

Toekomstige speelomgeving van de Nederlandse jeugd

Factoren voor een succesvolle playground

Steeds meer kinderen in (grote) steden bewegen te weinig. Dit komt onder andere door het ontbreken van voldoende geschikte en kwalitatief goede sport- en speelmogelijkheden in hun directe woonomgeving. TNO heeft onderzocht welke factoren een speelplek succesvol maken om het energieverbruik, de motorische vaardigheden, de integratie en het beweegplezier van kinderen in de basisschoolleeftijd te bevorderen.



Het feit dat kinderen te weinig bewegen heeft niet alleen grote gevolgen voor de lichamelijke en geestelijke gezondheid van kinderen, maar ook voor de integratie, (kleine) criminaliteit en sociale contacten in een wijk.

Diverse gemeenten hebben de signalen opgevangen en het initiatief genomen om in (aandachts-)wijken zogeheten 'playgrounds' aan te leggen; speelplekken waar zowel gespeeld als gesport kan worden.

Het onderzoek

TNO heeft in het najaar van 2006 zes playgrounds in aandachtswijken geëvalueerd in Noord- en Zuid-Holland. Het onderzoek richtte zich op kinderen van 6 tot en met 12 jaar. Onderzocht is in welke mate de playgrounds bijdragen aan:

- de intensiteit en de mate van lichamelijke activiteit (energieverbruik) van de kinderen
- de motorische ontwikkeling van de kinderen

- de integratie van de kinderen
- het beweegplezier van de kinderen
- de bezettingsgraad van de playgrounds
- de aantrekkingskracht van de playgrounds

Er is gekeken naar de beweegvormen van 552 kinderen. Tevens zijn er focusgroep interviews gehouden met 227 kinderen en hebben 157 kinderen een bewegemeter gedragen om het energieverbruik te kunnen bepalen.

Resultaten

Uit de observaties, focusgroep interviews en beweegmeter metingen is een aantal zaken naar voren gekomen.

Wijken

In de zes aandachtswijken is relatief weinig groen aanwezig. Ook zijn er betrekkelijk weinig sportaccommodaties die zouden kunnen 'concurreren' met de onderzochte playgrounds. Over het algemeen is het slecht gesteld met de verlichting. Een probleem vormen de aanwezigheid van afval, zwerfvuil en hondenpoep. Groepen jongeren en "klierjongeren" zorgen bovendien voor overlast en een onveilig gevoel op straat.

Energieverbruik

Op de onderzochte playgrounds verbruiken de kinderen gemiddeld ruim 200 kilocalorieën per uur en wordt 35% van de tijd die kinderen op de playground doorbrengen ten minste matig intensief bewogen. Op vier van de zes playgrounds is de gemiddelde intensiteit hoog genoeg (≥ 5 METs) om bij te kunnen dragen aan het behalen van de Nederlandse Norm Gezond Bewegen*.

Motorische ontwikkeling

Of een speeltoestel de motorische ontwikkeling voldoende stimuleert is afhankelijk van de motorische vaardigheden van dat kind. Zo zijn draai-elementen voor jongere basisscholieren en hang- en klimelementen voor de oudere basisscholieren zeer geschikt. Spelelementen om te hangen, op te klimmen en vanaf te glijden spreken de benodigde grondmotorische eigenschappen op een meer intensieve manier aan. Dit geldt ook voor de sportonderdelen.

*Om voldoende te bewegen moet een kind volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) gedurende minimaal 60 minuten per dag ten minste matig intensief (≥ 5 METs) bewegen.

De zes onderzochte playgrounds zijn:

- 'Sprankelplek' van Jantje Beton, Rotterdam
- Cruyff Court, Rotterdam
- Playground met elementen van KOMPAN, Zwijndrecht
- Zoneparc schoolplein, Amsterdam
- Richard Krajicek Playground, Amsterdam
- Playground met elementen van Nijha, Heemskerk

Integratie

Op de onderzochte playgrounds zijn allochtone kinderen oververtegenwoordigd ten opzichte van autochtone kinderen. De verdeling jongens – meisjes is niet op alle playgrounds in overeenstemming met de potentiële gebruikersgroep; jongens zijn op drie van de zes playgrounds oververtegenwoordigd.

Aantrekkingskracht

Driekwart van de kinderen woont binnen een straal van 400 meter van de playground. De meeste kinderen gaan lopend naar de playground, een kwart van de kinderen komt op een fiets, step of skateboard.

Het creëren van een succesvolle speelplek vereist maatwerk

Beweegplezier

Voetbal- en basketbalveldjes zijn populair bij een deel van de kinderen. Andere kinderen vinden deze onderdelen juist stom en willen graag een hek of kooi om deze velden. Schommels en klimrekken worden ook leuk gevonden. Kinderen vinden het belangrijk dat de playground schoon en opgeruimd is. De aanwezigheid van oudere kinderen, "klierkinderen" en regen belemmert een groot deel van de kinderen om naar de playground te komen.

Bezettingsgraad

Veel kinderen komen minstens een paar keer per week naar de playground en blijven in de meeste gevallen langer dan een uur. Zij komen vooral als er iets georganiseerd wordt zoals een kinderpartijtje of (sport)clinics. Voor schooltijd, tussen de middag en "als het donker is" komen er minder kinderen dan na schooltijd.

Programma van eisen

Op basis van de evaluatie is een 'programma van eisen' met betrekking tot wet- en regelgeving, veiligheid en effectiviteit opgesteld voor de ideale speelplek, de 'Playground van de Toekomst'. Hieronder staat een aantal punten uit het 'programma van eisen'. Voor het volledige programma verwijzen wij u naar het rapport op onze website tno.nl/playground.

Wet- en regelgeving

Bij het aanleggen, inrichten en onderhouden van een speelplek moet rekening gehouden worden met centrale en decentrale wet- en regelgeving op het gebied van de openbare ruimte (ligging van de speeltuin), de speelruimte bijvoorbeeld ondergrond, omheining, verlichting) en de speeltoestellen op de speelruimte.

Veiligheid

Niet alleen de veiligheid van de speelplek zelf maar ook die van de nabije omgeving moet goed bekeken worden. Om te voorkomen dat spelende kinderen elkaar raken is een ruime afstand tussen de toestellen belangrijk evenals een zachte ondergrond eromheen. Ook is toezicht een aandachtspunt.

Effectiviteit

Er zijn verschillende manieren om het energieverbruik, de motorische ontwikkeling, integratie en het beweegplezier te bevorderen bij zowel jongere als oudere kinderen, voor zowel jongens als meisjes en voor allochtone en autochtone kinderen. Zorg voor een plek die schoon en 's avonds voldoende verlicht is. De effectiviteit kan ook worden vergroot door op een playground regelmatig (school)activiteiten te organiseren.

Aanbevelingen

Op basis van de belangrijkste resultaten heeft TNO enkele aanbevelingen geformuleerd die bij kunnen dragen aan het creëren van een succesvolle speelplek. Hieronder kunt u een aantal aanbevelingen lezen. Voor het volledige overzicht van aanbevelingen verwijzen wij u naar het rapport op onze website tno.nl/playground.

Organiseren activiteiten

Stimuleer het organiseren van activiteiten op de speelplek door middel van: kinderpartijtjes, sportclinics en (school)toernooien. Betrek hierbij ook de groepen jongeren die overlast veroorzaken. Bevorder het gebruik van de speelplek gedurende de hele dag.

Aanleg en onderhoud

Richt tenminste drie procent van het grondgebied dat voor woondoeleinden bestemd is in als buitenspeelruimte. Het gaat daarbij niet alleen om de kwantiteit maar ook om de kwaliteit. Betrek kinderen, ouders en omwonenden



den bij het inrichten en aanleggen van de speelplek en sluit aan bij hun wensen en behoeften. Meer aandacht voor onderhoud, groenvoorzieningen en verlichting op en rondom de speelplek is essentieel. Denk ook aan het aanleggen van zones voor verschillende leeftijdsgroepen en een afrastering voor de veiligheid van de jongste kinderen.

Bewegestimulering

Een speelplek is uitstekend te gebruiken als locatie voor bewegestimulering opdat meer kinderen voldoen aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. Vooral als het gaat om de bevordering van bewegestimulering onder allochtone kinderen, omdat deze groep hier veel komt. Het is belangrijk om meer

aandacht te besteden aan het vergroten van de aantrekkelijkheid van de speelplek voor zowel autochtone als allochtone kinderen en dan met name voor meisjes.

Minimaliseren afstand en barrières

Denk bij het bepalen van de locatie van de speelplek aan het minimaliseren van de afstand van de speelplek tot de woonhuizen van de doelgroep. Belangrijk is ook om het aantal barrières, zoals water en drukke verkeerswegen, op de route naar de speelplek tot het minimum te beperken. Voorkom dat jongeren (kinderen ouder dan 12 jaar) een barrière vormen voor jongere kinderen om naar de speelplek te komen.



Playgrounds van de verre Toekomst

Om een beeld te krijgen van de mogelijkheden die nieuwe technologie biedt voor de ontwikkeling van innovatieve playgrounds is een aantal studenten van de faculteit Industrial Design van de Technische Universiteit Eindhoven gevraagd een visie te ontwikkelen over hun ideale playground van de toekomst op basis van de eerste onderzoeksresultaten, 'Playground van de verre Toekomst'. De vijf ontwerpen zijn bedoeld als een visionaire vingeroefening. Ze kunnen dienen als inspiratie voor ontwerpers, producenten, ambtenaren en beleidsmakers die samen met

de kinderen, ouders en omwonenden werken aan de toekomstige speelomgeving van de Nederlandse jeugd. Tijdens een seminar in 2007 zijn de vijf ontwerpen gepresenteerd aan een vakjury. Het ontwerp met de naam 'Weeping Willow' is als winnaar gekozen. Het is een gecombineerd klauter-, hang-, glij- en springelement, gekoppeld aan een mechanisch systeem dat holle buizen in beweging brengt. De truc is dat kinderen, al springend en hangend, muzieklanken uit de buizen produceren.

TNO Kwaliteit van Leven

TNO Kwaliteit van Leven is een dienstverlenende organisatie voor bedrijfsleven, zorg en overheid. Wij brengen innovaties tot stand, gericht op verbetering van gezondheid en menselijk functioneren door multidisciplinair onderzoek en advies. Samen met onze klanten vertalen wij nieuwe kennis in praktische toepassingen.

TNO Kwaliteit van Leven onderscheidt haar activiteiten op de volgende terreinen: Arbeid, Chemie, Innovation Policy, Preventie en Zorg, Pharma en Voeding.

Preventie en Zorg werkt samen met publieke en private opdrachtgevers aan vernieuwingen en creatieve oplossingen om betaalbare en kwalitatief goede zorg bereikbaar te houden. Onze activiteiten richten zich dan ook op het monitoren van gezondheid en leefstijl, het bestuderen van determinanten van gezondheid, en het ontwikkelen, implementeren en evalueren van interventies.

Preventie en Zorg
Wassenaarseweg 56
Postbus 2215
2301 CE Leiden

Ingrid Bakker
E ingrid.bakker@tno.nl

Tinus Jongert
E tinus.jongert@tno.nl

tno.nl/playground

TNO | Kennis voor zaken