UEFA Basisproject voor Meisjes

Literatuurstudie – Samenvatting

Geproduceerd door de Carnegie School of Sport van Leeds Beckett University September 2019

# Samenvatting

Deze literatuurstudie werd in opdracht van de UEFA uitgevoerd om een wetenschappelijke basis te ontwikkelen voor het aanstaande basisproject voor meisjes, het “Girls Grassroots Project”, ontworpen en uitgevoerd in samenwerking met Disney. Het is de bedoeling dat het onderzoek en het inzicht dat tijdens deze oefening is verzameld, het ontwerp, de inhoud en de levering van het programma bepalen. Het is ook het startpunt voor een UEFA samenwerking voor meisjes- en vrouwenvoetbal op het gebied van onderzoek en bewijsmateriaal.

Naast de literatuurstudie werd een internationale verkenning van optimale praktijken in sportprogramma's voor vrouwen en meisjes uitgevoerd. In totaal werden 27 voorbeelden van optimale praktijken geïdentificeerd, waarbij de belangrijkste kenmerken van deze programma's werden benadrukt. Deze omvatten: programmadoelstellingen, doelgroep, aanwervings- en uitvoeringsstrategieën en impact. De literatuurstudie werd gestructureerd rond de volgende thema’s:

## Voordelen en uitdagingen van deelname door meisjes in voetbal

Over het algemeen toont de beoordeelde literatuur positieve resultaten van deelname aan sport en lichamelijke activiteit. Deze omvatten onder andere:

• Verbeterde gezondheid en welzijn

• Ontwikkeling van het levenservaring en sociale vaardigheden

• Verhoogd opleidingsniveau en werkgelegenheidsperspectieven.

Ondanks de bekende voordelen, blijkt ook uit het bewijs dat de deelname van vrouwen en meisjes aan lichamelijke activiteit lager is dan die van mannen en jongens. Uit wereldwijde statistieken blijkt dat 84% van meisjes jonger dan 17 jaar niet voldoet aan de richtlijnen voor minimale activiteiten van de WHO (WHO, z.d.). Soortgelijke bevindingen zijn gepubliceerd in Europese instellingen, waarbij jongens van 15-24 jaar twee keer zoveel kans hebben om regelmatig aan sport deel te nemen dan meisjes van dezelfde leeftijd (Europese Commissie voor Onderwijs, Sport, Jeugd en Cultuur, 2018).

## Het lijkt erop dat deze statistieken kunnen worden gekoppeld aan een aantal uitdagingen ervaren door vrouwen en meisjes. Veel sporten, waaronder voetbal, worden bijvoorbeeld gezien als mannelijke bezigheden, waarbij kenmerken geassocieerd met mannen en jongens – competitiedrang, kracht en agressie - zeer worden gewaardeerd. Deze traditionele positionering van voetbal als een mannelijke sport maakt het ongewenst voor vrouwen en meisjes om deel te nemen aan de sport (Norman, 2016). Dit soort overtuigingen worden al vanaf jonge leeftijd bij meisjes ingebracht, waarbij sporten zoals voetbal blindelings worden aangeboden als onderdeel van de lichamelijke opvoeding van jongens, maar niet de norm zijn voor meisjes (Paetcher, 2003). Maar we moeten ook erkennen dat vrouwen en meisjes niet allemaal hetzelfde zijn. Het werk van Ahmad (2011) en Hamzeh (2015) vestigt bijvoorbeeld de aandacht op de manieren waarop het hijab verbod sommige moslimvrouwen en -meisjes van voetbal heeft uitgesloten. Verschillende leeftijdsgroepen en meisjes met een handicap zullen ook geconfronteerd worden met uitdagingen en behoeften bij het deelnemen aan voetbal.

## Behoeften, invloeden en drijfveren voor meisjes om deel te nemen aan het voetbal

Met betrekking tot de behoeften van meisjes in bredere zin toont de studie aan dat een focus op vreugde en plezier een primaire reden is om op jonge leeftijd aan sport te doen (Allender et al., 2006; McCalpin et al., 2017; Yungblut et al., 2012). Omgekeerd worden concurrentie en uiterst gestructureerde activiteiten geïdentificeerd als demotiverend voor jonge kinderen en meisjes (Allender et al., 2006; Casey et al., 2014; Farmer et al, 2018). Dit is een belangrijk onderscheid met de motivatie van volwassenen. Misschien nog belangrijker is het vermeldenswaardig dat vaak de motivaties van volwassen belanghebbenden (coaches, beleidsmakers, initiatiefnemers, ouders) voorrang krijgen op die van de jonge deelnemers.

Een andere cruciale behoefte om betrokkenheid bij voetbal te vergemakkelijken, is de functionele en emotionele ondersteuning van ouders (Allender et al, 2006; Knight et al., 2011). Ouderlijk handelen en gedrag (coaching vanaf de zijlijn, ruzie met scheidsrechters, nadruk op winnen) kan echter ook een negatieve invloed hebben op het plezier van een jong meisje (Knight et al., 2011; Goodman en James, 2017). Het belang van relaties met leeftijdgenoten mag ook niet worden onderschat vanwege de hulp, positieve feedback, aanmoediging en sociale ervaring die ze bieden (McCalpin et al., 2017; Yungblut et al., 2012). Het idee van vriendschap als een effectief promotiemiddel om nieuwe meisjes aan te moedigen om voetbalsessies bij te wonen, moet worden genoteerd (Schaillee et al., 2017).

## Een ander punt dat in de literatuur naar voren komt, is dat het probleem vaak de omgeving is waarin meisjes verwacht worden te voetballen, en niet de meisjes zelf (Kirk en Oliver, 2014). Twee gekoppelde en problematische omgevingsfactoren die van invloed zijn op de beslissing van meisjes om deel te nemen zijn:

## • Een opzet voor alleen meisjes of gemengd geslacht, en

## • Competitieve omgevingen.

## Voor meisjes die zichzelf als sportief definiëren, hebben gemengde klassen vaak de voorkeur omdat ze kansen bieden om sneller te verbeteren door tegen jongens te spelen (Casey et al., 2014). Voor de meerderheid van de meisjes is dit echter niet het geval en voorkeur wordt gegeven aan klassen voor één geslacht. Dit hangt samen met de bezorgdheid van meisjes over plagen door jongens en de dominantie van jongens in de activiteit - d.w.z. de meisjes er niet bij betrekken en hun betrokkenheid marginaliseren (Casey et al., 2014; Oliver en Hamzeh, 2010).

## Het begrip concurrentie en andere soorten prestatiegebaseerde resultaten is het andere terugkerende probleem dat bijdraagt ​​aan uitsluitingsomgevingen voor meisjes. Zoals eerder geïdentificeerd is de primaire motivatie voor veel jonge meisjes die deelnemen aan voetbal plezier, maar traditionele competitieve sportomgevingen kunnen dit aspect onderdrukken (Spencer-Cavalier et al., 2017).

## Coachingstrategieën om meisjes bij het voetbal te betrekken

Tenslotte, andere aspecten waarmee rekening moet worden gehouden bij het creëren van een positieve omgeving voor de deelname van meisjes aan voetbal hebben betrekking op de strategieën van de coach. Een dergelijke strategie omvat het gebruik van verhalen en fantasierijk spel. Deze visie weerspiegelt de noodzaak voor coaches om hun coaching aan te passen op manieren die het opzetten van activiteiten samen met hun deelnemers ondersteunen alsook mogelijkheden voor vrije spelactiviteiten. Recent onderzoek is begonnen met de aanpak van bezorgdheden over het gebrek aan overleg met deelnemers, waarbij meisjes zelf worden gevraagd naar de redenen voor hun niet-deelname. Bovendien hebben deze onderzoekers een benadering gekozen die de meisjes centraal stelt in het onderzoek en samen met hen werkt aan het creëren van positievere fysieke omgevingen om hen in staat te stellen deel te nemen (Enright and O’Sullivan, 2010).

Coaches moeten daarom ook worden aangemoedigd om af te stappen van het ontwikkelen van ego-gerichte omgevingen en te gaan naar omgevingen die meer taakgericht zijn, waar individueel leren, inspanning en verbetering worden gevierd door positieve aanmoediging. Hierin staan ​​coaches centraal die bereid zijn naar hun deelnemers te luisteren, kritisch reflecteren over hun werkwijze en afstand nemen van meer traditionele opvattingen over de relatie tussen coach en deelnemer. Ongeacht wie de coaching uitvoert, is de manier waarop coaches worden getraind echter ook een cruciaal aspect om te overwegen. Norman (2016) ziet de opleiding van coaches als een belangrijke factor in het vermogen van coaches om met zowel mannen als vrouwen (en jongens en meisjes) in sport te werken. Belangrijk is dat zij pleit voor cursussen voor coaches om verder te gaan dan een uniforme benadering van het werken met atleten maar hun achtergrond en identiteit, inclusief hun geslacht, te overwegen (Norman, 2016).

## Verkenningsoefening van internationale optimale praktijken

## Uit de evaluatie van 27 lokale, nationale en internationale voorbeelden van optimale praktijken bleek dat effectieve sportprogramma's voor vrouwen en meisjes het volgende in overweging zouden moeten nemen:

## • Benaderingen voor de hele gemeenschap die het belang erkennen van de behoeften van en samenwerking met ouders, vrienden, leraren, coaches en gemeenschapswerkers.

## • Het wegnemen van belemmeringen van kosten, transport, uniform, uitrusting, vooroordelen, stereotypen en negatieve houdingen.

## • Plezier promoten door niet-competitieve spellen en / of verhalen te vertellen.

## • Voorlichting over belangrijke kwesties die invloed hebben op het leven van jonge vrouwen en meisjes, zoals groepsdruk, seksuele gezondheid, verzorging, lichaamsproblemen, zwangerschap.

## • Een brede, gevarieerde reeks van activiteiten aanbieden.

## • Meisjes erkennen als experts in hun behoeften en hen aanmoedigen om te helpen bij het ontwerpen, leveren en evalueren van programma's.

## • Meisjes ontwikkelen om rolmodellen, leiders en mentoren te worden voor toekomstige programma's.

## • Activiteiten aanbieden die vaardigheden ontwikkelen waarmee jonge vrouwen en meisjes de leiding over hun leven kunnen nemen - vertrouwen, zelfrespect, veerkracht, leiderschap, communicatie en emancipatie.

**Algemene kernpunten voor ontwerp, levering en promotie van programma's**

Op basis van de literatuurstudie en bestudering van optimale praktijken zijn een aantal belangrijke kwesties geïdentificeerd waarmee belanghebbenden rekening moeten houden bij het ontwerpen, uitvoeren en promoten van voetbalprogramma's voor jonge meisjes.

|  |  |
| --- | --- |
| **Ontwikkelen van het Programma** | **Sessieplanning**: belangrijk om de behoefte aan flexibiliteit te benadrukken en coaches niet te dwingen de planning letterlijk te volgen, maar aan te passen op basis van deelnemers. |
| **Coach opleiding / training**: neem meer op dan alleen 'wat' te coachen - wat zijn de uitdagingen voor meisjes? Hoe kunnen coaches een taakgerichte omgeving creëren? Hoe kunnen ze het nemen van verantwoordelijkheid aanmoedigen? |
| **Kindgericht ontwerp**: is het programma ontworpen met het oog op plezier voor volwassenen? Hoe ziet plezier eruit voor een 5 tot 8-jarig meisje? Overweeg manieren om hun inbreng in het sessieontwerp te krijgen. |
| **Overweeg volgende stappen:** - hoe vertaalt dit 8 weken durende programma zich naar clubvoetbal? Zijn clubs/coaches betrokken bij de uitvoering? Worden de sessies gehouden op een club? Weten de clubcoaches over het belang van plezier/verantwoordelijkheid? Of zullen de meisjes voor dezelfde uitdagingen staan als ze lid worden van een club? |
| **Uitvoering van he Programma** | **Flexibiliteit in het coachen**: het belang van het vinden van een balans tussen ‘de gids volgen’ en coachen wat er voor je staat. |
| **Kindgerichte Pedagogie**: Begrijp de behoefte aan verantwoordelijkheid en emancipatie - hoe wil de coach dat het eruit ziet, en hoe willen de meisjes het zien? Deze kunnen verschillen. |
| **Evalueren van het Programma** | **Onderzoekshiaat**: gebruik dit programma om onderzoek te doen naar 5 tot 8-jarige meisjes in het voetbal - onderzoekskloof aanpakken. |
| **Evaluatiemethoden**: overweeg hoe het programma wordt geëvalueerd - zijn de focus en methoden volwassen of kindgericht? |
| **Toekomstig onderzoek** | Er is heel weinig onderzoek gedaan met meisjes van 5 tot 8 jaar op het gebied van voetbal, lichamelijke activiteit en sport. |
| Herken uitdagingen met betrekking tot geslacht die meisjes moeten overwinnen om aan sport- en voetbal deel te nemen. |
| Begrijp verschillen tussen meisjes en in Europese contexten. Verschillende uitdagingen en kansen zullen ontstaan wanneer op verschillende plaatsen, met verschillende mensen wordt gewerkt. |

Deze beoordeling is namens de UEFA voltooid door de Carnegie School of Sport op Leeds Beckett University (VK).

Project Coördinators: Dr Sergio Lara-Bercial en Dr Annette Stride

Auteurs: Dr Annette Stride, Ruth Brazier, Dr Hayley Fitzgerald, Dr Sergio Lara-Bercial, Matthew Staples en Sabrina Piggott

©UEFA

September 2019