

Vraag nr. 5
van 6 oktober 1998
van de heer FRANCIS VERMEIREN

Schoolgaande jeugd – Fysieke conditie

De fysieke gesteldheid van onze schoolgaande jeugd lijkt er de jongste tijd niet op te zijn verbeterd, zoals blijkt uit statistieken in de verschillende Europese landen. Het inkrimpen van de lessen Lichamelijke Opvoeding (LO) doch ook de levenswijze van vele jongeren dragen er zeker toe bij dat er nog zeer weinig topatleten uit onze gewesten komen die zich kunnen meten met hun buitenlandse concurrenten. In vele andere Europese landen wordt inderdaad veel meer de nadruk gelegd op de lichamelijke ontwikkeling. De sportresultaten tonen dit trouwens voldoende aan.

Toch kan niet aan de inzet van de leraars worden getwijfeld, terwijl anderzijds de oprichting van sportscholen, waar kandidaten die zich willen bekwamen in de beoefening van diverse sporten thans veel meer mogelijkheden krijgen, een stap in de goede richting betekent.

Doch het volstaat niet een elite te kweken, indien de sportbeoefening niet op ruimere schaal wordt verzekerd.

Wordt er de jongste jaren op geregelde tijdstippen door gespecialiseerde wetenschapsmensen gepeild naar de fysieke gesteldheid van de schoolgaande jeugd, zowel in het lager als in het voortgezet onderwijs ?

Hoe kunnen deze resultaten worden beschreven ?

Werden vergelijkingen gemaakt met soortgelijke onderzoeken in het buitenland en welke aanwijzingen hebben deze verstrekt ?

Indien dergelijke onderzoeken nog niet hebben plaatsgevonden, wordt overwogen hiermee te starten ?

Antwoord

In Vlaanderen wordt op geregelde tijdstippen gepeild naar de fysieke gesteldheid van de schoolgaande jeugd van 6 tot 18 jaar. Dit gebeurt door het Interuniversitair Onderzoekscentrum voor Sportbeleid (IOS), een samenwerkingsverband tussen de universitaire instituten voor Lichamelijke Opvoeding van de Katholieke Universiteit Leuven (KU Leuven), de Universiteit Gent (UG) en de Vrije Universiteit Brussel (VUB). De resultaten

van deze onderzoeken worden ook steeds gepubliceerd.

De laatste twee onderzoekspublicaties dateren van 1991 en 1993. De opdrachtgever in 1991 was de gemeenschapsminister van Cultuur. In 1993 waren dat het Commissariaat-Generaal voor de Bevordering van de Lichamelijke Opvoeding, de Sport en de Openluchtrecreatie (Blosa) en de Koning Boudewijnstichting. De resultaten van het onderzoek van 1997 zullen binnenkort worden gepubliceerd.

Voor het meten van de fysieke fitheid maken de onderzoekers gebruik van de Eurofit-testbatterij. Dit is een selectie van tien fitheidstests die op Europees niveau zijn uitgetest en waarrond een consensus bestaat.

Voor een goed begrip van de resultaten is het nuttig te weten dat het concept "fysieke fitheid" wordt onderverdeeld in drie hoofdcomponenten :

- de fysiek-organische component : deze component slaat op de lichaamstemperatuur enerzijds en op het proces van energieproductie en arbeidsvermogen anderzijds ;
- de motorische component : deze component heeft betrekking op neuro-motorische basiseigenschappen ;
- de gedragscomponent : deze component slaat op het fysiek activiteitsniveau en de sportparticipatie (deze component wordt in de Eurofit-testbatterij niet bevraagd).

De drie componenten van de "fysieke fitheid" zijn onderling van elkaar afhankelijk. Op grond van de geselecteerde Eurofit-test kan men een onderscheid maken tussen "gezondheidsgerelateerde fitheid" en "prestatiegerelateerde fitheid".

In antwoord op de vraag kunnen de resultaten van het Vlaams onderzoek hier enkel globaal worden weergegeven. Voor een meer genuanceerd beeld dient de Vlaamse volksvertegenwoordiger de studies te raadplegen.

Wij vermelden eerst de resultaten uit het onderzoek van 1991, nadien worden deze vergeleken met de resultaten van het onderzoek van 1993.

Gezondheidsgerelateerde fitheid

(1991) In vergelijking met tien-twintig jaar geleden zijn lichaamslengte en lichaamsgewicht duidelijk toegenomen. Deze trend doet zich ook in andere landen voor. Naar gezondheid toe valt op dat de huidplooidikte toeneemt. Deze evolutie wijst op

een toename van de vetmassa en moet als risicodragende factor voor de gezondheid worden beschouwd.

(1993) Uit het onderzoek van 1993 bleek dan weer dat in vergelijking met de resultaten van 1991 de trend van gewichts- en lengtetoeename zich voortzet, maar dat er veeleer een vermindering is van de huidplooidiktes bij meisjes.

(1991) Het beeld van de evolutie voor de resultaten van de Eurofit-tests is vooral voor de meisjes verontrustend. Zowel voor een aantal gezondheidsgerelateerde als voor de prestatiegerelateerde tests ziet men dat het fysieke prestatievermogen ongunstig evolueerde – voor het algemeen uithoudingsvermogen waren er geen vergelijkbare resultaten voorhanden.

(1993) Het onderzoek van 1993 wijst uit dat het globale beeld van de meisjes weinig verandert, zij het dat de testresultaten van enkele tests zijn verbeterd, maar het betreft hier tests waarvoor de prestaties toch al zeer laag waren. Het blijft een verbazende vaststelling dat het prestatieniveau vanaf de leeftijd van 12-13 jaar niet meer verbetert.

(1991) In tegenstelling tot het beeld voor de meisjes zijn er bij de jongens geen duidelijke aanwijzingen dat het fysieke prestatievermogen met betrekking tot de gezondheidsgerelateerde factoren ongunstig evolueerde.

(1993) In vergelijking met 1991 hebben de jongens iets meer onderhuids vet ontwikkeld.

Prestatiegerelateerde fitheid

(1991) Het is weinig zinvol om op de verschillende tests afzonderlijk diep in te gaan. Voor evenwicht, loopsnelheid, sprongkracht, armduurkracht en handgrijpkracht is er bij de meisjes een achteruitgang ten opzichte van tien-twintig jaar geleden. De lenigheid is zowel bij meisjes als bij jongens op het niveau van tien-twintig jaar geleden gebleven. Voor sprongkracht, armduurkracht, handgrijpkracht en loopsnelheid presteren de jongens beter dan tien-twintig jaar geleden. Meisjes en jongens presteren beter op rompkraft dan bij het vorig onderzoek.

(1993) De resultaten in 1993 wijzen globaal op hetzelfde beeld. Op de snelheid-shuttle run geven de meisjes blijk van een verbeterde loop- en wendsnelheid. Er zijn ook aanwijzingen voor een algemeen verhoogde statische armkracht. Voor de jongens zijn er dan weer aanwijzingen voor een vermindering van de functionele kracht, de explosieve kracht en een verminderde rompkraft. Ook het

uithoudingsvermogen lijkt een negatieve trend te vertonen.

De aard van de testbatterij laat uiteraard vergelijkingen met gelijkaardige onderzoeken in het buitenland toe. Ook in het hierboven aangehaalde onderzoek van 1991 wordt een cross-culturele vergelijking uitgevoerd.

De prestaties op de gezondheidsgerelateerde fitheidstests bevestigen het vermoeden dat de Vlaamse jongens en meisjes een relatief hoog lichaamsgewicht hebben. Het verschil met andere populatiegroepen is vooral bij de meisjes opvallend en vindt zijn verklaringen in de dikkere huidplooien. Voor de overige gezondheidsgerelateerde tests realiseert de Vlaamse jeugd over het algemeen minder goede prestaties, alhoewel de verschillen voor bepaalde basisvaardigheden veeleer gering zijn. Voor de prestatiegerichte fitheid blijkt over het algemeen dat de Belgische jongens en meisjes een middenpositie innemen ten opzichte van de prestaties van hun leeftijdsgenoten uit andere landen. De Nederlandse jongeren zijn beduidend fitter dan de Vlaamse jongeren. Er zijn weinig of geen verschillen met andere vergelijkbare populatiegroepen en voor enkele basiseigenschappen halen de Vlaamse meisjes en jongens een beter niveau.

Uit een onderzoek van Kring, A.C. en Coles, B. (1992) naar het aantal jongeren dat buiten schoolverband minder dan één uur per week aan sport besteedt, blijkt dat ook hier de Vlaamse jongens een middenpositie innemen, terwijl de meisjes zich veeleer in de staart van het Europees peloton bevinden (deze gedragscomponent wordt in het Eurofit-onderzoek niet bevraagd. In deze studie werden de Belgische jongeren vergeleken met tien andere nationaliteiten en Canada).

Ook de wereld van de LO is zich van deze toestand bewust en tracht systematisch te remediëren.

De jongste jaren zijn er tal van initiatieven geweest met het oog op het optimaliseren van de fysieke conditie van de jongeren. Wij vermelden er hier enkele :

- de introductie van de eindtermen voor lichamelijke opvoeding waarbij expliciet de nadruk wordt gelegd (naast de andere vakspecifieke doelstellingen die werken aan de motorische competentie van leerlingen) op het ontwikkelen van een fitte en gezonde levensstijl, met andere woorden : het ontwikkelen van een attitude die gericht is op levenslange geregelde participatie aan bewegingsactiviteiten ;
- het project "remediëring van de fysiek zwakke

leerlingen" in samenwerking met de schoolartsen ;

- naar aanleiding van dit project werden alle leerkrachten LO nageschoold en kregen zij een vorming om de Europese physical fitness-batterij af te nemen (er is een handboek voorhanden, waarin eveneens de normentabellen zijn opgenomen. Dit biedt iedere leraar de mogelijkheid op elk gewenst moment de fysieke fitheid van de leerlingen te meten en te beoordelen) ;
- sinds dit schooljaar is ook in heel Vlaanderen een samenwerking tot stand gekomen tussen huisartsen, schoolartsen en leerkrachten LO om het misbruik van het medisch attest tegen te gaan en om leerlingen die toch gekwetst zijn datgene te laten meedoen wat kan en mag ;
- de Stichting Vlaamse Schoolsport richt zich sinds dit schooljaar naar de kernwerking binnen de school, om op die manier niet alleen de sportief actieve leerling extra impulsen te geven, maar om vooral de niet-sportactieve leerlingen in beweging te krijgen.

Dit is maar een greep uit recente initiatieven.