten als grootste drempel bij het sporten

Drempels en behoeften van sporters



Sporters

Behoeften

Vaker trainen bij de sport die ze nu beoefenen

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer variatie en keuzevrijheid tijdens de gymles

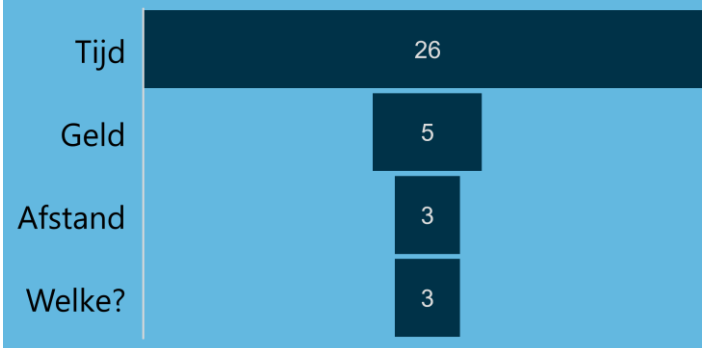
Drempels

Niet genoeg tijd om meer te gaan sporten

Niet genoeg geld om meer te gaan sporten

Sommige sportfaciliteiten zijn te ver weg

Wat houdt je tegen om meer te gaan sporten?



Tijd is verreweg de grootste drempel., daarna geld. **Afstand** wordt hier niet vaak genoemd maar **64% van de sporters is niet bereid om langer dan 15 minuten te fietsen** voor sport

Niet-sportende jongeren ervaren de volgende drempels en behoeften tijdens hun sportactiviteiten

Drempels en behoeften van niet-sporters



Niet-sporters

Behoeften

Zelfstandig kunnen sporten in de omgeving

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer niet gangbare sporten in het sportaanbod

Drempels

Niet genoeg tijd om te sporten

Niet genoeg geld om te sporten

De begindrempel weerhoudt mij van sport

Niet-sportende jongeren willen graag zelfstandig in de omgeving kunnen sporten

Drempels en behoeften van niet-sporters



Niet-sporters

Behoeften

Zelfstandig kunnen sporten in de omgeving

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer niet gangbare sporten in het sportaanbod

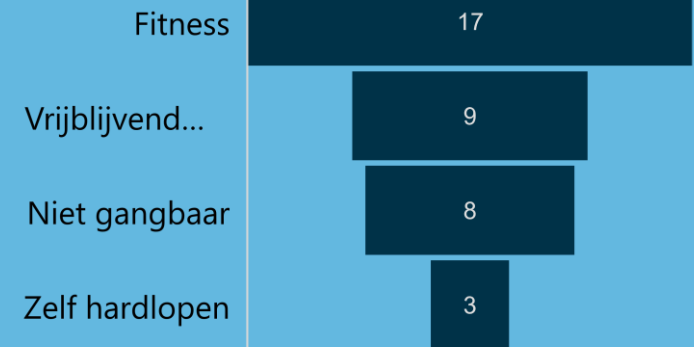
Drempels

Niet genoeg tijd om te sporten

Niet genoeg geld om te sporten

De begindrempel weerhoudt mij van sport

Hoe wil je gaan sporten?



Hun keuze voor fitness en zelf hardlopen geven aan dat **niet-sporters vaak zelfstandig willen gaan sporten**

“Ik wil 1-2 keer per week sporten op moment dat het mij uitkomt en in het dorp”

Niet-sportende jongeren zijn vaak op zoek naar een vrijblijvende manier om aan sport te doen

Drempels en behoeften van niet-sporters



Niet-sporters

Behoeften

Zelfstandig kunnen sporten in de omgeving

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer niet gangbare sporten in het sportaanbod

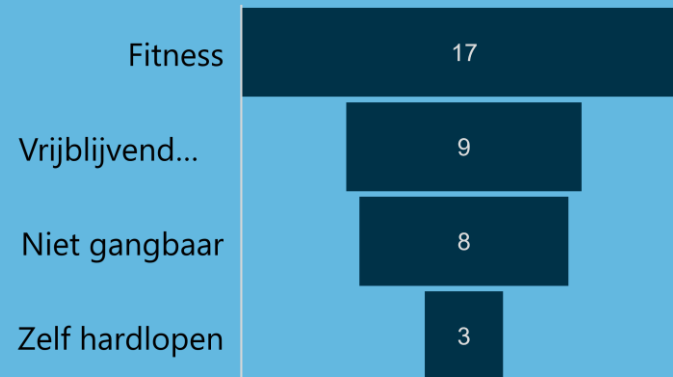
Drempels

Niet genoeg tijd om te sporten

Niet genoeg geld om te sporten

De begindrempel weerhoudt mij van sport

Hoe wil je gaan sporten?



Vrijblijvend in groepsverband sporten of vrijblijvend aan teamsport doen worden hierna het vaakst genoemd. Deze optie geeft aan dat niet-sporters geïnteresseerd zijn in team- of samen sporten

Niet-sportende jongeren die op een vaste manier willen sporten zijn vaak geïnteresseerd in niet gangbare sporten

Drempels en behoeften van niet-sporters



Niet-sporters

Behoeften

Zelfstandig kunnen sporten in de omgeving

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer niet gangbare sporten in het sportaanbod

Drempels

Niet genoeg tijd om te sporten

Niet genoeg geld om te sporten

De begindrempel weerhoudt mij van sport

Hoe wil je gaan sporten?



Er worden vaak **niet gangbare sporten** genoemd, bijvoorbeeld:

- Thaiboksen
- Dansen
- Korfbal
- Waterpolo
- Softbal

Niet-sportende jongeren ervaren dezelfde drempels als sporters maar geld is voor hun belangrijker dan voor hun sportende leeftijdsgenoten

Drempels en behoeften van niet-sporters



Niet-sporters

Behoeften

Zelfstandig kunnen sporten in de omgeving

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer niet gangbare sporten in het sportaanbod

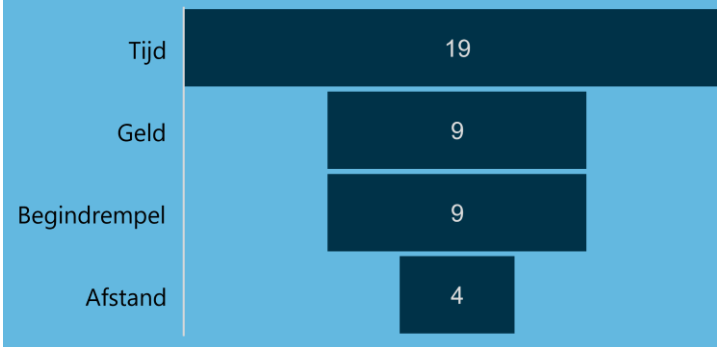
Drempels

Niet genoeg tijd om te sporten

Niet genoeg geld om te sporten

De begindrempel weerhoudt mij van sport

Wat houd je tegen om te gaan sporten



Een tekort aan tijd wordt het vaakst genoemd. 60% van de niet sporters wil niet langer dan een kwartier reizen voor sport. Opvallend is dat geld meer genoemd is dan bij de sporters.

“De kosten, ik ben student en houd per maand al weinig over”

Niet-sportende jongeren ervaren een begindrempel als willen beginnen met een teamsport

Drempels en behoeften van niet-sporters



Niet-sporters

Behoeften

Zelfstandig kunnen sporten in de omgeving

Op een vrijblijvende manier sporten

Meer niet gangbare sporten in het sportaanbod

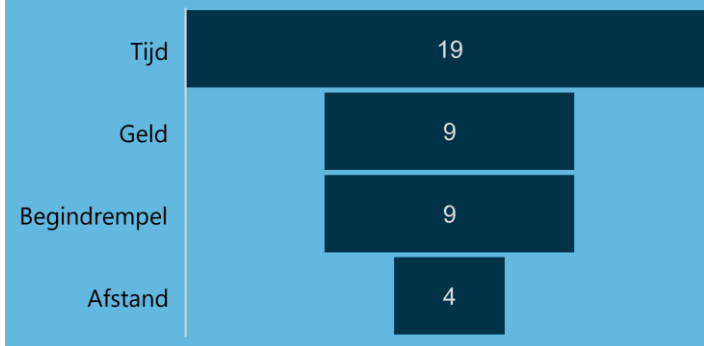
Drempels

Niet genoeg tijd om te sporten

Niet genoeg geld om te sporten

De begindrempel weerhoudt mij van sport

Wat houd je tegen om te gaan sporten

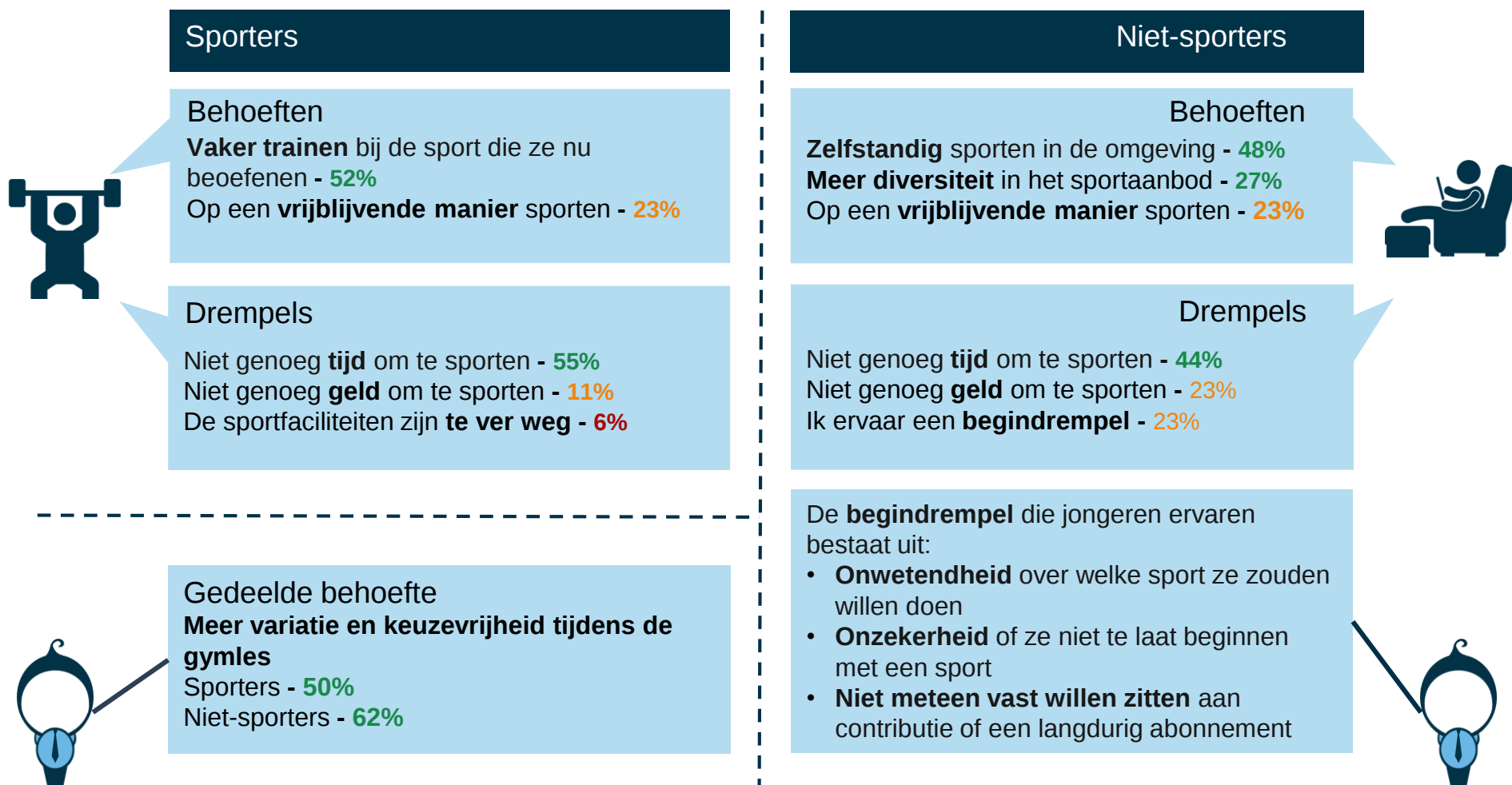


De **begindrempel** bestaat uit:

- **Onwetendheid** over welke sport ze zouden willen doen
- **Onzekerheid** of ze niet te laat beginnen met een sport
- **Niet meteen vast willen zitten** aan contributie of een langdurig abonnement

Bij het stimuleren van jongeren om te sporten moet er rekening gehouden worden met de gedeelde behoefte naar vrijblijvend sporten en de begindrempel van de niet-sporters

Overeenkomsten in behoeften en drempels van sporters en niet-sporters





Introductie

Behoeften &
drempels

Oplossingen

Boodschap &
kanalen

Next steps

- Overzicht
- Openbare faciliteiten
- Gymles
- Strippenkaart
- Samenwerking tussen kernen

DKC adviseert Gemeente Nieuwkoop via een strippenkaart, meer samenwerking tussen de kernen, een verbeterde gymles en meer openbare faciliteiten de jongeren te ondersteunen in hun sportbehoeften

Overzicht van de oplossingen



Strippenkaart: Als de gemeente Nieuwkoop en de verenigingen **twee verschillende proefabonnementen** aanbieden kunnen jongeren vrijblijvend kennis maken met sport. Bij deze strippenkaart gaat **een groep jongeren 6 weken lang een of meerdere sporten proberen**



Niet-sporters



Begindrempel



Gemeente, verenigingen, school



Samenwerking kernen: Als de gemeente Nieuwkoop **de kernen en de verenigingen beter laat samenwerken** worden dingen als extra facultatieve trainingen, een overkoepelend selectieteam voor het vrouwenvoetbal en overkoepelende sportevenementen mogelijk



Sporters



Meer sporten



Gemeente, verenigingen



Verbeterde gymles: Als de gemeente Nieuwkoop en de school **meer keuzevrijheid en variatie incorporeren in de gymles** dan sluit het beter aan bij de behoeften van de jongeren. Ook doen jongeren liever daadwerkelijke sporten dan spellen



Sporters en niet-sporters



Keuzevrijheid



Gemeente, school



Openbare sportfaciliteiten: Als de gemeente Nieuwkoop investeert in **meer openbare sportfaciliteiten** hebben de jongeren de mogelijkheid om vaker laagdrempelig en zelfstandig te sporten in de omgeving



Sporters en niet-sporters



Vrijblijvendheid



Gemeente

Door het invoeren van een strippenkaart raken meer jongeren bekend met nieuwe sporten en wordt de begindrempel weggenomen

De strippenkaart als oplossing om jongeren (meer) te laten sporten



De strippenkaart

1. **Laagdrempelige** manier om kennis te maken met nieuwe sporten
2. **Belangrijk dat school, sportverenigingen en -aanbieders en de gemeente samenwerken** om dit te laten slagen
3. De gemeente heeft een coördinerende rol

Strippenkaart 1

6 weken elke week andere sport

Vaste volgorde sporten, vast moment in de week training

Vindt plaats voor strippenkaart 2

Strippenkaart 2

6 weken dezelfde sport

Vast moment in de week training

Vindt plaats voor inschrijving bij verenigingen



1. Niet-sporters ervaren een **sterke begindrempel**.
2. **Laagdrempeligheid** gericht op: **minder onzekerheid** over sportiviteit, kennis maken met **meerdere sporten**, sociale contacten via het sporten
3. **Weinig geld** kwijt zijn en niet meteen vastzitten aan een abonnement



Doelgroep

Niet-sporters die willen beginnen en sporters die willen overstappen



Samenwerking

Gemeente, verenigingen en school



Belangrijk
Verenigingen benaderen

Door meer samenwerking tussen de kernen wordt het schaalnadeel van de individuele kernen weggenomen en kunnen de jongeren beter worden voorzien in hun sportbehoefte

Samenwerking tussen kernen voor betere ondersteuning



1. **Een extra facultatieve training op bindende inschrijving op een vast moment in de week**
2. Bij laag animo per vereniging is een samenwerking van meerdere kernen het meest geschikt
3. Bij geen mogelijkheid tot een training per leeftijds- of niveaugroep wordt een training aangeboden die geschikt is voor allen, zoals een conditie of techniektraining

Een open overkoepelend sportevenement: de Nieuwkoopspelen

1. Toernooi met verschillende onderdelen waar **jongeren zich in teams** voor kunnen opgeven
2. Speelt door de hele gemeente op de faciliteiten van de verenigingen
3. Wellicht voor een later stadium, wanneer samenwerkingen op gang gekomen zijn



1. 52% van de sporters die meer wil sporten wil meer dezelfde sport doen
2. **Tijd** is hun grootste drempel
3. **Geheel facultatieve training zijn niet ideaal** vanwege motivatie en opkomst



Doelgroep
Niet-sporters en sporters die vaker willen sporten



Samenwerking
Gemeente, verenigingen



Belangrijk
Verenigingen benaderen en een plan maken voor het evenement

Door jongeren te laten mee-bepalen kan de gymles beter aansluiten bij hun behoeften

Keuzemogelijkheid als middel om gym beter passend bij behoeften te maken



De gymles is een belangrijk moment om **niet-sporters enthousiast te maken** voor sport.

Verbeterde gymles

1. Leerlingen tot op zekere hoogte sport laten kiezen
2. Klassen indelen op basis van sportkeuze
3. Meer sport, minder spel
4. 'Bijzondere' sporten, bijvoorbeeld door gastlessen



1. Gymles sluit niet aan bij wensen van jongeren
2. Jongeren willen zeggenschap over wat zij doen
3. Behoeft aan meer écht sporten



Doelgroep
Niet-sporters en sporters



Samenwerking
Gemeente, school



Belangrijk
Coördinatie tussen gymdocenten en hulp van gemeente

Door meer in openbare sportfaciliteiten te voorzien ondersteunt de Gemeente Nieuwkoop de vrijblijvendheid

Samenwerking tussen de kernen



Openbare sportfaciliteiten

1. Openbare fitnessapparaten in clusters langs populaire hardlooppaden
2. Borden met extra oefeningen langs hardlooppaden
3. Een groot en uitdagend skatepark aanleggen in Nieuwkoop
4. Meer openbare voetbal en basketbal kooien plaatsen



1. Niet-sporters willen vooral **zelf krachtraining** gaan doen
2. **Geld is een belangrijke drempel**
3. Er is behoefte aan een groter **skatepark op een centrale plek**.
4. Er is behoefte aan **basketball- en voetbalkooien**



Doelgroep

Niet-sporters die willen fitnesssen, sporters en skaters



Betrokkenen
Gemeente

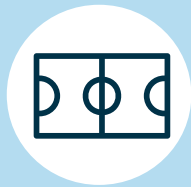


Wat te doen

Aanbieders benaderen voor openbare faciliteiten

Door meer in openbare sportfaciliteiten te voorzien neemt Gemeente Nieuwkoop de financiële drempel weg

Samenwerking tussen de kernen



Openbare sportfaciliteiten

1. Openbare fitnessapparaten in clusters langs populaire hardlooppaden
2. Borden met extra oefeningen langs hardlooppaden
3. ~~Een groot en uitdagend skatepark aanleggen in Nieuwkoop~~
4. Meer openbare voetbal en basketbal kooien plaatsen

Hoe kan dat? Er zijn wel veldjes



1. Niet-sporters willen vooral **zelf krachtraining** gaan doen
2. **Geld is een belangrijke drempel**
3. ~~Er is behoefte aan een groter skatepark op een centrale plek.~~
4. Er is behoefte aan **basketball- en voetbalkooien**



Doelgroep

Niet-sporters die willen fitnesssen, sporters en skaters



Betrokkenen

Gemeente



Wat te doen

Aanbieders benaderen voor openbare faciliteiten



Introductie

Behoeften &
drempels

Oplossingen

Boodschap &
kanalen

Next steps

- Social media

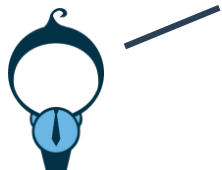
DKC adviseert de gemeente Nieuwkoop meer gebruik te maken van Instagram om in contact te staan met de jongeren

De gemeente op Instagram

Doelen Instagram

- **Groot aantal volgers**
- **Informeren over sport**
- **Informeren over voeding**
- **Enthousiasmeren voor sport**
- **Nieuwe initiatieven** zoals de strippenkaart **bekend maken** bij de jongeren

82\117 jongeren geven aan dat ze het liefst **via social media** zoals Instagram zouden worden **geïnformeerd over sport** in gemeente Nieuwkoop



Gebruik Instagram

Type content

- **Informatie en promotie over faciliteiten en sportclubs**
- **Informatie over sport en gezondheid** van experts
- **Informatie over voeding** en aansluitende recepten
- **Mini-vlogs of foto-series** gemaakt door sporters over waarom zij sporten
- **Promotie van de nieuwe initiatieven**
- **Polls onder de jongeren** waardoor zij met één knop hun mening kunnen geven over sport in gemeente nieuwkoop



DKC adviseert de gemeente Nieuwkoop meer gebruik te maken Instagram om in contact te staan met de jongeren, en sport en gezondheid actief te promoten

Voorbeelden van content



Belangrijke punten

- Beginnen met betaalde reclame
- Zorgen voor wekelijkse content
- Inzendingen van de jeugd stimuleren
- Samenwerken met verenigingen
- Samenwerken met experts



Introductie

Behoeften &
drempels

Oplossingen

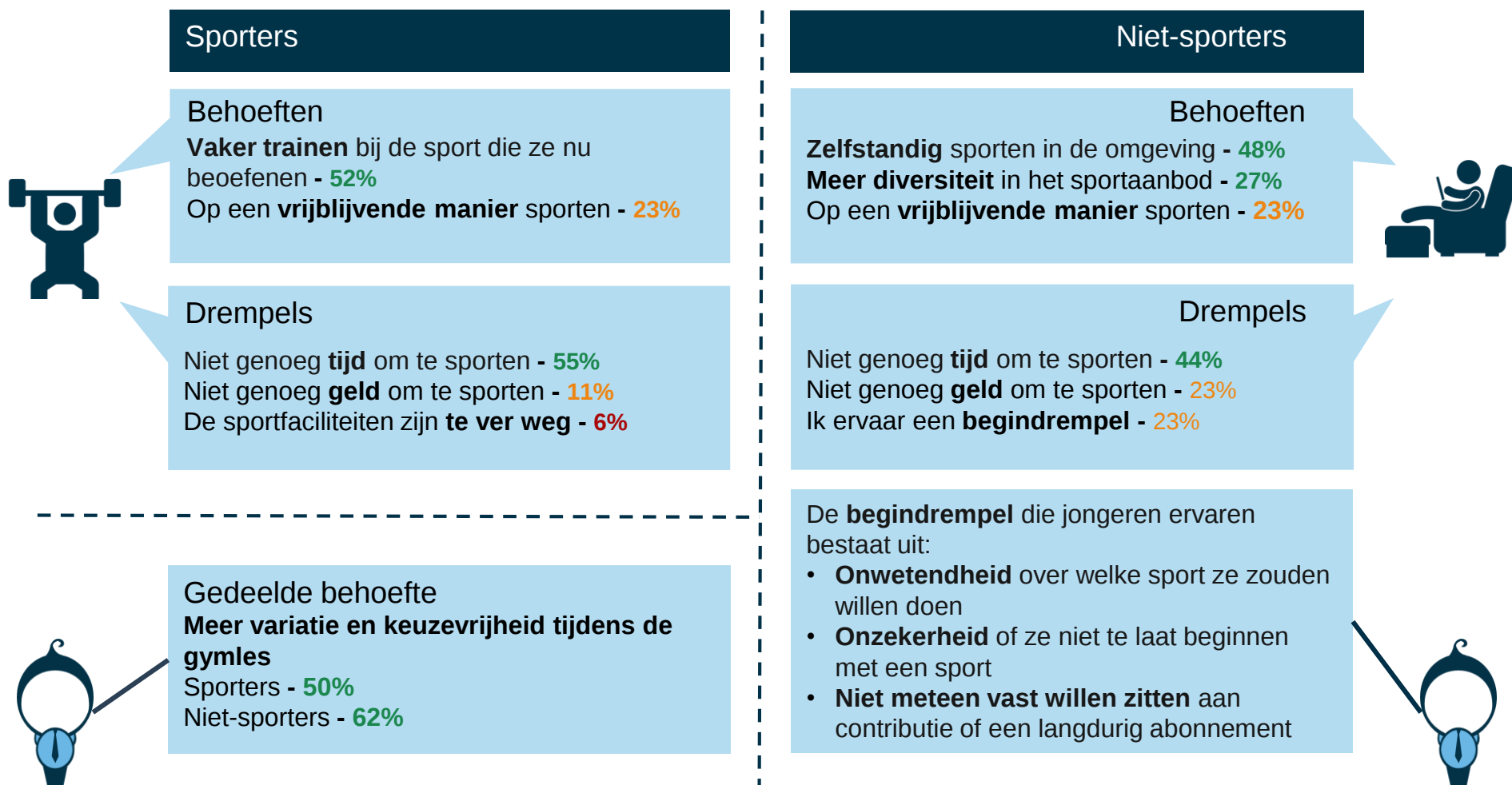
Boodschap &
kanalen

Next steps

- Conclusies
- Next steps

Bij het stimuleren van jongeren om te sporten moet er rekening gehouden worden met de gedeelde behoefte naar vrijblijvend sporten en de begindrempel van de niet-sporters

Overeenkomsten in behoeften en drempels van sporters en niet-sporters



DKC adviseert Gemeente Nieuwkoop via een strippenkaart, meer samenwerking tussen de kernen, een verbeterde gymles en meer openbare faciliteiten de jongeren te ondersteunen in hun sportbehoeften

Overzicht van de oplossingen



Strippenkaart: Als de gemeente Nieuwkoop en de verenigingen **twee verschillende proefabbonnementen** aanbieden dan kunnen jongeren vrijblijvend kennis maken met sport. Bij deze strippenkaart gaat **een groep jongeren 6 weken lang één of meerdere sporten proberen**



Niet-sporters



Begindrempel



Gemeente, verenigingen, school



Samenwerking kernen: Als de gemeente Nieuwkoop **de kernen en de verenigingen beter laat samenwerken** worden extra facultatieve trainingen, een overkoepelend selectieteam voor het vrouwenvoetbal en overkoepelende sportevenementen mogelijk



Sporters



Meer sporten



Gemeente, verenigingen



Verbeterde gymles: Als de gemeente Nieuwkoop en de school **meer keuzevrijheid en variatie incorporeren in de gymles** dan sluit het beter aan bij de behoeften van de jongeren. Ook doen jongeren liever daadwerkelijke sporten dan spellen



Sporters en niet-sporters



Keuzevrijheid



Gemeente



Openbare sportfaciliteiten: Als de gemeente Nieuwkoop investeert in **meer openbare sportfaciliteiten** dan hebben de jongeren de mogelijkheid om vaker laagdrempelig en zelfstandig te sporten in de omgeving



Sporters en niet-sporters



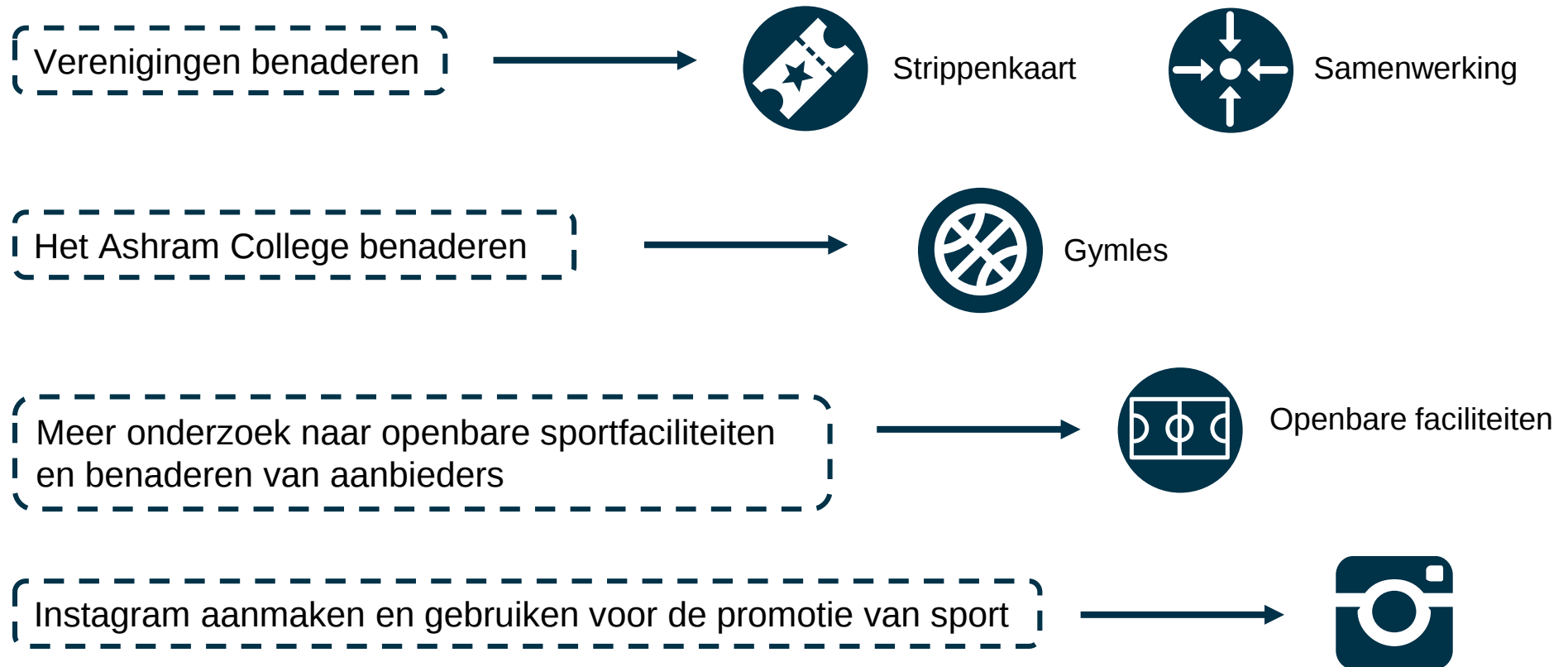
Vrijblijvendheid



Gemeente

De gemeente kan meerdere stappen zetten om de aangedragen oplossingen te realiseren

Next steps



Appendix

Verspreiding en statistiek van de Enquête

Verspreiding van de Enquête en ons verdere onderzoek

Verspreiding en onderzoek

- Wij hebben eerst de hulp ingeschakeld van het broertje van een van onze collega's. Hij zit op het Ashram college en heeft de enquête voor ons verspreid onder zijn kennissen
- Vervolgens hebben wij 32 sportverenigingen gemaild maar veel gaven geen gehoor. Hierdoor hebben wij achter 14 verenigingen aan gebeld. 3 Hiervan gingen hem verspreiden en 3 andere moesten nog overleggen. De rest gaf geen gehoor
- We hadden nog weinig respondenten en zijn daarom veldwerk gaan doen in Nieuwkoop. Wij zijn bij het sportcentrum Nieuwkoop, SV Nieuwkoop, zalencomplex de Steupel en het Kennedyplein geweest om mensen te interviewen en hun resultaten vast te leggen in onze enquête
- Na onze tussenpresentatie hebben wij een online advertentie gemaakt die voor jongeren tussen de 12 en 23 jaar oud te zien was in een straal van 8 km vanaf Nieuwkoop. Om ervoor te zorgen dat ze zouden reageren op onze advertentie hebben hier de kans op een van de twee Bol.com cadeaubonnen van 25 euro tegenovergesteld. Vanaf toen kwam er een redelijk stabiele stroom van respondenten binnen.
- Na het dichtgooien van de Enquête hebben we de openvragen in de Enquête handmatig gekwantificeerd* en hebben we de resultaten geanalyseerd en op basis hiervan gekeken wat de beste oplossingen zijn om de jeugd (meer) aan het sporten te krijgen.
- We zijn na het opstellen van de oplossingen naar het Ashramcollege gegaan om met de leerlingen daar te praten over onze bevindingen en de oplossingen die we hebben gevonden. We hebben ongeveer 40 leerlingen gesproken en hebben op basis van deze gesprekken onze oplossingen bijgeschaafd.**

Statistiek Respondenten

Statistiek Enquête

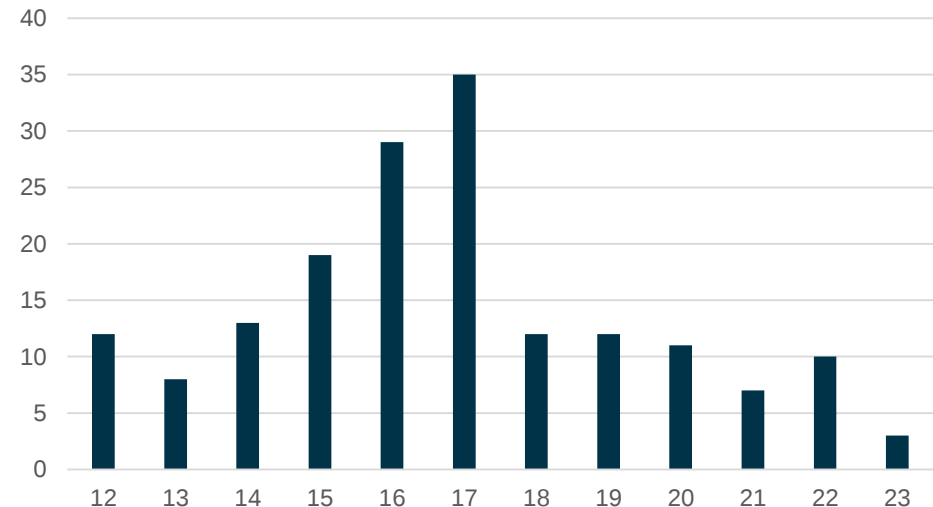
N= 172

Man/Vrouw = 68/104

Sporter/ Niet-Sporters = 105/67

Onze N is niet heel groot en onze doelgroep zal niet volledig representatief zijn. Wij willen wel graag benadrukken dat wij sinds N=50 bijna geen extra kwalitatieve informatie hebben verkregen. Dit betekent dat we in de extra respondenten voornamelijk bevestiging zagen van eerdere antwoorden, en bijvoorbeeld interviews die wij gehouden hebben. Ook zijn onze oplossingen niet alleen geselecteerd op hoe vaak een probleem genoemd is, maar ook grotendeels op de verwachte impact en haalbaarheid. Hierdoor denken wij dat het onze respondenten voldoende zijn om onze oplossingen en bevindingen te ondersteunen.

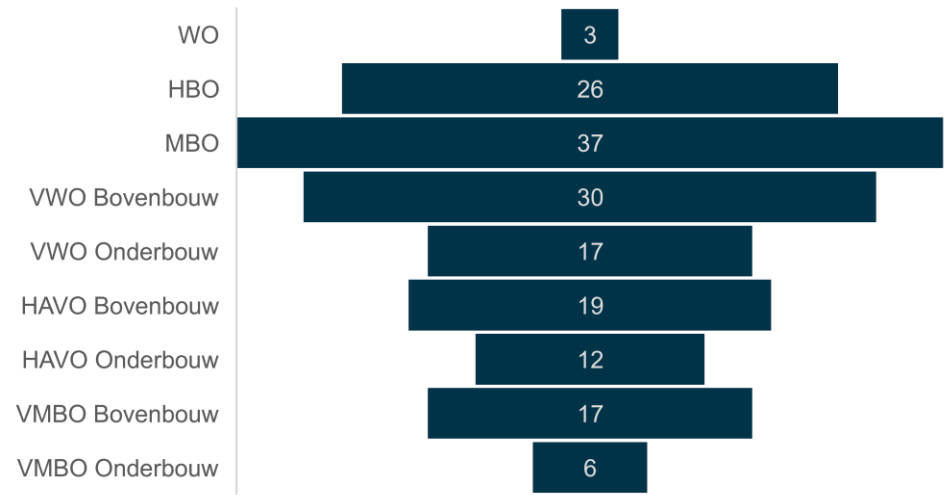
Leeftijd Respondenten



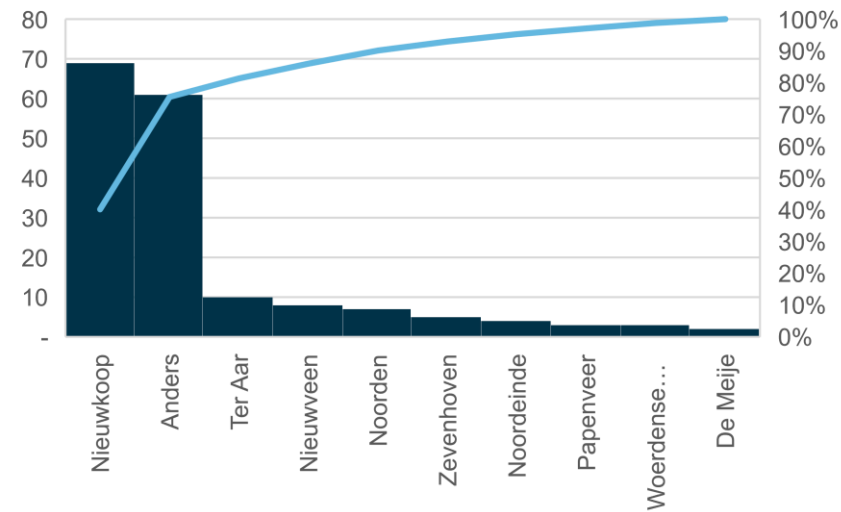
Statistiek Respondenten

Statistiek Enquête

Opleidingsniveau Respondenten



Woonplaats Respondenten



Kwantificaties Enquête

Hoe wil je gaan sporten (niet sporters)	
Fitness	17
Vrijblijvende wisselende sporten	4
Voetbal	1
zelf hardlopen	3
Vrijblijvende	2
Groepsverband sporten	4
Thaiboks	2
Dansen	1
Thuisporten	1
Basketbal	1
Vereniging	4
Korfbal	1
waterpolo	1
softbal	1
volleybal	1

Hoe zou de gymles volgens jou beter kunnen (Niet sporters)	
Keuzevrijheid	11
Meer motivatie bij de leraar	2
Meer uitdaging	2
Meer niet-normale sporten	3
Meer sport minder spel	1
Vaker buiten	1
Variatie	11
creatiever inplannen	1
Motivatie leerlingen	3
Minder hoge eisen	1

Hoe wil je meer gaan sporten (sporters)	
Vaker in een groepje hardlopen	5
Vaker trainen	23
Nieuwe sport	6
Meer tijd maken voor sport	1
Sportschool	5
Winsurf	3
Meer vrienden bij dezelfde sportschool	1

Hoe zou de gymles volgens jou beter kunnen (sporters)	
Vaker gym	2
Variatie	11
meer keuzevrijheid	10
Meer sport minder spel	4
Minder voetbal	1
Meer motivatie bij leerlingen	2
Meer belonen op inzet ipv prestatie	3
Meer interesse bij de leraar als er vragen worden gesteld	1
Langer dezelfde sport (minder variatie)	2
Meer theorie achter het sporten	2
Meer letten op niveauverschil	1
Meer spel minder sport	2
Workshops	1

Wat houdt je tegen om te gaan sporten (Niet sporters)	
Geld	9
Begindrempel	9
Tijd	14
Afstand	4
Vaste tijden werken niet voor mij	5
Aanbod	2

Wat houdt je tegen om meer te gaan sporten (sporters)	
Tijd	26
Geld	5
Afstand	3
Welke?	3
geen openbare sportfaciliteiten	3
er zijn geen hardloop groepjes	1
Er zijn geen extra danslessen	2
ik mag niet alleen fietsen	1
ik vind deze hoeveelheid sport goed	1
De situatie bij de zuidplas	2

Wil je nog wat kwijt	
Weinig niveauverschil is vervelend	1
ik wil een ontmoetingsplaats	1
meer geld naar Hockey	2
Te veel kleine clubs, faciliteiten slecht verdeelt	1
Variatie	2
Betere gymzaal nodig in Noorden	1
betere verdeling van financiën	1
Zuidhoek beter maken (opslag en EHBO kit)	1
Meisjes voetbal is niet goed geregeld	1

Wat kan er beter in Nieuwkoop (niet-sporters)	
geld	6
begindempel weghalen	4
variatie	4
afstand	5
Meer reclame vanuit de gemeente	1
Meer vrijblijvend kunnen sporten	4
De tijden veranderen	1

Wat kan er beter in Nieuwkoop (sporters)	
Variatie	4
geld	5
meer samen kunnen sporten	2
meer niveauverschil tussen teams	2
betere verdeling faciliteiten	1
afstand	5
Openbare sportvoorzieningen	5
Betere trainer	2
Trainingsdagen meer verdelen over de week	1
Langere openingstijden	1
Boksschool	1
Vrijblijvender sporten	1
investeren in bestaande faciliteiten (Hockey)	2
investeren in bestaande faciliteiten	2
Meer jeugdteams bij sportief	1
beter faciliteiten Zuidplas	3
Meer sociale activiteiten bij sportclubs	1
Meer aandacht en reclame voor sport	1
Indoorskate park	1
meer trainingen	1

Ashram College



Doelen voor het gesprek met het Ashram College

- Hoe kan vrijblijvend wisselend sporten vormgegeven en aangeboden worden?
- wat zien jongeren precies als begindrempel? -> verder doorvragen
- Hoe kan deze begindrempel volgens de jongeren zelf geminimaliseerd worden?
- Veel jongeren willen vaker trainen (als we vragen hoe ze meer willen sporten) -> willen ze dit op een vast moment? en zijn ze bereid hier langer voor te reizen?
- (als we een windsurfer tegen komen) hoe zit de situatie op de zuidhoek, bij de zuidplas, er precies uit?
- Hoe ziet de gymles er op het Ashram college uit? (zowel aan Milan als aan leerlingen vragen) -> ook de mogelijkheid van meer niet-normale sporten tijdens de gymles uitvragen
- Is er genoeg vraag naar hardloop groepjes als deze per kern worden georganiseerd?

Resultaten vanuit het bezoek aan het Ashram College

We hebben in totaal met ongeveer 40 leerlingen gepraat. Hieruit hebben we de volgende informatie gekregen.

- **Een deel van de niet sporters wil wel vrijblijvend aan teamsport doen.** Ze zijn wel bang dat niemand komt opdagen als het vrijblijvend is
- **Sporters zijn niet heel enthousiast over extra facultatieve trainingen** omdat ze bang zijn dat zij en andere niet komen als het niet verplicht is
- **Een deel vind een overkoepelende selectie niet nodig en een deel wel** -> Nieuwkoopers vinden het niet nodig de leerlingen uit kleinere kernen zijn wel enthousiast. Dit komt omdat SV Nieuwkoop al hoog voetbalt.
- **Meisjes zijn wel enthousiast over een overkoepelend selectieteam** bij vrouwenvoetbal.
- **Overkoepelend, vrijblijvend en georganiseerd sporten is moeilijk houdbaar** in kleine kernen
- **Er zijn wel een paar voetbalveldjes in de gemeente** maar de Jongeren zouden er wel wat meer willen.
- **Jongeren willen graag een skatepark in Nieuwkoop** -> groter dan die in Ter Aar
- **Jongeren zijn enthousiast over maandelijkse sportevenementen** en lijken bereid om die data vrij te houden.
- **Dansen op een hoog niveau is niet mogelijk in Nieuwkoop**
- **Jongeren zijn niet enthousiast over de fusie van de voetbalclubs.**
- **Ze zijn enthousiaster voor een overkoepelende selectie.** Hier zijn ze bereid om verder voor te fietsen.



Gesprek Milan

- 1e en 2e jaars krijgen normaal gymles, ze doen sporten en spelletjes maar het is nog niet heel erg intensief. Voor de rest hebben ze vrij keuze ruimte, hier kunnen ze kiezen uit drama, kunst maar ook sportlife. Als ze dat kiezen gaan ze intensiever naar een sport kijken. Deze verschilt per periode maar is niet open voor keuze. Voorbeelden van sporten zijn Judo, kickboksen, skateboarden en voetbal.
- 3^e en 4^e jaars werken met een credits systeem, dit is een soort sportlife waarbij ze dieper op een sport in kunnen gaan. Ze kunnen dan de sport kiezen die ze willen doen. Hier wordt een selectie van gemaakt en deze selectie wordt dan aangeboden. Ze doen dan een periode lang een sport. Hierbij maken ze gebruik van faciliteiten van verschillende verenigingen zoals het veld van de Hockey club. Milan wist niet of dit in plaats van de gymles kwam of in plaats van het sportlife programma
- 3^e en 3^e jaars die VMBO kader doen kunnen bij gym kiezen uit een vechtsport profiel waarbij ze worden voorbereid op een beveiligingsopleiding.
- Verder organiseren 4^e jaars een sportdag en de school organiseert een sportdag. Hierbij wordt niet samen gewerkt met verenigingen. Hij denkt dat verenigingen dit wel zouden willen.
- Afstand is in Nieuwkoop vaak het grootste probleem, het OV is slecht geregeld
- Als laatste organiseren verenigingen wel overkoepelende toernooien maar deze zijn alleen beschikbaar voor leden van de verenigingen

Deskresearch

- Sportaanbod op verenigingen moet **vrijblijvender** zijn. Dit houdt in dat er facultatieve trainingen zijn die op meerdere niveaus worden gegeven, toegankelijk voor alle leeftijden en geslacht.
- Sportverenigingen en gymlessen moeten samenwerken om **multi-sport trainingen** te organiseren voor hun leden en leerlingen. De gemeente moet hiertoe stimuleren. Bijvoorbeeld, leden van de voetbalclub kunnen 1 keer per maand gebruik maken van de atletiek baan om de faciliteiten daar te gebruiken. Hun sprint- en looptechniek wordt hiermee voor de voetbal ook meteen verbeterd. (achtergrond: jongeren worden steeds op jongeren leeftijd lid bij een sportvereniging, waarmee een risico bestaat dat ze overspecialiseren. Eentonigheid en verlies aan motivatie kan ontstaan, waardoor meer kinderen stoppen met die sport op latere leeftijd. Door de overspecialisatie en het niet bekend zijn met andere sporten, wordt er minder snel overgestapt naar een nieuwe sport waardoor een kind helemaal stopt met sporten.)
Een andere mogelijkheid tot multisport zou kunnen zijn: een abonnement of strippenkaart om op alle sportverenigingen een keer mee te kunnen trainen.
- Gymlessen moeten gevarieerder zijn.
- Leerlingen moeten inspraak hebben in de type sport en oefeningen die voorkomen tijdens de gymles. Dit doet recht aan hun gevoel van autonomie, wat vooral voor jongeren in puberteit heel belangrijk is.
- Gymles moeten bestaan uit 'echte' sporten
- Ouders moeten worden betrokken bij het sportgedrag van hun kind. Facultatieve trainingen voor ouder-kind zorgen dat ouders het goede voorbeeld geven aan hun kinderen en de kinderen het vanzelfsprekender vinden om te sporten

Bevindingen desk research

Desk research naar ontwikkeling kind en sporten

De mate van activiteit van ouders is een sterke voorspeller voor de activiteit van kinderen op dat zelfde moment en zelfs tot 12 jaar later.

<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/101269029603100304>

als kinderen al vroeg lid worden van een sportclub verhoogt dit de kans dat ze op young adulthood ook nog sporten. Ook geldt dat voor jongeren die blijven sporten tijdens hun puberteit, hierbij is leeftijd 13-16 een kritieke periode.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1600-0838.2008.00850.x>

perceived sports competency (voor vrouwen) en cardiovasculaire fitness, buitenspelen en sporten buiten school om en het hebben van een actieve vader (mannen) zijn positieve voorspellers voor het sportgedrag van jongeren in transitie naar volwassenheid (17-23 jaar)

<https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-8-54>

Deze studie laat zien dat ouders, inkomen en sociaal-economische status een belangrijke rol spelen bij het behouden van kinderen bij een georganiseerde sport. Ook gym heeft hier een belangrijke rol in.

<https://link.springer.com/article/10.1186/1479-5868-11-62>

EU onderzoek uitval jongeren

EU onderzoek naar sportuitval onder de jeugd

Onderzoek van de EU naar sportuitval onder jongeren hebben 14 factoren geïdentificeerd die kunnen voorkomen dat jongeren uitvallen bij sport. De dikgedrukte zijn factoren waarvan ik denk dat ze belangrijk zijn voor ons onderzoek en waar we op kunnen inspelen met oplossingen. De deskresearch wat ik deed en mogelijke oplossingen bedenken was toegespitst op deze dikgedrukte factoren.

1. autonomie. Zorg dat de jongere een gevoel van vrijheid krijgt. Geef keuze van eigen acties, gedachten en gevoel bij het sporten. Geef jongeren de mogelijkheid om initiatief te nemen en laat ze zelf de regie nemen en zichzelf organiseren.

2. Waargenomen competentie/zelfwerkzaamheid. Elke jongere wil vertrouwen hebben in zijn vermogen om een uitdagende taak of een van tevoren gesteld doel te bereiken. Jongeren willen zelfvertrouwen hebben in het onder de knie krijgen van specifieke vaardigheden of in het beheersen van een uitdagende situatie die ze ten uitvoering brengen.

3. Verwantschap. Elke jongere wil het gevoel hebben dat hij is opgenomen in het team of onderdeel is van de club. Jongeren moeten zelf en met anderen een gevoel van warmte, genegenheid, veiligheid en acceptatie voelen.

4. (Taak)klimaat. Elke jongere wil positieve aanmoediging en waardering krijgen vanuit de omgeving wanneer hij hard werkt, vooruitgang in ontwikkeling laat zien, leert door samenwerking en erin gelooft dat ieders bijdrage belangrijk is.

5. Tijd/doel-conflict. Elke jongere wil zijn tijd zo kunnen organiseren dat het mogelijk is om te blijven sporten en bewegen. Sportaanbieders kunnen het beste activiteiten aanbieden op geschikte, flexibele en toegankelijke tijdstippen voor jongeren, zodat ze kunnen blijven deelnemen. Clubs kunnen hierbij zo veel mogelijk rekening houden met de verschillende niveaus van de sportbeoefening van de jongeren (recreatief, gevorderd en selectie).

6. **Kosten.** Elke jongere moet in staat zijn om de kosten te betalen om betrokken te blijven en mee te kunnen doen aan sport. Sportaanbieders moeten de kosten voor deelname laag houden, zodat dit geen belemmering is voor jongeren om te bewegen.

8. Verwachtingen. Elke jongere wil weten en begrijpen wat hij kan verwachten van de club als hij lid is. Het gaat om duidelijke verwachtingen op lichamelijk, sociaal en mentaal vlak. Van sportclubs kun je verwachten dat ze rekening houden met het verschil in verwachtingen van jongeren afhankelijk van leeftijd, geslacht en sociaaleconomische status. Kom jongeren daarin zo veel mogelijk tegemoet.

9. Relatie trainer-jongere. Elke jongere wil een effectieve relatie hebben met de trainer en/of coach. Een effectieve relatie omvat basisingrediënten zoals empathisch vermogen, eerlijkheid, ondersteuning, het leuk vinden, aardig zijn, acceptatie, reactief zijn, samenwerken, zorgzaamheid, respect en positief inzicht.

10. Peer-betrokkenheid. Elke jongere wil samen met vrienden de sport kunnen beoefenen. Jongeren moeten door andere spelers aangemoedigd worden en vice versa. Jongeren willen niet gepest worden of een vervelend gevoel krijgen als ze deelnemen. Sportaanbieders moeten om die reden mogelijkheden aanbieden waarin jongeren interactie hebben met elkaar en vrienden kunnen maken. Dit kan formeel (georganiseerd, gepland en geëvalueerd) en informeel (niet gepland).

- 11. Ouder-autonomie support.** Elke ouder/verzorger zou zijn kind moeten aanmoedigen om aan sport en bewegen te doen. Ouders en verzorgers zouden moeten ondersteunen (transport, materiaal, etc.) als dit mogelijk is, zodat hun kind mee kan doen. Clubs kunnen ouders tegemoetkomen door toegankelijk te zijn; door het beoefenen van de sport niet te duur te maken en aantrekkelijk te zijn voor gezinnen.
- 12. Preventief beleid.** Elke club zou beleid moeten hebben tegen uitval van jongeren gebaseerd op de factoren die dit veroorzaken. Een club zou drop-out van jongeren moeten willen voorkomen. Jongeren kunnen ambassadeurs zijn voor deelname en voortdurend betrokken kunnen worden bij de club.
- 13. Toegankelijkheid.** De sportaccommodatie moet veilig en gunstig gelegen zijn, zodat iedere jongere deze kan bereiken en zich er veilig en geaccepteerd voelt.
- 14. Type sport of aanbod.** Elke jongere wil een sport kunnen beoefenen die hij leuk vindt en deze sport op zijn niveau (recreatief of competitief) kunnen beoefenen, waar hij zich het prettigste bij voelt. Dat betekent inzetten op combinaties van sporten, een naschools sportaanbod of een innovatief aanbod. Daarnaast houden jongeren van nieuwe activiteiten, trends en ontwikkelingen.

Contributies in de gemeente

Overzicht enkele contributie veranderingen

Vereniging	Tarief 1	Tarief 2 15-18	Tarief 3 17/18+	Overig
HC Nieuwkoop	219	219	274	
Altior	108	122	175	
SV Nieuwkoop	150	180	234	
Waterlanders	125	125	232	
Badminton Vereniging Nieuwveen	90	90	120	
Aardamse Basketbal club	167	190	216	
Sportvereniging Kwiek	102	102	112	Selectie: 193
Lawn Tennis Vereniging Zevenhoven	164	164	184	
Tennis Vereniging Ter Aar	140, inclusief training	140, inclusief training	140, exclusief training	
Roeivereniging de Meije	?	?	267	

Overig desk research

Overige bevindingen desk research

Meer groen, openbare speelplekken en belangrijke rol voor ruimtelijke ordening is weggelgd.

<https://www.allesoversport.nl/artikel/investeer-in-groen-voor-jeugd/>

oplossing: multisport. Ook overspecialisatie leidt tot veel utival. Recreatief trainen buiten de reguliere trainingen om

<https://www.allesoversport.nl/artikel/voorkom-uitval-van-jongeren-in-de-sport-door-een-gevarieerd-sportaanbod/>

<https://www.allesoversport.nl/artikel/voorkom-uitval-van-jongeren-in-de-sport-door-een-gevarieerd-sportaanbod/>

<https://www.allesoversport.nl/artikel/multisport-biedt-kansen-voor-jonge-sporters/>

om jongeren op de middelbare school actief te houden en hun enthousiasme te vergroten, moeten ze worden betrokken bij het inrichten van de gymlessen op school.

<https://www.allesoversport.nl/artikel/stimuleren-actieve-leefstijl-in-beweegonderwijs-doe-je-samen/>

Oplossingen

Door het invoeren van een strippenkaart raken meer jongeren bekend met nieuwe sporten en wordt de begindrempel weggenomen

De strippenkaart als oplossing om jongeren (meer) te laten sporten



De **strippenkaart** is er op gericht om jongeren op een **laagdrempelige** manier bekend te maken met nieuwe sporten. Er zullen twee vormen van deze strippenkaart worden ontwikkeld, welke goed op elkaar aansluiten zowel in doel als in tijd. Voor deze beiden kaarten geldt dat het **belangrijk is dat school, sportverenigingen en -aanbieders en de gemeente samenwerken** om dit te laten slagen. De gemeente heeft een coördinerende rol om deze samenwerking soepel te laten verlopen en alle activiteiten op elkaar aan te laten sluiten.



Strippenkaart 1

6 weken elke week andere sport

Vaste volgorde sporten, vast moment in de week training

Vindt plaats voor Strippenkaart 2



Strippenkaart 2

6 weken dezelfde sport

Vast moment in de week training

Vindt plaats voor inschrijving bij verenigingen



Bij de niet-sporters geldt dat zij vaak een **sterke begindrempel** ervaren. De **laagdrempeligheid** van de strippenkaarten is gericht op minder onzekerheid over sportiviteit, kennis maken met mensen op de verenigingen, mensen leren kennen via het sporten en Niet vast zitten aan contributie. Ook sporters die verveeld raken met de sport die ze doen, kunnen hierdoor makkelijker doorstromen naar een nieuwe sport, waarmee de uitstroom van sportende jongeren wordt opgevangen. Jongeren geven aan dat tijd een belangrijke drempel is hierdoor lijkt een vast moment in de week ons het beste



Doelgroep

Niet-sporters die willen beginnen met sport en sporters die willen overstappen



Samenwerking

Gemeente, verenigingen en school



Belangrijk
Verenigingen benaderen

Door het invoeren van een strippenkaart raken meer jongeren bekend met nieuwe sporten en wordt de begindrempel weggenomen

De strippenkaart als oplossing om jongeren (meer) te laten sporten

Belangrijke punten

- Bij strippenkaart nummer 1 is het belangrijk dat er elke week een andere sport wordt geprobeerd. Om de verenigingen niet te veel te belasten gebeurt dit in een vaste volgorde, jongeren kunnen dus niet kiezen. Om de angst dat niemand op komt dagen te minimaliseren en om te zorgen dat jongeren er rekening mee kunnen houden in hun planning zijn de trainingen op een vaste dag in de week.
- Bij strippenkaart nummer 2 is het belangrijk dat de jongeren vanaf een beginnersniveau kennis maken met de sport en de techniek. Ons idee is een soort stoomcursus waardoor ze daarna mee kunnen draaien met de trainingen van de jongeren die de sport al langer doen zonder dat ze heel onzeker zijn over hun eigen vaardigheden. Het lijkt ons bij minder gangbare sporten handig als er ook aandacht wordt besteed aan de regels van de sport.
- Het is belangrijk dat ook minder gangbare sporten deel zijn van het programma omdat dit de sporten zijn die ze zelf nog niet goed kennen en omdat dit de sporten zijn waar niet-sporters geïnteresseerd in zijn
- Het is belangrijk dat de twee verschillende strippenkaarten goed op elkaar aansluiten en dat ze beide plaatsvinden voor de inschrijfdeadlines van alle betrokken verenigingen
- De prijs voor jongeren moet niet te hoog zijn maar de verenigingen moeten ook geen extra kosten maken aan de strippenkaart. Ook moet er gedacht worden aan materiaal waar jongeren indien nodig gebruik moeten maken.

Marketing van de strippenkaart

- De strippenkaart kan geadverteerd worden via Instagram. Als de nieuwe Instagram pagina van de gemeente nog niet volledig van de grond is gekomen raden wij aan om gebruik te maken van betaalde advertenties.*
- De school speelt geen directe rol bij de strippenkaart. Wij raden echter wel aan om gebruik te maken van de school en de gymles om jongeren te informeren over de strippenkaart en de strippenkaart hier te koop aan te bieden. Dit kan een belangrijke factor zijn in het succes van de strippenkaarten.

Door meer samenwerking tussen de kernen wordt het schaalnadeel van de individuele kernen weggenomen en kunnen de jongeren beter worden voorzien in hun sportbehoefte

Samenwerking tussen kernen



Een extra facultatieve training op een **vast moment in de week**. Inschrijving gaat via de eigen vereniging, waarna opkomst verwacht wordt. Bij laag animo per vereniging is een samenwerking van 4 kernen het meest geschikt. Bij geen mogelijkheid tot samenwerking met een andere vereniging raden wij een training aan geschikt voor verschillende leeftijden en niveaus, bijvoorbeeld een techniek training

Een open overkoepelend sportevenement geeft niet-sporters de mogelijkheid om sporters en sport op een laagdrempelige manier te leren kennen. Ons idee hiervoor zijn de Nieuwkoopspelen; dit is een toernooi met verschillende onderdelen waar jongeren zich in teams voor kunnen opgeven. Het toernooi zal zich over de hele gemeente afspelen op de faciliteiten van de verenigingen. Wij vragen in onze adviezen al veel van de verenigingen dus dit het kan verstandig zijn om hier nog even mee te wachten



Uit onze enquête bleek dat van de sporters die meer willen sporten 52% vaker wilt trainen met de sport die ze al doen. Aan de andere kant gaven ze aan dat tijd hun grootste drempel is. In de interviews met de jongeren op het Ashram College kwam naar voren dat een **geheel facultatieve training niet ideaal** is omdat ze zonder verplichting hun motivatie verliezen. Daarom raden wij een extra facultatieve training aan waar je na de inschrijving aan vast zit. Voor de rest verlaagt een overkoepelend sportevenement de begindrempel



Doelgroep
Niet-sporters en sporters die vaker willen sporten



Samenwerking
Gemeente, verenigingen



Belangrijk
Verenigingen benaderen en een plan maken voor het evenement

Door meer in openbare sportfaciliteiten te voorzien neemt Gemeente Nieuwkoop de financiële drempel weg

Samenwerking tussen de kernen

Belangrijke punten

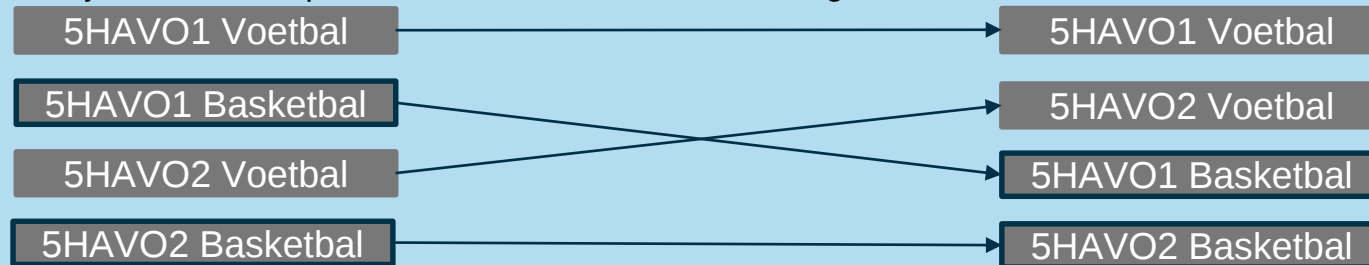
- Het grootste deel van de sportende jongeren gaf aan dat ze vaker wilde trainen bij de sport die ze nu al beoefenen. Een geheel vrijblijvende training sprak ze niet aan omdat ze bang waren dat zij zelf en andere leeftijdsgenoten niet zouden komen opdagen. Hierdoor kwamen wij met het plan om ze de mogelijkheid te geven om zich één keer in de maand op te geven voor een wekelijkse facultatieve training. Na de inschrijving is de training verplicht. Verder was tijd een belangrijke drempel voor jongeren. Hierdoor nemen wij aan dat er op een vereniging niet genoeg mensen per leeftijdsklasse zijn om een extra training mee uit te voeren. Hierdoor kwamen wij met het idee van een overkoepelende training waarbij 3 of 4 verenigingen samenwerken. Wij raden aan dat de gemeente een informerende, bemiddelende en coördinerende rol speelt bij het implementeren van de facultatieve training en de eerste stap zet in het in contact brengen van de verenigingen
- Verder hadden wij het idee van een kern overkoepelende sportevenementen die open staan voor zowel sportende als niet-sportende jongeren. Wij hebben een voorbeeld bedacht genaamd 'de Nieuwkoop spelen'. Hierin nemen jongeren het tegen elkaar op in teams die zij zelf mogen samenstellen. Jongeren doen verschillende sporten tegen elkaar. Hierdoor leren niet-sporters zowel sportende leeftijdsgenoten en verschillende sporten kennen. Het evenement zal dan moeten plaatsvinden op verschillende locaties om gebruik te maken van verschillende faciliteiten. De opzet van zo'n evenement is veel werk en het kan ook belastend zijn voor verenigingen omdat er gebruik wordt gemaakt van hun faciliteiten. Hierdoor lijkt dit plan ons haalbaarder op de lange termijn, wanneer de onderlinge contacten tussen verenigingen al wat versterkt zijn. De gemeente neemt de centrale organisatie op zich maar kan samenwerken met de verenigingen.
- Als laatste kunnen er overkoepelende selectieteams ingevoerd worden. Tijdens onze interviews op het Ashram College kwamen wij erachter dat SV Nieuwkoop al erg hoog speelt en dat hier dus in de omgeving van het dorp Nieuwkoop dus niet zo veel vraag naar is. De leerlingen die in kleinere kernen wonen waren echter wel enthousiast over dit idee. Wij raden aan dat zo'n overkoepelend selectieteam wedstrijden en trainingen heeft op een voor die kernen centraal gelegen club. In de enquête kwam ook naar voren dat het vrouwenvoetbal veel slechter geregeld is. Daarom lijkt het ons een goed idee om een overkoepelend selectie team voor de vrouwen in te voeren in de gemeente zodat zij ook de mogelijkheid hebben om op een hoger niveau te spelen. Wij raden aan dat de gemeente een informerende, bemiddelende en coördinerende rol speelt hierin.

Door jongeren te laten mee-bepalen kan de gymles beter aansluiten bij hun behoeften

Keuzemogelijkheid als middel om gym beter passend bij behoeften te maken



Verbeterde gymles De gemeente en school moeten samen de opzet van de gymles aanpassen zodat deze beter aansluit bij de sportbehoeften van de jongeren. **In de nieuwe vorm van de gymles worden de klassen van gym gevormd op basis van de sportkeuze.** Hiermee wordt “meeste stemmen gelden voorkomen”. Verder blijft er via het beperken van keuzes ruimte tot sturing.



Jongeren geven aan dat de gymles niet aansluit bij wat ze willen doen. Deze aanpassing van de gymles geeft de jongeren meer zeggenschap over welke sport zij doen. Belangrijk hierbij is dat de er meer gesport wordt en minder spelvormen gedaan worden. Essentieel is verder dat de jongeren een mate van keuzevrijheid hebben in welke sport zij tijdens de gymles doen.



Doelgroep
Niet-sporters en
sporters



Samenwerking
Gemeente, school



Belangrijk
Coördinatie tussen
gymdocenten en
hulp van gemeente

Door jongeren te laten mee-bepalen kan de gymles beter aansluiten bij hun behoeften

Keuzemogelijkheid als middel om gym beter passend bij behoeften te maken

Belangrijke punten

- Als basis van de gymles hebben wij de resultaten van ons interview met Milan gebruikt*
- In het 1e en het 2e jaar tijdens de algemene gymles meer focussen op echte sporten en minder op spelletjes. Hierbij raden wij aan om twee verschillende sporten aan te bieden tijdens de gymles waar de leerlingen uit kunnen kiezen. Als het nodig is kan de gymles vanaf nu aan meerdere klassen tegelijkertijd worden gegeven. Om niet een leraar onredelijk te belasten is de aanbeveling om de lessen gezamenlijk voor te bereiden en te geven. Om te voorkomen dat “de meeste stemmen gelden” leidend wordt kan een beperking worden opgelegd aan de keuzemogelijkheden voor een gezamenlijke les. Indien rooster technisch mogelijk hebben voortaan minimaal 2 klassen tegelijk gym. De verdeling over de locaties gebeurt niet meer op basis van de klas, maar op basis van de gekozen sport.
- In het 3e en het 4e jaar was er nog wat onduidelijkheid over de organisatie van de gymles. Wij en Milan wisten niet zeker of het credits systeem in de plaats komt van de algemene gymles of in de plaats komt van het sportlife programma. Hierom hebben wij twee casussen uitgewerkt. Als het credit systeem in de plaats komt voor de gymles kan er een optie toe worden gevoegd waarbij je een periode lang een aantal sporten doet i.p.v. één sport. Als het in de plaats komt van het sportlife programma zouden wij aanraden dezelfde veranderingen van de 1e en 2e klas door te voeren bij de 3e en 4e jaars. Bij deze leeftijdsgroep, en dan vooral bij de leerlingen die voor sportlife gekozen hebben, zouden we de veranderde gymles wel combineren met theorie over bewegen, (zelf) krachttraining en gezonde voeding.
- Voor de rest zouden we bij de sportdagen zo veel mogelijk de verenigingen erbij betrekken, dit is een goed moment waarbij jongeren ‘verplicht’ kennis maken met verschillende sporten. Hierdoor kunnen niet-sporters ook kennis maken met de verenigingen en eventueel mensen die al bij de verenigingen zitten. Dit kan de begin drempel kleiner maken.

Door meer in openbare sportfaciliteiten te voorzien neemt Gemeente Nieuwkoop de financiële drempel weg

Openbare faciliteiten



Openbare sportfaciliteiten

1. Openbare fitness apparaten in clusters langs populaire hardlooppaden plaatsen
2. Borden met extra oefeningen langs hardlooppaden plaatsen
3. Een groot en uitdagend skatepark aanleggen in Nieuwkoop
4. Meer openbare voetbal en basketbal kooien plaatsen



Uit onze enquête en uit onze interviews op het Ashram college kwam vooral naar voren dat niet-sporters zelf krachtraining willen gaan doen. Uit onze enquête kwam naar voren dat voor niet-sporters **geld een belangrijke drempel** is. Openbare fitness apparaten zijn hiervoor een goede oplossing. Uit onze interviews op het Ashram college kwam naar voren dat de skaters behoefte hebben aan een groter skatepark op een centrale plek. Uit ons bezoek aan Nieuwkoop kwam ook naar voren dat de jongeren behoefte hebben aan basketbal en voetbalkooien



Doelgroep

Niet-sporters die willen fitnesssen, sporters en skaters



Betrokkenen
Gemeente



Wat te doen

Aanbieders benaderen voor openbare faciliteiten

Door meer in openbare sportfaciliteiten te voorzien neemt Gemeente Nieuwkoop de financiële drempel weg

Samenwerking tussen de kernen

Belangrijke punten

- Wij raden aan om een groter en uitdagender skatepark aan te leggen, anders dan de ene die er al in Ter Aar ligt. Omdat een skatepark duur is raden wij er maar één aan in de hele gemeente. De skatebaan moet makkelijkere en moeilikere onderdelen bevatten, zodat de baan uitnodigend is voor beginners en uitdagend genoeg voor de ervaren skaters. Deze kan iets aan de rand van Nieuwkoop worden geplaatst, omdat deze wat meer ruimte zal innemen. Wij raden ook een bankje aan zodat ouders op hun jonge kinderen kunnen letten. Indien mogelijk kan dit skatepark overdekt kunnen worden zodat het ook in de winter wordt gebruikt. Als dit niet mogelijk kan dit het ook buiten, dit komt in steden vaak voor.
- Wij raden langs populaire wandelroutes, instructiebordjes met oefeningen aan. Dit zijn simpele oefeningen die zowel met tekst, als grafisch duidelijk worden uitgelegd. De oefeningen moeten dus vooral simpel zijn om ook de beginnening aan het sporten te krijgen. Uiteindelijk zal de wandel/hardloop route meerdere bordjes bevatten, die samen uitkomen op een lichte work-out. Hierdoor worden hardlopers meer uitgedaagd.
- Wij raden openbare fitness apparatuur aan op populairdere plekken net buiten een drop, zoals een parkje. Hierdoor kunnen mensen zonder abonnement toch sporten. Voor deze beiden vormen geldt ook dat het zien sporten van anderen mensen het aanstekelijk en ook gewoon maakt om actief bezig te zijn. Ook hier staan instructiebordjes bij die aangeven hoe het apparaat gebruikt moet worden. De apparaten en oefeningen die op de bordjes staan moeten te begrijpen zijn voor iedere beginnening, en kunnen indien mogelijk worden aangevuld met moeilikere oefeningen voor de ervaren sporter. De openbare fitness apparaten sluiten aan bij de fitness wensen van niet-sporters en de daar aan verwante geld drempel
- In onze enquête kwamen een aantal vragen naar boven voor meer openbare voetbal/basketbal kooitjes. Wij hebben niet meer de tijd gehad om dit verder te onderzoeken. Wij raden aan om in het onderzoek wat nog door de afdeling ruimte wordt gedaan te kijken of het vooral gaat om een wens naar meer faciliteiten of een wens naar betere of verbeterde faciliteiten. Het lijkt er namelijk op dat er al veel faciliteiten zijn, uit de gegevens die we van de gemeente gekregen hebben. Het is dus belangrijk te onderscheiden of er *te weinig* faciliteiten zijn, of dat jongeren deze faciliteiten niet weten te vinden, of verouderd vinden.

Andere mogelijke oplossingen

- **Beter verlichte fietspaden.** Uit interviews en de enquête kwam naar voren dat jongeren of hun ouders het als een drempel ervaren om grote stukken door het donker te moeten fietsen. Dit geldt vooral voor de stukken van en naar de kleinere kernen.
- **Sport-verbindingen voor de kleinere dorpen.** Afstand en tijd waren grote drempels en de bereidheid om te reizen was vrij laag. Door betere OV-verbindingen van en naar de kleinere dorpen kunnen sportfaciliteiten makkelijker bereikt worden. Dit zou ook kunnen in de vorm van een lijnbus op bestelling, sporttaxi of sportshuttle..
- **Ruilmoment of platform voor sportmateriaal.** Geld is een veelgenoemde drempel. Tenue's en ander materiaal wat nodig is voor bepaalde sporten dragen al gauw bij aan hogere kosten bij het sporten.
- **Materiaal van de club.** Materiaal wat tijdens wedstrijden/trainingen geleend kan worden van de club, om kosten te drukken onder de leden. Bijvoorbeeld hockeysticks: jongere kinderen groeien hier erg snel uit, een gezamenlijke voorraad hockeysticks kan voorkomen dat ouders vaak nieuw materiaal moeten kopen.
- **Trainingsteams.** Teams die alleen samen trainen en geen wedstrijden spelen. Draagt bij aan de laagdrempeligheid die veel jongeren graag willen en kan helpen de begindrempel van jongeren die net starten met die sport weg te nemen.
- **Kinderen huiswerk laten maken/studiehulp op de clubs.** Afstanden zijn vrij groot in de gemeente Nieuwkoop, waardoor een ritje op en neer naar huis al gauw wat tijd kost. Daarbij ontstaan er vaak 'verloren' uren als iemand maar 3 kwartier thuis is en dan al weer naar de training moet. Tijd en afstand werden beide vaak als drempel genoemd, en deze kunnen (deels) opgeheven worden door een huiswerk-lokaaltje op de sportclub te organiseren, waar gestudeerd kan worden tot dat de training begint. Jongeren kunnen dan van school in één keer door naar het sporten, zonder tussendoor naar huis te moeten. Wordt ook in andere kleinere, en wijdverspreide gemeenten gedaan.
- **Neem-je-vrienden-meetraining.** Jongeren mogen af en toe een vriend/vriendin meenemen naar de training.
- **Subsidies herzien/verhogen.** Geld was een veelgenoemde drempel, wellicht kan deze deels weggenomen worden.
- **Woensdagmiddag = sportmiddag.** Overal waar je wilt op woensdagmiddag vrij sporten.
- **Samen delen samen spelen contributie.** Broers en zussen of huisgenoten kunnen een sportabonnement delen in het geval ze er los van elkaar maar weinig gebruik van zouden maken. Ze betalen als het ware beiden voor een half abonnement.
- **Faciliteiten beter spreiden over gemeente Nieuwkoop.** In de kleinere dorpen zijn een stuk minder sportvoorzieningen dan in dorp Nieuwkoop. Dit zorgt voor een lage bereikbaarheid voor de inwoners van de kleinere kernen.
- **Korting op sportschool bij clublidmaatschap.** We zagen veel jongeren die dit willen combineren, maar veel geld vinden kosten.
- **Vast laag tarief bij sportverenigingen voor jongeren t/m 21 jaar.** Contributie gaat namelijk vaak omhoog na 18 jaar.

Sociale Media

Uitwerking Sociale Media

Sociale Media

Het is wenselijk om ten minste 1 instagram post per week te plaatsen, bijvoorbeeld:

- Informatie over de verenigingen en faciliteiten. Verenigingen kunnen zelf kiezen of ze de post in een vorm van een tekst (met foto erbij) of in de vorm van een 'rondleidingsfilmpje' vormgeven. Allereerst wordt er aan de vereniging gevraagd of zij de post willen maken en in welke vorm ze dat willen. Wil de vereniging dit, maar is zij zelf niet in staat deze post maken, zal een medewerker van de gemeente Nieuwkoop die verantwoordelijk is voor de content van het instagram-account deze post maken. Deze medewerker legt ook het contact met de verenigingen en stimuleert verenigingen om mee te doen met deze Instagram.
- Informatie over sporten, voeding en gezondheid. Deze post zal meestal bestaan uit tekst of foto's met uitleg (zoals een serie foto's waarin een bepaalde sportoefening wordt uitgebeeld). Soms zal er algemene informatie op komen te staan, soms zal er een expert aan het woord zijn. Dit kan iemand zijn als de gymdocent, een trainer, een diëtist etc. Informatie die wordt gegeven door deze experts kan online komen in de vorm van een filmpje (een mini-interview of uitleg). De medewerker van de gemeente zal ook hierin het contact leggen en onderhouden en de eindverantwoordelijke zijn van deze post.
- Mini-vlogs of foto's + tekst over sporters waarom zij sporten. Wij raden aan om ervoor te zorgen dat ook mensen die zelf sporten aan het woord komen omdat verenigingsleden al via ons eerste punt aan bod komen.
- Polls om inzicht te krijgen in wat jongeren vinden. 1x per maand wordt er een (simpele) poll gepost met een vraag wat betreft sport/voeding/gezondheid. Dit kan makkelijk in "het verhaal" van het Instagram account. Ook hier is weer diezelfde medewerker verantwoordelijk.
- Een 'instagram takeover' is ook erg leuk om te doen. Ga bijvoorbeeld op een zaterdag langs bij één van de vele sportverenigingen die dan wedstrijden hebben, om foto's en filmpjes in het verhaal te plaatsen. Zo enthousiasmeer je de jeugd en betrek je ze bij deze instagram pagina.
- Onderschat het effect van dit medium niet, het is een makkelijke, goedkope en vooral leuke manier om jongeren bij sporten (en bij de gemeente) te betrekken.
- **Inzendingen, vragen of suggesties moeten ten alle tijden worden gestimuleerd**

Uitwerking Sociale Media

Sociale Media

Manieren om aan volgers te komen

- Facebook/instagram reclames. Deze zullen er voor zorgen dat ook niet-sporters worden bereikt met het instagram account.
- Nieuwsbrieven van sportverenigingen, hierin wordt standaard het instagram account genoemd en gepromoot om te volgen. Ook kunnen verenigingen via deze manier vragen of er leden zijn die geïnteresseerd zijn in het meewerken aan de content.
- QR code ophangen op verenigingen en op school.
- Gymdocenten/sportcoaches wijzen op de toegevoegd waarde van dit account.

Algemeen

Er moet één persoon van de gemeente eindverantwoordelijke zijn voor dit account. Deze medewerker legt en onderhoudt alle contacten met verenigingen, experts, zelf-sporters etc. die nodig zijn bij het maken van de content. Ook moet de informatie die er op staat er aantrekkelijk en professioneel er uit zien, een vrolijke en laagdrempelige insteek hebben en handige informatie bevatten.

Wij snappen dat het onderhouden van zo'n Instagram account uren, expertise en daarom geld kan kosten. Daarom **raden wij aan om hiervoor een stagiair te nemen**, die deze expertise heeft en dicht bij de doelgroep staat.