

Plan van aanpak Jeugdsport en talentontwikkeling

De Najaarsbrief Sport en Bewegen 2024 benoemt een aantal prioriteiten voor het sport- en beweegbeleid van de komende jaren. Eén daarvan is om de jeugd meer te laten sporten en bewegen. Specifiek, een belangrijke doelstelling is om het aandeel kinderen (4 t/m 11 jaar) en jongeren (12 t/m 17 jaar) dat voldoet aan de beweegrichtlijn te verhogen met respectievelijk 5% en 10%. Tot dusver waren de afspraken in Sportakkoord II vooral gericht op het verbeteren van de motoriek en bevorderen van plezier onder de jeugd. Maar om de doelstellingen te behalen presenteren wij als Partners van Sportakkoord II een gezamenlijk Plan van aanpak rondom jeugdsport en talentontwikkeling. Dit plan is gericht op het stimuleren van 'beweegwijsheid', als een manier om meer kinderen en jongeren te stimuleren meer te bewegen.

Welk probleem lossen we op?

Kinderen en jongeren bewegen in hun jeugd te weinig en dat halen ze op latere leeftijd niet meer in. Slechts 62 procent van de kinderen (4 t/m 11 jaar) voldoet aan de beweegrichtlijn en onder jongeren (12 t/m 17 jaar) is dit nog minder: 42 procent. Daarmee profiteert een te grote groep niet van de voordelen van regelmatig sport en bewegen. Naast het gemis van de voordelen in hun schooltijd voorspelt een inactieve kindertijd bovendien een leven lang (te) beperkt sport- en beweeggedrag. Dat zien we terug in de cijfers: minder dan de helft van de volwassenen (18 t/m 64 jaar) beweegt voldoende (47%). Onder 65-plussers is dit zelfs 39 procent. Bovendien is nog altijd sprake van een grote kloof in beweeggedrag tussen verschillende sociale groepen. Zo sporten en bewegen mensen met een handicap, lager inkomen, lagere opleiding en een migratieachtergrond minder. We zetten nu in op onze jongste generaties om iedereen een leven lang de voordelen van sport en bewegen te bieden. Simpelweg het ondersteunen van aanbod of aanmoedigen van deelname is niet genoeg. We willen de jeugd beweegwijs maken, voor de rest van hun leven.

Wat is beweegwijsheid en waarom werken we hier aan?

Beweegwijsheid is een begrip dat beschrijft of iemand nu en onder veranderende omstandigheden passend sport- en beweeggedrag vertoont. Het is een vertaling van het internationaal gehanteerde *physical literacy*. Meer specifiek is het begrip beweegwijsheid een bundeling van vier componenten die van belang zijn om aan te leren als het gaat om sporten en bewegen. Dit zijn:

- **Kunnen**
In staat zijn te bewegen – motorische vaardigheden en andere fysieke mogelijkheden, bijvoorbeeld kracht, uithoudingsvermogen, lenigheid (fysiek).
- **Willen**
Zelfvertrouwen hebben in eigen bewegen en sporten, motivatie ontwikkelen, leren omgaan met uitdagingen en teleurstellingen (psychologisch).
- **Verhouden**
Zich weten te verhouden tot anderen tijdens het bewegen en sporten, samen bewegen beleven, omgaan met verschillende niveaus en/of vormen van deelname aan beweeg- en sportactiviteiten (sociaal).
- **Weten**
Weten welke vorm van bewegen en sport bij je past, omgaan met veranderende omstandigheden/contexten, kennis over (spel)regels (cognitief).

Deze vier componenten van beweegwijsheid zijn noodzakelijk voor het leggen van een goed sport- en beweegfundament waarmee kinderen in hun jeugd, maar ook op latere leeftijd voldoende kunnen

sporten en bewegen. Belangrijk is dat beweegwijsheid niet vanzelf komt aanwaaien als je sport of beweegt. Daarvoor moeten bovenstaande componenten een plek hebben om tot een effectieve aanpak te komen. Wij, de partners van het Sportakkoord II (NOC*NSF, POS, VSG en het Ministerie van VWS), richten ons in dit plan voornamelijk op de vier contexten waar kinderen en jongeren het meest te vinden zijn, en dus het meest bij (kunnen) dragen aan het ontwikkelen van een beweegwijze generatie. Het gaat om:

- Sport
- Schoolomgeving
- Openbare ruimte
- Thuisomgeving



Bron: Mulier Instituut, A. Singh (2025).

We kijken vanuit een holistisch perspectief naar de ontwikkeling van de jeugd en hebben het langetermijneffect voor ogen. Door deze manier van denken rondom scholen, bij diverse sportaanbieders, thuis en in de wijk toe te passen, doen we iets anders dan in de voorgaande decennia. En met de ambitie om dit concept voor een hele sector neer te zetten, verwachten we effectiever in onze aanpak te zijn. Bovendien gaan we sociale bewegongelijkheid tegen door in te zetten op de jongste generaties.

Met voorliggend plan zorgen we als partners van het Sportakkoord en de kennisinstituten in afstemming met het Ministerie van OCW voor de verbinding tussen deze contexten. Door deze verbinding tot stand te brengen is de boodschap over sport en bewegen voor de jeugd overal gelijk.

Beweegwijsheid en sport- en beweegdeelname: Jong geleerd is oud gedaan

In recent onderzoek (Carl et al., 2022) is aangetoond dat sportinterventies die zich richten op alle componenten van beweegwijsheid een blijvend positief effect hebben op de hoeveelheid bewegen. Inzet op een beweegwijze jeugd betaalt zich op langere termijn uit in een actieve generatie van volwassenen. Nu investeren in het beweegwijs maken van de jeugd, werpt dus niet alleen op korte termijn vruchten af, maar ook op de langere termijn.

Beweegwijsheid en talentontwikkeling: Zo veel mogelijk, zo lang mogelijk, zo beweegwijs mogelijk

Maar we zetten niet alleen in op de hoeveelheid sporten en bewegen in toekomstige generaties. Het sportieve mes snijdt aan twee kanten, want inzetten op beweegwijsheid bevordert ook de

ontwikkeling van de (potentiële) topsporter van de toekomst. De individuele benadering, met aandacht voor blijvende motivatie, zorgt uiteindelijk dat meer jeugd langer blijft deelnemen aan sport en bewegen. Daarmee vergroten we ook de kans dat hier sporters tussen zitten die een (tussentijdse) loopbaan als topsporter nastreven. Hierdoor zullen uiteindelijk ook meer talentvolle sporters de weg naar Olympisch en Paralympisch succes weten te vinden.

Door het toepassen van het concept van beweegwijsheid in de jonge jaren (basisschoolleeftijd) kunnen kinderen een vorm van bewegen of sporten vinden die past bij wat zij kunnen, willen, snappen en waar ze zich met anderen kunnen verbinden. En ook voor potentiële talentvolle sporters is dat een waardevolle werkwijze. Onderzoek laat zien dat er veel verschillende routes naar de topsport zijn. Vroegtijdig en sportspecifiek trainen tijdens de jeugd is geen noodzaak om later te kunnen strijden voor podiumplaatsen op een mondiaal podium. Ook dit pleit, in lijn met beweegwijsheid, voor een bredere aanloop in de sport. Jonge ambitieuze sporters zouden vooral veel moeten uitproberen om hun voorkeuren en eigen aanleg te ontdekken, om zo de sport te vinden die echt bij hem of haar past. Daarna is voor hen nog ruim voldoende tijd om zich te ontwikkelen richting een talentvolle sporter en uiteindelijk medaillewinnaar. Kortom, hoe groter de kweekvijver van ambitieuze sporters, hoe groter de kans op doorstroom van talentvolle sporters naar de absolute top.

Hoe kan de huidige inzet bijdragen aan beweegwijsheid?

Natuurlijk zetten we ons als partners in het Sportakkoord al jaren in voor jeugdsport en talentontwikkeling. En zonder dat we het expliciet uitgesproken hebben, dragen we daarin bij aan de beweegwijsheid van de nieuwe generatie. Zo staat die inhoud van de componenten *kunnen*, *willen*, *verhouden* en *weten* beschreven in de jeugdsportvisie¹ van NOC*NSF. Ook diverse gemeenten, sportbranches en sportbonden hebben een visie op jeugdsport en talentontwikkeling die verder gaat dan het aanleren van motorische vaardigheden of bevorderen van plezier in sport.

Inzet partners: beweegwijsheid meer en explicieter

Hoewel genoemde voorbeelden een brede inzet op beweegwijsheid suggereren, is op dit moment nog geen sprake van een integrale aanpak. En daarbij wordt zeker niet dezelfde taal gesproken. 'Plezier bevorderen' of 'grenzen verleggen' kunnen op veel wijzen worden geïnterpreteerd. Als partners van Sportakkoord II zullen we dus allereerst de eigen inzet op beweegwijsheid explicieter en beter moeten integreren in de bestaande inzet. Hierbij denken we aan:

- **Scholing kader:** het verhogen van het aantal aantoonbaar bekwame jeugdtrainers/-coaches en opgeleide kadercoaches. Eén jeugdtrainer beïnvloedt gemiddeld tien kinderen per sessie en een kadercoach heeft gemiddeld genomen effect op twintig jeugdtrainers. Iedere kadercoach kan in theorie dus tweehonderd kinderen beïnvloeden en is daarmee een uitgelezen (over)drager van het gedachtegoed van beweegwijsheid. Bij ondernemende sportaanbieders zijn dit vaak beroepskrachten, wat kansen biedt om via het MBO de scholing met betrekking tot beweegwijsheid structureel in te bedden.
- **Kennisontsluiting beweegwijsheid:** het concept 'beweegwijsheid' is nieuw. Daarom is het belangrijk om dit gedachtegoed breder te verspreiden en meer sportorganisaties (zoals gemeenten, sportbonden, sportbranches en sportbedrijven) hiermee bekend te maken. Zodra het gedachtegoed is geaccepteerd en omarmd, is de volgende stap om het te integreren en implementeren in het bestaande beleid.
- **Lerende omgeving:** omdat beweegwijsheid een relatief nieuw concept en gedachtegoed is, zullen de eerste fasen van de implementatie vooral gericht zijn op leren en ontdekken.

¹ NOC*NSF (2022). De reis naar de sportiefste jeugd ter wereld. Jeugdsportplan 2022-2032.

Samen met enkele gemeentes (waar mogelijk regionaal), sportbonden en sportaanbieders maken we plannen van aanpak hoe zij het begrip beweegwijsheid kunnen implementeren. Door deze leerfase serieus te nemen, kunnen we een stevige basis leggen voor de verdere ontwikkeling en implementatie van beweegwijsheid.

- **Passend en veelzijdig aanbod:** het is belangrijk dat er een passende match is tussen de vraag en het sport- en beweegaanbod, waar de vier componenten van beweegwijsheid in terugkomen. Het aanbod (denk hierbij aan spelvormen, spelregels, competitie, etc.) moet aansluiten bij de wensen, behoefte en beweegambitie van de jeugd. In de praktijk betekent dit een continue dialoog met zowel sportverenigingen als ondernemende aanbieders over onder andere de aantrekkelijkheid van aanbod (bijvoorbeeld de spelvorm en opzet), een passende competitieopzet, passende begeleiding en passende locatie.
- **Kweekvijver vergroten:** we richten ons ook op een grote groep sporters die fanatiek en ambitieus zijn. Deze groep ambitieuze sporters bestaat uit jongeren die plezier hebben in (veel) sporten en een sterke drang voelen om zichzelf voortdurend te verbeteren en hun grenzen te verleggen. Wanneer we erin slagen om deze ambitieuze sporters te blijven stimuleren, via de componenten van beweegwijsheid, is de kans groter dat onder hen jongeren zijn met de wil, ambitie en aanleg om later ook de top te kunnen bereiken.
- **Verantwoord herkennen en ontwikkelen van talent:** om de opleiding naar topsport op een veilige en verantwoorde wijze te organiseren, is het nodig de verbinding met breedtesport te verstevigen (voor zowel de doelgroep ambitieuze jeugdsporters als sporters met een handicap). Dat doen we onder andere door begeleiding en ondersteuning die past bij de ambitieuze en talentvolle doelgroep uit te breiden. Dat doen we volgens de principes van beweegwijsheid om zo een gezamenlijke route van 'acht jaar voor het podium'² uit te rollen.

Dit alles doen we tegen de achtergrond van de belangrijkste randvoorwaarde: **toegankelijkheid**. De sociale en economische achtergrond van een kind mag geen effect hebben op de sport- en beweegdeelname. Dit is nu wel het geval. Om alle jeugd te includeren en gelijke kansen te bieden, is het nodig om (ervaren) belemmeringen weg te nemen.

Werken aan beweegwijsheid buiten de sport

De inzet van de partners van het Sportakkoord is vooral gericht op de context *sport*. Maar zoals het model duidelijk laat zien, zijn (voor jeugd) de contexten *schoolomgeving*, *openbare ruimte* en

Beweegwijsheid in het bewegingsonderwijs

Chris van Klompenburg, Gymdocent op het Panora Lyceum in Doetinchem

"Ik wil dat het klassenklimaat in mijn gymlessen veilig is, zodat ook leerlingen die minder goed in sport zijn toch mee durven doen. We geven ook extra gymlessen, een soort bijles. Daarin zie ik leerlingen grenzen verleggen. 'Nu durf ik een koprol te maken', zeggen ze bijvoorbeeld."

Ook probeer ik leerlingen bij te brengen wat het belang is van bewegen. In de vierde klas lopen de leerlingen een hardlooptest met hartslagmeters. Dan bespreken we wat het betekent als je hartslag afwijkt, hoe calorieverbranding werkt en waarom sporten belangrijk is."

Leerlingen weten vaak niet welke sporten er allemaal zijn. Daarom probeer ik op school een zo breed mogelijk aanbod te bieden: volleybal, tafeltennis, turnen, spelvormen binnen en buiten, om leerlingen te laten ontdekken welke sport ze leuk vinden. Als er geen gym zou zijn, zouden veel kinderen niet sporten."

Bron: NRC (26 mei 2025)

² NOC*NSF duidt het eerste moment dat een 'talent' als zodanig zo genoemd wordt als ongeveer 8 jaar voordat deze voor het eerst op een mondiaal podium actief is. Zie: <https://nocnsf.nl/talentontwikkeling/talentprofiel>

thuisomgeving ook belangrijke plekken om te werken aan een beweegwijze generatie. Daarom is dit plan van aanpak ook te lezen als een uitnodiging aan andere partijen om in de volledige leefwereld van jeugd bij te dragen aan beweegwijsheid. Het belang van het onderwijs en de vakdocent is hierbij niet te onderschatten (zie kader), maar ook de openbare ruimte (waarin sport en bewegen vanzelfsprekend is) en een thuisomgeving (waarin ouders en verzorgers het belang van sport en bewegen overdragen op hun kinderen) kunnen we niet zonder een goede samenwerking tot stand brengen. Het initiëren van samenwerking en samenhang met de andere contexten benoemen we als aparte strategie.

Wat kunt u de komende jaren van ons verwachten?

Om een duurzame verandering te bewerkstelligen, zullen we dit najaar, als uitwerking van dit plan, een perspectief naar de toekomst schetsen. We werken toe naar een **programmaplan Jeugdsport en talentontwikkeling 2026-2032** waarin aandacht is voor beleidsaanbevelingen, concrete acties, maatregelen en voorwaarden van beleid. Centraal in dit plan staat het gedachtegoed dat de inzet op beweegwijsheid in alle contexten bijdraagt aan een leven lang sporten en bewegen én aan de duurzame ontwikkeling van talent.

Bovendien hebben we nadrukkelijk aandacht voor het feit dat inzet op beweegwijsheid niet alleen voorbehouden is aan de context sport. We zullen actief de verbinding aangaan met partijen uit de contexten *schoolomgeving*, *openbare ruimte* en *thuisomgeving*. Dit doen we onder meer door relevante stakeholders en coalities in kaart te brengen en bestaande coalities te benutten.

Hoe weten we of onze inspanningen werken?

Naast bovengenoemde uitwerkingen hebben we in het voorgenomen programmaplan aandacht voor de wijze waarop we inzicht hebben in de resultaten van de inzet. We maken een voorstel hoe we onze eigen acties monitoren en benoemen wanneer we tevreden zijn. Daarnaast maken we ook gebruik van het Platform beweegwijsheid³ dat bezig is om het begrip beweegwijsheid meetbaar te maken.

Tot slot

Voorliggende Plan van aanpak Jeugdsport en talentontwikkeling is gebaseerd op drie onderliggende documenten, te weten:

- Visiedocument [Beweegwijsheid: de basis voor een leven lang bewegen.](#)
- Toelichting [Hoe kan beweegwijsheid bijdragen aan Jeugdsport en Talentontwikkeling?](#)
- Uitwerking: *Plan van aanpak Jeugdsport en Talentontwikkeling* (te verschijnen via www.sportakkoord.nl)

Deze documenten gaan eigenstandig en verdiepend in op de vraagstukken die in dit plan van aanpak kernachtig beschreven worden.

*NOC*NSF, VWS, POS, VSG, Mulier Instituut, Kenniscentrum Sport en Bewegen*

³ [Consortium Beweegwijsheid – Mulier Instituut](#)