

Wat beweegt kinderen?

Een onderzoek naar het sport- en beweggedrag van kinderen



Nicos
INSTITUTE

URBAN RESEARCH & PRACTICE

Wat beweegt kinderen?

Een onderzoek naar het sport- en beweeggedrag van kinderen

Madeleine Frelie en Jan Janssens

m.m.v. Marieke van Schendel, Ruud van der Meulen en Roelien Luijt

W.J.H. Mulier Instituut

's-Hertogenbosch, september 2007

ISBN: 978-90-77389-51-5

NUR: 740

Uitgave:

Nicis Institute

Laan van N.O. Indië 300

Postbus 90750

2509 LT Den Haag

T +31 (0)70 344 09 66

F +31 (0)70 344 09 67

info@nicis.nl

www.nicis.nl

Research en redactie:

Madeleine Frelie en Jan Janssens

m.m.v. Marieke van Schendel, Ruud van der Meulen en Roelien Luijt

W.J.H. Mulier Instituut, 's-Hertogenbosch, september 2007

Ontwerp:

www.kruit.nl

Drukwerk:

Sterprint Grafische Partners, Woerden

Oplage: 300

© Nicis Institute, Den Haag

Nicis
INSTITUTE

Wat beweegt kinderen?

Inleiding	7
Samenvatting	9
Leeswijzer	13
1. Opzet van het onderzoek	15
2. Sportiviteit: aangeboren of aangeleerd?	19
3. Algemene aspecten van sport- en beweeggedrag	21
3.1 Sporten en spelen	21
3.2 Motieven	24
4. Omgevingsinvloeden op sport- en beweeggedrag	29
4.1 Ouders	29
4.2 Broertjes en zusjes, vriendjes en vriendinnetjes	39
4.3 De school	41
4.4 De buurt	46
4.5 De sportclub	52
5. Aanbevelingen	59
6. Geraadpleegde literatuur	63

De bijlagen zijn op internet te raadplegen en te downloaden van www.nicis.nl:

1. Samenstelling projectteam en begeleidingscommissie
2. Selectie wijken en scholen
3. Resultaten veldverkenning
4. Aandachtspuntenlijst vraaggesprekken
5. Vragenlijst enquête
6. Samenstelling steekproef
7. Kruistabellen, correlaties en regressieanalyses

“In het gewone dagelijkse leven zijn flinke lichamelijke inspanningen vrijwel verdwenen. Bewegingsarmoede en verkeerde voedingspatronen leiden tot gezondheidsproblemen. Sport en bewegen dragen bij aan een actieve en gezonde leefstijl van het individu. Door gericht en gecoördineerd te werken aan sport- en bewegingsstimulering en door op een gezonde en verantwoorde manier te sporten kan aanzienlijke gezondheidswinst worden gerealiseerd.”

Tijd voor Sport - Bewegen, Meedoen, Presteren

Volgens de meest recente gegevens (Gezondheidsraad, 2003) heeft veertig procent van de volwassen Nederlanders overgewicht en is tien procent van hen obees. Jaarlijks leidt dit tot veertigduizend nieuwe gevallen van ouderdomsdiabetes, hart- en vaatziekten en kanker. Daarnaast kan vijf procent van de totale jaarlijkse sterfte worden toegeschreven aan overgewicht. Ook bij kinderen manifesteert zich dit probleem. Bij de jongens heeft momenteel dertien procent overgewicht, bij de meisjes is dat veertien procent. Bovendien is overgewicht een groeiend probleem. Indien de huidige ontwikkeling zich voortzet, zal in 2015 naar schatting vijftien tot twintig procent van de volwassen Nederlanders obees zijn.

Overgewicht ontstaat door een verstoorde energiebalans tussen energie-inname (voeding) en energiegebruik (beweging). Om op een gezond gewicht te blijven, is het dus niet alleen belangrijk om minder en gezonder te eten, maar vooral ook om meer te bewegen. Doordat een aantal maatschappelijke ontwikkelingen bewegen alsmaar minder vanzelfsprekend maakt, is bewegingsarmoede vandaag de dag bijna eerder regel dan uitzondering.

In 2004 voldeed slechts een nipte meerderheid van 51 procent van de volwassenen aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB). Deze norm gaat voor volwassenen uit van dertig minuten per dag matig intensief bewegen gedurende tenminste vijf dagen per week. Voor de jeugd jonger dan achttien jaar ligt, vergeleken met volwassenen, de beweeglat hoger. Dagelijks een uur matig intensieve lichamelijke activiteit, waarbij de activiteiten minimaal twee maal per week gericht zijn op het verbeteren of handhaven van de lichamelijke fitheid (kracht, lenigheid en coördinatie). Nog geen dertig procent van de jongeren van twaalf tot zeventien jaar voldoet aan de dertig minuten norm (Ooijendijk e.a., 2005) en slechts minder dan tien procent van de kinderen in de basisschoolleeftijd is normactief (De Vries, e.a., 2005: 75-76). Vooral het laatstgenoemde baart velen zorgen. Deze leeftijd kan als een kritieke fase worden gezien voor de ontwikkeling van een actief beweegpatroon (Kemper, 1995). Immers: jong geleerd, is oud gedaan. Hoe ouder men is, des te moeilijker het wordt om van leefstijl te veranderen.

Het W.J.H. Mulier Instituut heeft in opdracht van het Nicis Institute en de gemeenten Zwolle en Emmen een onderzoek gedaan naar de factoren die het sport- en beweeggedrag van kinderen in de basisschoolleeftijd positief beïnvloeden. In deze publicatie wordt op beknopte wijze verslag gedaan van het onderzoek, worden de belangrijkste inzichten gepresenteerd en wordt stilgestaan bij de wijze waarop gemeentelijke beleidsmakers daarvan gebruik kunnen maken om sport en beweging te stimuleren.



Samenvatting

De mate waarin kinderen deelnemen aan sport- en bewegingsactiviteiten hangt af van verschillende factoren. Voor een deel is dit gedrag genetisch bepaald. Daarnaast spelen psychologische factoren, interpersoonlijke invloeden, omgevingsfactoren en maatschappelijke factoren een rol. Deze verschillende invloeden werken op elkaar in. Nu eens versterken zij elkaar, dan weer werken zij elkaar tegen. Dat het sport- en beweggedrag van kinderen in grote mate sociaal bepaald is, impliceert dat het ook te beïnvloeden is. Dat biedt beleidsmakers perspectief, want hun interventies zouden kunnen resulteren in meer sport en bewegen door meer kinderen. Maar omdat het sport- en beweggedrag de uitkomst is van een 'onderhandelingsproces' tussen veel verschillende op elkaar ingrijpende stimulerende en belemmerende factoren (Elling, 2007), is de beïnvloeding daarvan niet eenvoudig en zijn de mogelijkheden daartoe per definitie begrensd.

Dit onderzoek onder kinderen van tien tot twaalf jaar in bewegingsarme en bewegingsrijke wijken in Zwolle en Emmen maakt duidelijk dat de belangrijkste invloeden op het sport- en beweggedrag van de kinderen door en via de ouders kunnen worden uitgeoefend. Zij kunnen kinderen faciliteren, enthousiasmeren, aansporen of zelfs regelrecht verplichten om actief te worden of te blijven. Zij kunnen een goed voorbeeld geven door zelf te sporten of door er een actieve leefstijl op na te houden.

Individuele motivatie speelt een belangrijke rol bij de keuze om wel of niet mee te doen aan sport en beweging, maar kan eigenlijk niet als een determinant van die deelname worden beschouwd. De individuele keuze om te sporten of iets anders te doen wordt ingegeven door verschillende uiteenlopende motieven die soms met elkaar conflicteren en die aan verandering onderhevig zijn. Het motief om de ene dag te sporten heeft de andere dag geen effect. Zelfs als iedereen stevast met dezelfde motivatie zou sporten, maakt de onderlinge variatie in beweegredenen het moeilijk om goed in te spelen op de wensen van de kinderen. Zo kunnen sport- en bewegingsactiviteiten met een wedstrijdelement voor sommigen heel aantrekkelijk zijn, maar bij anderen weinig enthousiasme ontlokken. In dit opzicht is er bijvoorbeeld een duidelijk onderscheid waarneembaar tussen jongens en meisjes. Voor een optimaal bereik zal het aanbod aan sport- en bewegingsactiviteiten dan ook zeer gevarieerd moeten zijn. Door onder andere bij de inrichting van schoolpleinen en de vormgeving van het bewegingsonderwijs meer rekening te houden met de uiteenlopende voorkeuren die kinderen hebben, kan bevorderd worden dat meer kinderen met meer plezier sporten en bewegen.

Hoewel de verschillen in sociaal-economische status van de ouders doorwerken in het sport- en beweggedrag van de kinderen, lijken de kosten die gemoeid zijn met sport en beweging voor de meeste gezinnen daarop betrekkelijk weinig invloed uit te oefenen. Belangrijker zijn de verschillen in leefstijl, met name de voorbeelden en stimulansen die de kinderen thuis krijgen. In de sociaal-economisch sterkere wijken is deelname aan sport en beweging hoger. In de bewegingsarme wijken wonen meer allochtonen en door culturele en religieuze belemmeringen blijft de deelname aan sport en beweging voornamelijk onder de meisjes ver achter bij die van de andere kinderen. Allochtone jongens hebben in deze sfeer geen achterstand ten opzichte van hun autochtone leeftijdgenoten.

Ouders hebben verschillende krachtige middelen in handen om het beweeggedrag van hun kinderen te bevorderen. Sport- en bewegingsstimulering van kinderen in de leeftijd van de basisschool heeft vooral kans wanneer de ouders daarin worden betrokken. Dat geldt voor alle kinderen, maar het meest voor de categorie die de grootste achterstand heeft in sport en bewegen: de allochtone meisjes.

Naast de ouders kunnen ook anderen in de directe sociale omgeving voor kinderen als rolmodel fungeren. Met name **broertjes, zusjes en leeftijdgenoten** kunnen als voorbeeld dienen. In sport en spel fungeren zij niet alleen als rolmodel, maar ook als speelkameraad. Bij het opzetten van sport en bewegingsactiviteiten voor kinderen mag hieraan niet voorbij worden gegaan. Het sociale karakter van sport en spel is voor kinderen erg belangrijk.

De school is voor kinderen de omgeving waarin ze, als ze niet thuis zijn, het grootste deel van hun tijd doorbrengen. Het is ook een omgeving die op verschillende manieren invloed heeft op het sport- en beweeggedrag van de kinderen. Allereerst is het schoolplein de plek waar de kinderen vertoeven voor en na schooltijd, en tijdens de pauzes. Daar kunnen meer of minder bewegingsrijke activiteiten worden ontplooid. Dan zijn er de lessen bewegingsonderwijs, de sportdagen en de buitenschoolse sportactiviteiten. Tot slot is er natuurlijk de weg die moet worden afgelegd van huis naar school en terug. Dat kan lopend of fietsend, maar ook met een gemotoriseerd voertuig. De pauzes op de scholen worden zeer wisselend doorgebracht. Jongens blijken daarin veel actiever dan meisjes. Eén van de verwachtingen was dat de leerlingen van scholen waar sport en beweging een relatief belangrijke plaats inneemt ook meer aan sport en beweging zouden doen. Maar daar zijn vooralsnog geen echte duidelijke bewijzen voor gevonden.

Ook de invloed van **de leefomgeving** op het sport- en beweeggedrag van kinderen is onderzocht. Bijvoorbeeld de aanwezigheid van sportorganisaties, de inrichting van de wijk, de sociale veiligheid en de staat van onderhoud van voorzieningen. Er blijkt een duidelijk verband te zijn tussen de beoordeling van de mogelijkheden voor sport en spel en de deelname daaraan. Gelet op de onderlinge verschillen in sport- en beweeggedrag tussen kinderen die in dezelfde buurt opgroeien, bieden de aanleg, het onderhoud en de exploitatie van kwalitatief goede sport- en speelvoorzieningen geen garantie voor de ontwikkeling van een actieve leefstijl. Zij dragen daar slechts in voorwaardelijke zin aan bij.

Een goed georganiseerd sportaanbod in de buurt is een belangrijke voorwaarde voor een hoge deelname aan het sportverenigingsleven. Kinderen in de basisschoolleeftijd weten de sportverenigingen doorgaans goed te vinden, maar de lidmaatschappen zijn soms erg vluchtig. Kinderen komen vandaag de dag met veel meer sporten in aanraking, maar blijven minder lang lid dan vroeger het geval was. Enerzijds heeft het 'zappen' te maken met de wens om verschillende takken van sport uit te proberen. Er is weinig op tegen als dat bijvoorbeeld in het perspectief van zelfontplooiing wordt gedaan. Anderzijds komt als reden voor het 'zappen' regelmatig onvrede over de gang van zaken in de verenigingen ter sprake. Door opleiding en aanstelling van goede trainers, coaches en ander verenigingskader kan een deel van het verloop en ook van de uitval worden voorkomen.



We beginnen hierna in hoofdstuk 1 met een beschrijving van de **opzet van het onderzoek**. Het eerder uitgevoerde vooronderzoek, de geselecteerde wijken, de respondenten en onderzoeksmethoden komen daarbij kort aan bod.

Daarna staan we in hoofdstuk 2 stil bij de **invloeden op gedrag**. Zijn er aangeboren of aangeleerde gedragingen in het spel als het gaat om sport- en beweeggedrag?

Vervolgens komen de bevindingen uit het onderzoek en de verworven kennis en inzichten over het sport- en beweeggedrag van kinderen aan bod. In hoofdstuk 3 worden enkele **algemene aspecten van het sport- en beweeggedrag** van de betreffende kinderen op een rijtje gezet. Onder andere motieven om wel of niet te sporten en te spelen passeren hier de revue.

Aansluitend gaan we in hoofdstuk 4 dieper in op **omgevingsinvloeden** op dat gedrag: de ouders, de broertjes en zusjes, vriendjes en vriendinnetjes, de school, de buurt en de sportclub.

Tot slot zijn in hoofdstuk 5 op basis van de onderzoeksbevindingen **aanbevelingen** geformuleerd voor beleidsmakers en mensen in het veld.

De tekeningen in het hart van dit rapport zijn op ons verzoek gemaakt door de jonge respondenten. De kinderen verbeelden hierin hun ideale buurt of schoolplein. Ook zult u in dit verslag diverse malen **citaten van respondenten** tegenkomen. Deze uitspraken zijn door hen gedaan tijdens de vraaggesprekken en illustreren vaak de bevindingen.

De lezer die meer wil weten over het onderzoeksproject en kennis wil nemen van de uitgebreide onderzoeksgegevens waarop deze publicatie is gebaseerd, wordt verwezen naar de volgende bijlagen, die als PDF bestanden zijn te downloaden van de website van het Nicis Institute, www.nicis.nl:

- Samenstelling projectteam en begeleidingscommissie
- Selectie wijken en scholen
- Resultaten veldverkenning
- Aandachtspuntenlijst vraaggesprekken
- Vragenlijst enquête
- Samenstelling steekproef
- Kruistabellen, correlaties en regressieanalyses

1. Opzet van het onderzoek

Vooronderzoek

Voorafgaand aan dit onderzoek zijn in opdracht van de gemeenten Zwolle en Emmen zogenaamde nulmetingen¹ uitgevoerd naar het sport-en beweeggedrag van de kinderen in beide steden. Voor deze metingen werden de leerlingen van de groepen 4 (zeven - acht jaar) en 7 (tien - elf jaar) van alle basisscholen benaderd. In Zwolle werden met medewerking van 49 scholen in tien wijken 1.151 leerlingen bereikt, in Emmen ging het om 1.585 leerlingen van 67 scholen in elf wijken. Het doel van dit onderzoek van Sportscan was het meten van allerlei aspecten van het sport- en beweeggedrag. Gekeken is onder andere naar het aantal kinderen dat lid is van een sportvereniging, welke takken van sport populair zijn, wat kinderen in hun vrije tijd, binnens- en buitenshuis doen en of zij de beweegnorm halen. Op basis van de gegevens uit deze nulmetingen hebben de betrokken gemeenten kunnen vaststellen in welke wijken en scholen sprake is van achterstanden op het gebied van sport en bewegen.

Bewegingsarme en bewegingsrijke wijken

Op basis van de resultaten van de nulmetingen in Zwolle en Emmen zijn in beide steden twee bewegingsrijke en twee bewegingsarme wijken geselecteerd waar het vervolgonderzoek is uitgevoerd. In Zwolle werden de wijken Holtenbroek en Diezerpoort (bewegingsarm), Zwolle Zuid en Stadshagen (bewegingsrijk) gekozen. In Emmen waren dat Angelso en Bargeres (bewegingsarm), Rietvelden en Barger-Oosterveld (bewegingsrijk).

Bij de selectie zijn twee criteria toegepast: het percentage kinderen dat is aangesloten bij een sportvereniging en het percentage kinderen dat kampt met overgewicht. **Wijken waar relatief veel kinderen lid zijn van een sportvereniging en relatief weinig kinderen last hebben van overgewicht zijn als bewegingsrijk gekwalificeerd. Daartegenover staan bewegingsarme wijken, die relatief laag scoren op verenigingslidmaatschap en hoog op overgewicht.**

Respondenten

De aandacht in het vervolgonderzoek heeft zich binnen deze wijken toegespitst op de leerlingen uit de twee hoogste groepen van een aantal basisscholen. De keuze voor kinderen in de leeftijdscategorie van tien tot twaalf jaar sluit deels aan bij de aanpak uit de nulmeting. Hoewel daarin ook jongere kinderen betrokken waren, is daar in het verdiepende onderzoek op praktische gronden van afgezien. De reden voor deze keuze is dat hele jonge kinderen niet goed in staat zijn om zelfstandig informatie te geven over hun ervaringen en opvattingen. Terwijl het juist de beleavingswereld van het kind is dat de aanknopingspunten heeft geboden voor het onderzoek. Niet bijvoorbeeld de gezondheidswaarden of de organisatorische aspecten van sport en bewegen stonden centraal in het onderzoek, maar de meningen en ervaringen van de kinderen. Waarom is het ene kind zoveel actiever dan het andere kind? Wat motiveert en stimuleert kinderen om in beweging te komen en aan sport te doen?

¹ Deze metingen zijn uitgevoerd door Sportscan in het voorjaar van 2005 respectievelijk 2006.

In de steekproef voor de enquête zitten iets meer kinderen uit Emmen dan uit Zwolle en ook iets meer kinderen uit bewegingsrijke dan uit bewegingsarme wijken. Het aantal jongens en meisjes is daarentegen mooi in evenwicht en hetzelfde geldt voor de verdeling van het aantal kinderen uit groep 7 en 8. De meeste kinderen zijn autochtoon, ruim een kwart heeft een allochtone achtergrond. In Zwolle is het percentage allochtone kinderen hoger dan in Emmen. Ook is er sprake van een concentratie van allochtone kinderen in de bewegingsarme probleemwijken.

Soort Wijk	Etniciteit (percentages)		
	Autochtoon	Allochtoon	Totaal
Bewegingsrijke wijken	89	11	100
Bewegingsarme wijken	57	43	100
Totaal	74	26	100

Tweederde van de allochtone kinderen behoort tot de tweede generatie en is in Nederland geboren. Eenderde is elders ter wereld gekomen. De herkomstgroepering is divers. Ongeveer een kwart van de allochtone kinderen is in Turkije geboren of heeft ouders die daar vandaan komen. Eveneens een kwart heeft een band met Marokko, Suriname of de Nederlandse Antillen en Aruba. De rest is elders geworteld. Gelet op het aanzienlijke aantal allochtone kinderen hoeft het geen verbazing te wekken dat van alle kinderen in het onderzoek een flink aantal is dat de Islamitische geloofsovertuiging heeft, circa elf procent.

Onderzoeksmethoden

Verskillende onderzoeksmethoden zijn toegepast om dieper inzicht te krijgen in de eerder geconstateerde verschillen in het sport- en beweeggedrag. Er is een veldverkenning gedaan, er zijn vraaggesprekken en enquêtes afgenomen en er is een literatuurstudie verricht. Bovendien is een tekenwedstrijd opgezet. Hieronder worden de verschillende methoden kort beschreven.

Veldverkenning

Allereerst heeft een veldverkenning plaatsgevonden. De onderzoekers hebben zich verdiept in gemeentelijke informatie over de ruimtelijke inrichting en de sociaaldemografische opbouw van de bovengenoemde wijken. In aanvulling daarop zijn zij door de wijken gefietst en hebben de verschillende speelplekken beoordeeld aan de hand van een checklist. Deze is samengesteld op basis van de Sport en Beweeg Scan die is ontwikkeld door het Nederlands Instituut voor Sport en Beweging (L'abée, 2004).

Vraaggesprekken

Met medewerking van een aantal basisscholen in de verschillende wijken verdeeld over Zwolle en Emmen zijn vervolgens twintig gezinnen benaderd voor diepte-interviews met ouders en kinderen. De selectie van de gesprekspartners gebeurde door de leerkrachten. Hen werd gevraagd om twee gezinnen aan te wijzen waarvan zij de veronderstelling hadden dat het ene bewegingsrijk en het andere bewegingsarm zou zijn. Deze gesprekken vormden een kwalitatieve voorstudie voor een

bredere verdiepende enquête. Enkele tekstpassages uit deze gesprekken worden in deze publicatie gebruikt ter illustratie van de bevindingen. In de marge van de vraaggesprekken is aan de betrokken kinderen gevraagd om een activiteitendagboek van de dag voorafgaand aan het interview in te vullen.

Enquête

Achttien basisscholen in de bovengenoemde wijken hebben medewerking verleend aan de verdiepende enquête. Daar is klassikaal een schriftelijke vragenlijst afgenomen onder de leerlingen van groep 7 en 8. In totaal hebben 939 leerlingen aan het onderzoek meegedaan. Omdat alle respondenten naar school gaan in specifieke geselecteerde wijken en er dus geen sprake is van een aselechte steekproef, kunnen de onderzoeksresultaten niet zonder meer als representatief worden beschouwd voor alle tien tot twaalf jarige kinderen in respectievelijk Zwolle en Emmen. Laat staan dat deze bevindingen voor heel Nederland gelden. Maar daar is het in dit verdiepende onderzoek ook niet om te doen. Het doel van het onderzoek is immers niet om een betrouwbaar beeld te geven van het sport en beweeggedrag in de betrokken steden of in het land. **Het gaat om het achterhalen van de kritische succesfactoren die ervoor zorgen dat sommige kinderen met gemak aan de beweegnorm voldoen terwijl anderen daar absoluut niet aan kunnen tippen.**

Tekenwedstrijd

Gekoppeld aan de enquête is een prijsvraag uitgeschreven waarbij de kinderen werden uitgedaagd om een ontwerp te maken van hun ideale schoolplein of buurt. Ongeveer tweehonderd kinderen hebben een tekening ingestuurd. Deze kindertekeningen vormden enerzijds een aanvullende kwalitatieve input voor het onderzoek. Anderzijds zijn ze gebruikt als illustratiemateriaal in dit boekje.

Literatuurstudie

Parallel aan het empirisch onderzoek is de wetenschappelijke en beleidsmatige literatuur bestudeerd over het sport- en beweeggedrag van kinderen en de invloeden daarop.



2. Sportiviteit: aangeboren of aangeleerd?

Wie mensen wil stimuleren tot meer sport en beweging dient zich te realiseren dat de mogelijkheden daarvoor per definitie begrensd zijn. Sportiviteit en beweeglijkheid kunnen weliswaar worden gestimuleerd en aangeleerd, maar zijn voor een deel ook aangeboren. Bijvoorbeeld iemands aangeboren fysieke gestel oefent een belangrijke invloed uit op het sport- en beweggedrag. Wie aanleg heeft voor sport, heeft er al gauw ook meer plezier in en zal zich er eerder aan overgeven, zelfs wanneer de omgeving misschien niet stimulerend is (Bois e.a., 2005; Martin & Dodder, 1991).

“Het zit toch in hem zelf. Als er geen kinderen op straat zijn dan voetbalt hij ook. Hij is helemaal gek van de bal. Hij is altijd wel bezig. Computer en tv interesseren hem helemaal niet. Ja, de wedstrijd van FC Emmen daar kijkt hij wel altijd naar, maar de rest niet. Hij heeft zelfs een televisie met video en alles op zijn kamer, maar dat interesseert hem helemaal niet. Dan zit hij boven met een plastic balletje te spelen.”

Een moeder

“Ze is altijd een bezig bijtje. Ik denk dat het de genen zijn. Ik was zelf ook ondernemend en mijn neefjes en nichtjes, die hebben precies hetzelfde. Het zijn niet van die kinderen die constant voor de buis alleen maar zappen. Echt dat speelse heeft ze ook in zich, ze moet op die manier haar energie kwijt en gelukkig vindt ze bewegen ook gewoon prettig, zoals fietsen en zo. Het is geen lui kind zeg maar, daar bofje gewoon mee.”

Een moeder

De mate waarin mensen deelnemen aan sport- en bewegingsactiviteiten wordt bepaald door verschillende factoren. Voor een deel is dit gedrag genetisch bepaald. Tegelijkertijd spelen psychologische factoren, interpersoonlijke invloeden, omgevingsfactoren en maatschappelijke factoren een rol. Deze verschillende invloeden werken op elkaar in. Nu eens versterken zij elkaar, dan weer werken zij elkaar tegen (Van Bottenburg e.a., 2005).

Volgens recent erfelijkheidsonderzoek (Stubbe, 2006) is de invloed van de genen gedurende het leven niet gelijk. Individuele verschillen tussen kinderen in sport- en beweggedrag hebben andere oorzaken dan verschillen in het gedrag van volwassenen. Zo wordt het sportgedrag van volwassenen voor meer dan zestig procent bepaald door genetische aanleg, maar zijn bij kinderen en jongeren tot in de puberteit juist de sociale invloeden (opvoeding en onderwijs) en omgevingsfactoren dominant. Waar dat precies door komt, is niet bekend. Wellicht hebben sociale invloeden een sterkere uitwerking op kinderen dan op volwassenen. Het is ook mogelijk dat de genen die bepalen hoe goed iemand kan sporten pas op latere leeftijd een rol spelen.

Het is hoopgevend dat het sport- en beweggedrag van kinderen in grote mate sociaal bepaald is omdat dat impliciet betekent dat het te beïnvloeden is. Dat biedt niet alleen aan ouders, leerkrachten en bijvoorbeeld artsen, maar ook aan beleidsmakers perspectief. In het vervolg van deze publicatie worden aanknopingspunten gegeven voor beleidsinterventies die kunnen resulteren in meer sport en bewegen door meer kinderen. Daarbij moet evenwel steeds bedacht worden dat gedragsbeïnvloeding, zeker in het domein van de vrije tijd, een buitengewoon complexe aangelegenheid is omdat uiteenlopende factoren en keuzemogelijkheden op elkaar ingrijpen (McElroy, 1983).

A black and white photograph of three children, two boys and one girl, smiling and holding a trophy. The child in the center is a girl with dark skin, wearing a light-colored tank top, holding the trophy. The two boys are on either side of her, one with light skin and one with dark skin, both smiling broadly. The background is dark and out of focus.

3. Algemene aspecten van sport- en beweggedrag

3.1 Sporten en spelen

Om te achterhalen welke kinderen veel, respectievelijk weinig sporten en bewegen, zijn aan alle kinderen in het onderzoek de volgende vragen gesteld over sporten en spelen in de buurt, tijdens pauzes op school en in de vrije tijd bij sportclubs:

- Speel je buiten schooltijd wel eens buiten?
- Hoe lang speel je dan meestal buiten?
- Wat doe jij meestal in de pauzes op het schoolplein?
- Doet jouw school mee aan sporttoernooien of sportmiddagen met andere scholen? En doe je zelf ook mee?
- Doe je buiten schooltijd aan sport?
- Ben je op het ogenblik lid van één of meer sportverenigingen?

De meeste kinderen uit groep 7 en 8 spelen vrijwel dagelijks één tot twee uur buiten. Soms spelen ze alleen, vaker samen met vrienden en vriendinnen. Dat kan op straat zijn maar ook in een park of op een plein of speelveld in de buurt. Niettemin speelt ongeveer één op de vijf kinderen toch eigenlijk liever binnen dan buiten en is bijna één op de drie kinderen het (helemaal) eens met de stelling:

Na schooltijd ga ik meestal televisiekijken of computeren.

Meer dan zestig procent van de kinderen is in de pauzes ook op het schoolplein actief met sport, zoals voetballen, basketballen of tafeltennissen, of spel: tikkertje, hinkelen, schommelen en dergelijke. Eenderde van alle leerlingen benut de pauze vooral om bij te kletsen met vrienden en vriendinnen.

Naar eigen zeggen doet driekwart van alle leerlingen uit de geselecteerde schoolgroepen in Zwolle en Emmen mee aan schoolsporttoernooien en -middagen. Ongeveer evenveel kinderen doen buiten schooltijd vrijwel wekelijks aan sport. Tweederde is ook aangesloten bij een sportclub.

De bevindingen in Zwolle en Emmen verschillen niet significant van elkaar en sporen met landelijke cijfers over het sporten en buiten spelen van kinderen (Breedveld & Tiessen-Raaphorst, 2006; Zeijl e.a., 2005). De kinderen in beide steden lijken niet meer of minder actief dan hun leeftijdgenoten elders in Nederland.

Op basis van de zes hierboven aangehaalde sport- en bewegvragen is een eenvoudige beweegschaal geconstrueerd waarop de individuele antwoorden van elk kind met elkaar in verband worden gebracht in één omvattende score. De maximale score op deze beweegschaal bedraagt 26 punten en wordt toegekend aan de kinderen die dagelijks een paar uur buiten spelen, actief in de weer zijn tijdens schoolpauzes, meedoen aan schoolsporttoernooien, minstens één keer per week sporten en lid zijn van een sportclub. Kinderen die nooit buiten spelen, de schoolpauzes vooral kletsend doorbrengen, niet meedoen aan schoolsport en ook in hun vrije tijd nooit sporten, scoren nul punten.

In de volgende tabel zijn de scores op deze beweegschaal van alle kinderen in beeld gebracht. Hieruit is af te lezen welke variatie er bestaat in het beweeggedrag van de kinderen. Het verschil tussen jongens (gemiddelde score 18,6) en meisjes (gemiddelde score 17,0) is significant. Jongens sporten meer en zijn vooral in de schoolpauzes actiever dan de meisjes.

Seks	Scores beweegschaal (percentages)				Totaal
	Kinderen met beweegscore < 9 punten	Kinderen met beweegscore 9 - 14 punten	Kinderen met beweegscore 15 - 20 punten	Kinderen met beweegscore 21 - 26 punten	
Jongens	5	19	36	40	100
Meisjes	11	23	38	28	100
Totaal	8	21	37	34	100

Het verschil tussen de beweegscores van jongens en meisjes komt vooral voor rekening van de allochtone meisjes. Zij scoren op bijna alle items van de beweegschaal significant lager dan de rest.

Seks	Etniciteit	Gemiddelde score beweegschaal
Jongens	Autochtoon	18,4
	Allochtoon	19,1
Meisjes	Autochtoon	17,8
	Allochtoon	14,7
Totaal		17,8

Niet alle allochtone meisjes zijn moslima's, maar het is vooral de culturele en religieuze invloed van de islam die in deze categorie meisjes de score op de beweegschaal drukt (zie ook Hooft, 1987; Ten Pas e.a., 1996 en Jansen, 2005).

Seks	Geloofsovertuiging	Gemiddelde score beweegschaal
Jongens	Geen/weet niet	18,4
	Christelijk	18,8
	Islamitisch	19,8
	Overig	18,0
Meisjes	Geen/weet niet	17,8
	Christelijk	16,8
	Islamitisch	13,6
	Overig	15,6
Totaal		17,8

Er zijn maar weinig jonge moslima's die in verenigingsverband sporten. Niet meer dan 28 procent van deze meisjes is lid van een sportclub, terwijl dat percentage voor alle allochtone meisjes in deze leeftijd op 39 uitkomt. De achtergrond hiervan kwam in de vraaggesprekken aan de orde.

Dochter: “Ik draag een hoofddoek en heel veel meisjes hier dragen een hoofddoek. Die mogen dan niet zwemmen als er jongens bij zijn. Ik wil dat er een zwembad is alleen voor meisjes, zonder de jongens.”
Moeder: “Ik vind het mooi in Nederland dat alles kan, maar ik begrijp niet waarom ze dit niet doen. Als het mag van de gemeente moeten ze één of twee dagen speciaal voor meisjes maken.”
Dochter: “Ik wil echt heel graag zwemmen, ik heb nog geen enkel diploma.”
Moeder: “Ik zou het mooi vinden om samen met mijn dochter te zwemmen. Als er mannen zijn dan kan ik niet vanwege het geloof.”

Sport is voor veel moslima's geen vanzelfsprekendheid. Instemming van vader en moeder en soms zelfs van andere gezinsleden is noodzakelijk (Van den Hombergh, 2006). Vooral het samen sporten met jongens of mannen, of onder leiding van mannen is voor veel van hen problematisch. Het lichaam moet bij het sporten steeds bedekt blijven en 's avonds sporten kan op bezwaren stuiten omdat zij niet alleen over straat mogen.

Autochtone meisjes kijken in hun sport- en beweeggedrag weinig af van de jongens. In de schoolpauzes zijn ze minder actief en als ze buiten spelen doen ze dat minder lang, maar daar tegenover staat dat deze meisjes iets vaker zijn aangesloten bij een sportclub.

Seks	Etniciteit	Percentage kinderen lid sportclub
Jongens	Autochtoon	66
	Allochtoon	72
Meisjes	Autochtoon	76
	Allochtoon	39
Totaal		67

Opmerkelijk is het verschil tussen de autochtone en allochtone jongens. Het is weliswaar geen significant verschil, maar de allochtone jongens trekken de gemiddelde score wel omhoog.

Gelet op deze cijfers over het sport- en beweeggedrag van de kinderen in de leeftijdscategorie van 10 tot 12 jaar in Emmen en Zwolle, zou het gerechtvaardigd zijn om de inspanningen in het kader van het landelijke beleidsprogramma ‘Meedoen allochtone jeugd door sport’ volledig te concentreren op de meisjes. Allochtone jongens in deze leeftijd hebben op dit vlak geen achterstanden. Integendeel.

Het onderscheid tussen bewegingsrijke en -arme wijken (dat werd gemaakt op basis van de gegevens uit de nulmetingen) is gerechtvaardigd wanneer de beweegscores in beide wijken met elkaar worden vergeleken. Maar wanneer de scores worden uitgesplitst naar geslacht en etniciteit blijkt dat het eigenlijk alleen de meisjes zijn (allochtone én autochtone) die significant verschillende scores laten zien.

Seks	Gemiddelde score beweegschaal		
	Etniciteit	Bewegingsrijke wijken	Bewegingsarme wijken
Jongens	Autochtoon	18,4	18,6
	Allochtoon	19,3	19,1
Meisjes	Autochtoon	18,8	16,3
	Allochtoon	17,0	13,9
Totaal		18,5	16,9

Dat de jongens uit bewegingsrijke en -arme wijken ongeveer even hoog scoren op de beweegschaal betekent niet dat hun sport- en beweeggedrag volledig vergelijkbaar is. Op verschillende items van de beweegschaal lopen de scores uiteen, maar deze compenseren elkaar. Zo wordt door de jongens in bewegingsarme wijken meer en langer buiten gespeeld maar zijn de jongens in bewegingsrijke wijken vaker lid van een sportclub.

Seks	Percentage kinderen lid sportclub		
	Etniciteit	Bewegingsrijke wijken	Bewegingsarme wijken
Jongens	Autochtoon	72	54
	Allochtoon	87	69
Meisjes	Autochtoon	85	61
	Allochtoon	57	34
Totaal		82	49

3.2 Motieven

Uit de literatuur (McCarthy, 1998; Van Rossum, 1996) is bekend dat kinderen uiteenlopende redenen hebben om te sporten. De belangrijkste die worden genoemd, zijn: plezier hebben, vaardigheden ontwikkelen, met vrienden omgaan, spanning voelen, laten zien hoe goed je bent en iets aan je conditie doen. Ook in het onderzoek dat onder de kinderen in Emmen en Zwolle is uitgevoerd zijn deze motieven aan de orde gesteld. Zowel in de vraaggesprekken als in de enquête kwamen de beweegredenen uitgebreid aan bod. De kinderen die hebben aangegeven dat zij aan sport doen, is gevraagd naar de motieven om dat te doen, de kinderen die niet sporten naar de motieven om dat te laten.

Motieven om wel te sporten

Veruit de meeste kinderen gaven aan dat zij sporten omdat ze dat leuk vinden, maar ook het gezondheidsaspect is voor velen belangrijk. Het gewicht dat aan de verschillende andere motieven wordt toegekend, varieert opvallend sterk. Bijvoorbeeld het competitie-element spreekt sommigen

zeer aan, maar anderen helemaal niet. Een derde van de kinderen doet (ook) aan sport om slank te worden of te blijven. Voor ongeveer evenveel kinderen is dat geen argument.

Zoon: “Soms is het saai als je dik achter staat. En als je voorstaat is het eigenlijk ook niet leuk. Want dan hoef je bijna niks te doen.”
 Moeder: “Voor mij is het gewoon: als ze er lol in hebben, dan vind ik het goed. Maar als hij verliest, dan baalt hij als een stekker. Ik kan het aan zijn koppie zien. Dan begint hij soms ook wel eens te schelden in de kleedkamer. Dan zegt hij dat ze beter hun best hadden moeten doen.”

De geconstateerde verschillen zijn soms gerelateerd aan een specifieke categorie kinderen. Zo zeggen allochtone jongens significant vaker dat zij op medisch advies aan sport doen. Jongens zijn veel competitiever ingesteld dan meisjes. Zij, met name de allochtone jongens, vinden het ook veel belangrijker dan de meisjes om met sport prijzen te winnen. Het zijn ook vooral de jongens die van een topsportcarrière dromen. Een slanke lijn is voor jongens en meisjes even (on)belangrijk. De jongens voelen wel iets meer druk vanuit hun ouders om aan sport te doen en hechten ook meer belang aan de omgang met vrienden bij het sporten.

Redenen om niet te sporten

Ook de kinderen die niet aan sport doen hebben daarvoor verschillende redenen. Opvallend hierbij is dat bijna de helft van de kinderen wel zou willen sporten maar daar niet toe komt omdat het sportaanbod in de buurt tekortschiet, de kosten te hoog zijn, de ouders liever niet hebben dat zij gaan sporten of eenvoudig nog geen keuze hebben kunnen maken voor een bepaalde sport.

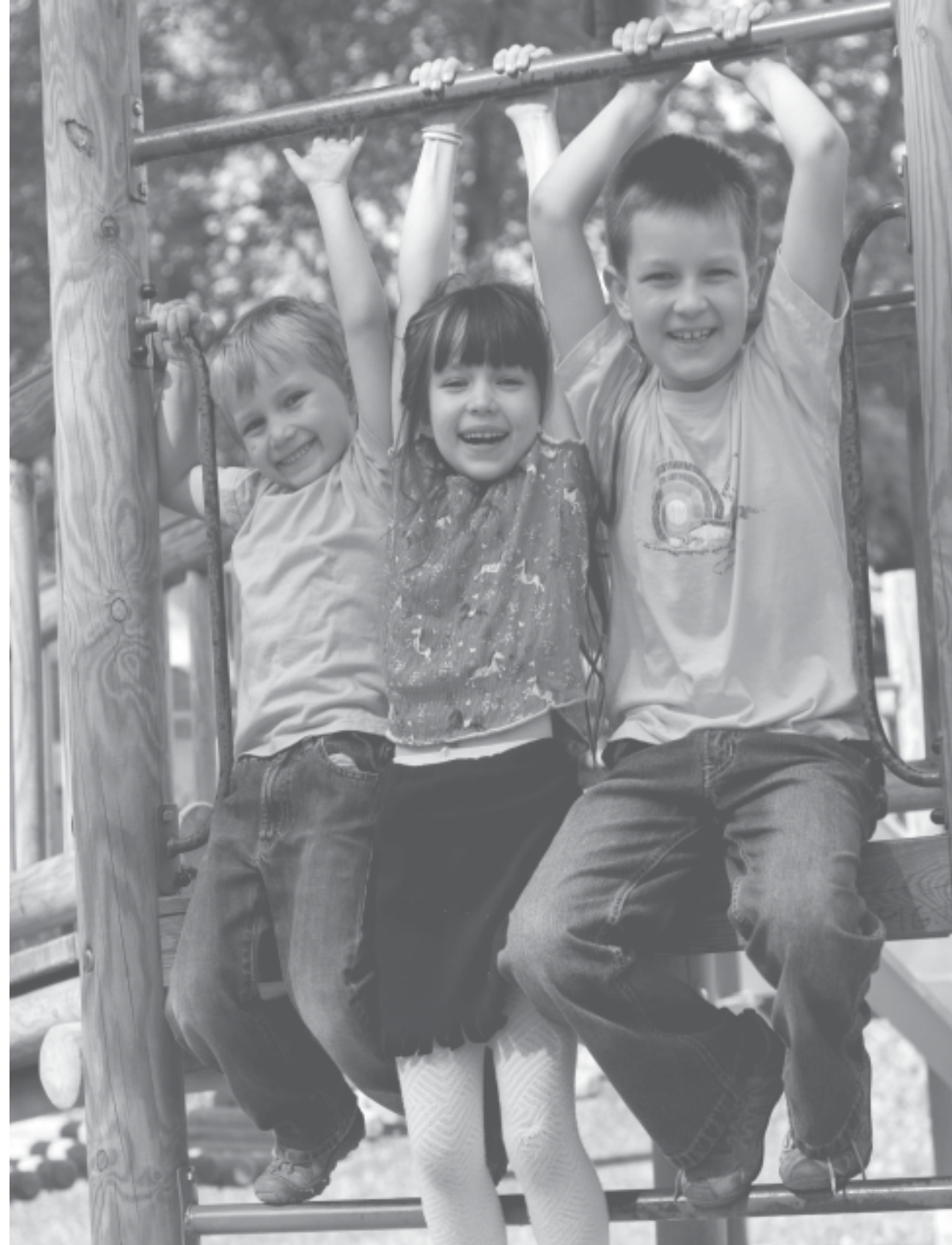
Ook de argumenten die worden aangedragen om niet te sporten, zijn tot op zekere hoogte gerelateerd aan bepaalde categorieën kinderen. Zo wordt er vooral door de allochtonen gewezen op te hoge kosten en zijn het de meisjes die gruwen van de gedachte aan een gespierd bovenlijf. Dat laatste kwam ook naar voren tijdens de vraaggesprekken.

Dochter: “Ik wil niet zoals Ronaldinho zijn, die heeft allemaal spieren. Ik wil geen spieren hebben.”
 Moeder: “Meisjes hoeven geen spieren.”
 Dochter: “Ik kan al in twee seconden spieren krijgen.”

De individuele motivatie speelt een belangrijke rol bij de keuze om wel of niet mee te doen aan sport en bewegingsactiviteiten, maar kan eigenlijk niet als een determinant van die deelname worden beschouwd (Van Bottenburg e.a. 2005). De individuele keuze om te sporten of iets anders te doen wordt ingegeven door verschillende uiteenlopende motieven die soms met elkaar conflicteren en die aan verandering onderhevig zijn. Het motief om de ene dag te sporten heeft de andere dag geen effect. Zelfs al zou iedereen stevast met dezelfde motivatie sporten, dan nog maakt de onderlinge variatie in beweegredenen het moeilijk om goed in te spelen op de wensen van de kinderen. Zo kunnen sportstimuleringsactiviteiten met een wedstrijdelement voor sommigen heel aantrekkelijk zijn, maar bij anderen weinig enthousiasme ontlokken, met alle gevolgen van dien voor de effectiviteit ervan. Voor een optimaal bereik zal het aanbod aan sport- en bewegingsactiviteiten hoe dan ook zeer gevarieerd moeten zijn.

Kortom

- Er is een significant verschil gevonden in beweeggedrag tussen jongens (gemiddelde score 18,6) en meisjes (gemiddelde score 17,0).
- Het lijkt erop dat met name de scores van de moslima's het gemiddelde van meisjes omlaag trekt.
- Er zijn maar weinig moslimmeisjes die in verenigingsverband sporten, maar autochtone meisjes zijn zelfs vaker lid van een sportclub dan autochtone jongens.
- In de verschillende wijken is sprake van verschillend beweeggedrag. Jongens in bewegingsarme wijken spelen meer en langer buiten maar jongens in bewegingsrijke wijken zijn vaker lid van een sportclub.
- De kinderen gaven als drie belangrijkste redenen om te sporten: 'omdat het leuk is', 'omdat ik gezond wil blijven' en 'omdat ik graag wedstrijdjes doe' en als argumenten om niet te sporten: 'omdat ik mijn lievelingssport niet bij mij in de buurt kan doen', 'omdat ik niet gespierd wil worden' en 'omdat ik er niet goed in ben'.
- De onderlinge variatie in motieven is groot. Jongens, en vooral allochtone jongens, zijn competitiever ingesteld als meisjes. Het aanbod van sport- en bewegingsactiviteiten zal dan ook zeer gevarieerd moeten zijn.





4. Omgevingsinvloeden op sport- en beweggedrag

Eerder hebben we gezien dat kinderen gevoelig zijn voor invloeden uit hun omgeving en dat dit ook geldt voor sport- en beweggedrag. De voor het kind belangrijke mensen in zijn of haar leven, zoals ouders, broertjes, zusjes, vriendjes en vriendinnetjes kunnen veel invloed uitoefenen op het gedrag. Bovendien zijn de plekken waar het kind zich veel begeeft belangrijke factoren. De mogelijkheden die de school, de buurt en de sportclub in de leefomgeving bieden spelen ook een rol. Hieronder meer over deze verschillende omgevingsinvloeden.

4.1 Ouders

In het leven van jonge kinderen nemen de ouders vanzelfsprekend een belangrijke plaats in. Zij zijn, meer dan anderen, in staat om hun kinderen tot sport en bewegen te stimuleren. In theorie kan dat op verschillende manieren. Zij kunnen kinderen faciliteren, enthousiasmeren, aansporen of zelfs regelrecht verplichten actief te worden of te blijven. Zij kunnen een goed voorbeeld geven door zelf te sporten of door er een actieve leefstijl op na te houden. Maar hoe pakt dat in de praktijk uit? Over al deze mogelijkheden die ouders hebben, zijn in het onderzoek vragen gesteld en zijn ook relaties gelegd met het door de kinderen gerapporteerde sport- en beweggedrag.

Sociaalculturele factoren

Bij de beschrijving van de bewegingsrijke en -arme wijken is al even stilgestaan bij de invloed van het inkomen en de opleiding van de ouders op het sportgedrag van de kinderen. Dat mensen met een hoger opleidingsniveau en een hoger inkomen meer aan sport doen, heeft vooral te maken met een verschil in levensstijl. Vroeger was sport een elitaire aangelegenheid en konden alleen de hogere klassen zich zo'n 'nutteloos tijdverdrijf' veroorloven. Met het groeien van de welvaart is de sport geleidelijk aan gepopulariseerd. Niettemin is er nog altijd sprake van een sociale gelaagdheid in sportdeelname. Mensen met hogere opleidingen hechten meer waarde aan sport. Een verklaring die hiervoor vaak wordt gegeven, is dat zij bewustere keuzes zouden maken en ook dat zij gemiddeld genomen in hun dagelijks leven aan minder beweging zouden toekomen. Met andere woorden; zij zouden veel meer reden hebben om compensatie te zoeken voor de fysieke inspanning die vrijwel volledig uit het leven van alledag is gebannen. Hoe het ook zij, er zijn verschillen in levensstijl en deze zijn vooral sociaal-cultureel bepaald.

Sociaaleconomische factoren

Hoewel de kosten van sportbeoefening objectief gezien geen grote rol meer spelen (Taks, 1994), gaat het te ver om de sociaal-economische factor volledig te ontkennen. Sportbeoefening brengt kosten met zich mee. Dat hoeft niet veel te zijn, maar kan soms behoorlijk oplopen. Voor de overgrote meerderheid van de gezinnen speelt, volgens de kinderen althans, het geld in deze geen rol van betekenis. Negen van de tien kinderen waren het in ieder geval (helemaal) niet eens met de stelling: *Ik kan niet sporten omdat het te duur is*. Een paar procent van de kinderen bevestigde de stelling wel. De rest kon of wilde deze bevestigen noch ontkennen. Voor minder draagkrachtige ouders speelt het kostenaspect onherroepelijk een rol. Het perkt immers de gedragsalternatieven in. In enkele vraaggesprekken kwam dat ook tot uitdrukking.

“Ik vind sporten vrij duur geworden. Ik betaal zelf 13 euro per maand voor badmintonnen. Dat valt op zich nog mee. Maar het is toch een hele hap geld als je drie kinderen hebt. Het is een aderlating.”

Een vader

Uit eerder onderzoek kwam naar voren dat de samenstelling van het huishouden invloed heeft op de sportdeelname van kinderen (Yang *e.a.*, 1996). Mede gelet op de verschillen in financieel-economisch opzicht die daarmee vaak samengaan, zou dat ook plausibel zijn. In het onderzoek dat in Zwolle en Emmen is gehouden, zijn daarvoor echter geen bewijzen gevonden. De kinderen die opgroeien in éénoudergezinnen (elf procent van alle kinderen) scoren niet significant hoger of lager op de beweegschaal en zijn ook niet significant minder vaak lid van een sportclub dan de kinderen die opgroeien in tweeoudergezinnen.

Goed voorbeeld doet goed volgen

Belangrijker dan de samenstelling van het gezin en de sociaal-economische status van de ouders, lijken de voorbeelden en stimulansen die de kinderen thuis krijgen. De onderzoeksliteratuur (Scheerder, 2004; Yang *e.a.*, 1996; Martin & Dodder, 1991) laat hierover geen misverstand bestaan en het onderzoek in Emmen en Zwolle bevestigt dat.

Zoon: *“Ik ben lid geworden, omdat mijn vader lid was. Mijn vader en ik zijn sportief, mijn zusje zit op gymnastiek en we skeeleren en fietsen ook wel vaak met z’n allen.”*

Moeder: *“Bij een sportief gezin moet eigenlijk iedereen uit het gezin wel op een sportvereniging zitten en iedereen de hele dag met sport bezig zijn. Mijn zoon en mijn man zitten op een voetbalvereniging en de jongste zit op gym, maar dat is maar één keer in de week.”*

“Ik vind het hartstikke mooi. Ik ben erop gegaan omdat papa en mama er ook op zitten. Papa zit er niet meer op omdat hij last heeft met gooien. Maar als ik hier ben, dan oefent hij ook wel met mij hoor. Of op de camping gooit hij wel met mij over. En op de camping heb je van die mooie handbaldoeltjes. Daar gaan we ook wel eens heen en dan kan ik weer leren met oefenen. Papa zit er al heel lang op en toen mama bij papa is gekomen is zij er ook op gegaan. Ik zit er van mijn 6de op. Vanaf mijn 4de kon ik al goed gooien enzo, dat heeft mijn papa mij geleerd.”

Een jongen

Duidelijk blijkt dat het aloude adagium ‘goed voorbeeld doet goed volgen’, nog onverkort opgaat. Kinderen waarvan de ouders het goede voorbeeld geven door zelf (vaak) te sporten, zijn vaker lid van een sportclub.

Er is ook een duidelijk positief verband tussen het beweeggedrag van de ouders en de score van de kinderen op de beweegschaal. Dat geldt voor alle categorieën kinderen: voor jongens en meisjes, voor autochtone en voor allochtone kinderen.

Voor allochtone meisjes die over de hele linie lager scoren op de beweegschaal en minder vaak lid zijn van een sportclub, is de relatie met het voorbeeldgedrag van de ouders het sterkst.

Uit ander onderzoek is naar voren gekomen dat er verschillen bestaan tussen de manieren waarop vaders en moeders het bewegingsgedrag van hun kinderen beïnvloeden. Het sportieve voorbeeldgedrag van de moeder zou meisjes en jongens beïnvloeden, het gedrag van de vader alleen de jongens. Moeders zouden ook een sterkere invloed als rolmodel hebben dan de vaders (Woolger & Power, 1993; Bois *e.a.*, 2005; Brown *e.a.*, 1989; Hellstedt, 1990; Claringbould, 2006; Elling, 2007).

Dochter: *“Mijn vader is sportief. Hij fietst heel vaak en hij badmintont ook heel veel, terwijl mijn moeder eigenlijk niets doet. Hij combineert het ook met zijn werk. Hij heeft ochtenddienst, nachtdienst of middagdienst. Hij rent soms ook wel eens langs het kanaal. Eén keer ben ik met hem mee-gierend. Ik kan hem bijna niet bijhouden.”*

Vader: *“Ik probeer sport te stimuleren. Niet pushen. Ze mag van mij alles proberen. Ik heb het zelf vroeger gemist en ik wil niet dat zij later zegt van ‘goh, ik heb vroeger nooit iets kunnen doen.’ Badminton heeft ze gedaan, op paardrijden heeft ze gezeten, ze heeft balletles gehad.”*

Anderen stellen juist dat vaders een belangrijker rolmodel zijn voor jongens en moeders voor meisjes (Yang *e.a.*, 1996). Voor dergelijke uitspraken is in het onderzoek dat in Emmen en Zwolle is uitgevoerd, geen ondersteuning gevonden. Wel is vastgesteld dat de vaders via hun eigen beweeggedrag vaker een goed voorbeeld geven aan hun kinderen dan de moeders. Het zijn vooral de allochtone moeders die daarvoor verantwoordelijk zijn.

Overigens kunnen ouders hun kinderen ook heel goed tot sport en bewegen stimuleren zonder daarbij zelf als rolmodel te fungeren. Niet zelden leidt sportdeelname van kinderen tot sportbetrokkenheid van ouders (Jambor, 1999).

Dochter: *“Toen ik zes was kreeg ik skeelers en dan skeelerde ik vaak en toen zei ik: Mama koop ook eens een keer skeelers en jij ook papa. M’n moeder kocht ze, maar mijn vader niet. Toen ging ik het met mijn moeder samen proberen en werd mijn moeder ook wel een beetje sportief.”*

Moeder: *“Zij had skeelers. Zelf heb ik vroeger nooit rolschaatsen gehad, dat kon gewoon niet financieel. Op een gegeven ogenblik had ik een beetje bekkeninstabiliteit, na haar geboorte en op een gegeven ogenblik stabiliseerde zich dat en toen kocht ik een paar skeelers voor mijzelf. Zij was toen al enthousiast aan het skeeleren, dus gingen we dat samen doen.”*

Actieve levensstijl zonder sport

Behalve door zelf te sporten kunnen ouders ook een goed voorbeeld geven met een actieve leefstijl. Om die reden is aan de kinderen hierover ook een vraag gesteld (als mijn vader een brief moet posten of een boodschap moet doen, doet hij dat meestal... lopend/fietsend/met de auto?) en zijn hen twee stellingen voorgelegd die daarmee verband houden (bij ons thuis wordt veel gefietst; boodschappen doen wij vaak met de auto). Op basis van deze vraag en deze twee stellingen is een eenvoudige schaal voor het voorbeeldgedrag van de ouders samengesteld. Ook deze aspecten van het beweeggedrag van de ouders vertonen duidelijk samenhang met het beweeggedrag van de kinderen.

Scores kinderen beweegschaal (0-26 punten)	Gemiddelde score ouders voorbeeldgedrag (-2-12 punten)
<9	1,9
9-14	3,0
15-20	4,5
21-26	4,6

Aanmoediging en ondersteuning

Aan de ene kant fungeren de vaders en moeders voor de kinderen als rolmodel en is er sprake van een zeker imitatie van gedrag (Bucher, 1998). Aan de andere kant is het ook zo dat sportparticipatie door de ouders leidt tot een grotere ondersteuning van kinderen in hun sportbeoefening (Martine & Dodder, 1991). Want ouders die zelf actief sporten, zijn meer geneigd om hun kinderen bij hun sportbeoefening aan te moedigen en te ondersteunen. Aandacht en aanmoediging hebben in beginsel een positief effect op de motivatie van de kinderen om te sporten. Zo bestaat er een significant positief verband tussen de mate waarin ouders belangstelling tonen voor de sportbeoefening van hun kinderen en de score van die kinderen op de beweegschaal. Complimenten doen wonderen. Zij bevorderen dat het kind een positief beeld ontwikkelt van de eigen fysieke mogelijkheden en dat stimuleert tot meer sport en bewegen (Douglas & Martine, 1991). Vooral de goedkeuring van de moeders, zo hebben onderzoekers eerder vastgesteld, is belangrijk voor kinderen (Scanlan & Lewthwaite, 1988; Bois e.a., 2005).

“We hebben nu laatst een atletiekdag gehad en daar heeft ze aan meegedaan. En dat kan ze gewoon goed. En daar wil ik eigenlijk proberen na de grote vakantie haar op te krijgen. Voor haarzelf hoeft het niet zo nodig, maar ja zij is echt een type voor lange afstandsrennen.”

Een moeder

“Ze is niet heel sportief. En ik heb zoiets van: sport is wel belangrijk, maar ze moet het nog wel een beetje leuk vinden. Want iedere week alleen maar strijd omdat het kind niet wil, werkt ook niet. Hier in de buurt zit niks wat ze leuk vindt.”

Een moeder

Contraproductieve effecten van aandacht en aanmoediging

Aandacht en aanmoediging kunnen ook verkeerd uitpakken. Ook daarover is uit eerder onderzoek al veel bekend. Bijvoorbeeld over de aanwijzingen die ouders hun kind meegeven. Ouders kunnen ongevraagd veel aanwijzingen geven of alleen wanneer het kind erom vraagt. Als kinderen aanwijzingen van ouders als controlerend ervaren, werken teveel aanwijzingen negatief. Te weinig aanwijzingen zijn ook niet goed (Woolger & Power, 1993). Hetzelfde geldt voor de verwachtingen. Die moeten min of meer in overeenstemming zijn met de mogelijkheden die het kind ervaart.

“Aan de ene kant weet hij wel dat hij goed kan sporten, maar hij is er heel bescheiden over. Soms probeer ik hem wel duidelijk te maken dat het niet zo gewoon is. Vorig jaar had ik wat tijden op een briefje geschreven en gezegd: dat zijn de tijden die je gaat halen dit jaar. Hij was eerst helemaal niet blij dat ik die tijden opgeschreven had, maar stukje bij beetje werd er toch naar gekeken.”

Een vader

Wanneer er aan de kant van de ouders te hoge of te lage verwachtingen zijn met betrekking tot de sportresultaten van de kinderen kan dat hun motivatie om te sporten aantasten. Beloning van sportprestaties door ouders kan stimulerend zijn, mits het kind zich niet gemanipuleerd voelt. Straf werkt nooit stimulerend. Een beetje druk ervaren kinderen als stimulans, maar wanneer de druk op het kind te ver wordt opgevoerd, kan dat leiden tot conflicten tussen ouders en kind en is de kans zelfs aanwezig dat er helemaal niet meer wordt gesport –(Hellstedt, 1990).

Verplicht buiten spelen

Tot op zekere hoogte kunnen ouders ook een actieve leefstijl bij hun kinderen afdwingen. Zij kunnen bijvoorbeeld grenzen stellen aan de tijd die kinderen besteden aan televisiekijken of computeren en hen zo tot een alternatieve meer actieve tijdpassering aanmoedigen.

“Als het goed komt, ga ik op zolder slapen. Dan krijg ik een grotere kamer. Ik heb al een computer, alleen er zit nog geen internet op. Op de computer ga ik msn-en, elke avond. En als er niet te veel online zijn, ga ik gewoon spelletjes doen op gamenext. Als ik te lang achter de computer zit, dan zegt mijn moeder: hup naar buiten. In de winter zit ik er wel vaak achter, want dan kun je haast niet buiten zijn, want dan is het veel te koud.”

Een meisje

Dochter: *“We vragen gewoon wanneer we mogen computeren enzo. En als we er iets langer achter zitten, dan stuurt ze ons ook wel eens weg. Ze moet er zelf ook wel eens achter.”*

Moeder: *“Ze vindt het leuk om spelletjes te doen en ook om haar eigen website te maken. Maar ze mag niet de hele dag achter de computer of voor de televisie. Heb je niks anders te doen? Het is ook een hele bewuste keuze om de computer beneden te zetten.”*

Aan de kinderen in Emmen en Zwolle zijn twee stellingen voorgelegd die inhaken op de mogelijkheid dat ouders ingrijpen in het gedrag van hun kinderen:

1 *Mijn ouders houden in de gaten hoeveel uur televisie ik kijk.*

2 *Als het mooi weer is, moet ik van mijn ouders buiten spelen.*

Afgaande op de antwoorden van de kinderen worden er door de meeste ouders geen beperkingen opgelegd in het televisiekijken. In drie van de tien gezinnen houden de ouders een oogje in het zeil. Ten aanzien van het buiten spelen zijn de ouders meer dwingend. Ongeveer de helft van de ouders zou de kinderen met mooi weer naar buiten sturen.

Raquel

> Emmen



Annelies

> Emmen



Nienke

> Zwolle



Nina

> Zwolle



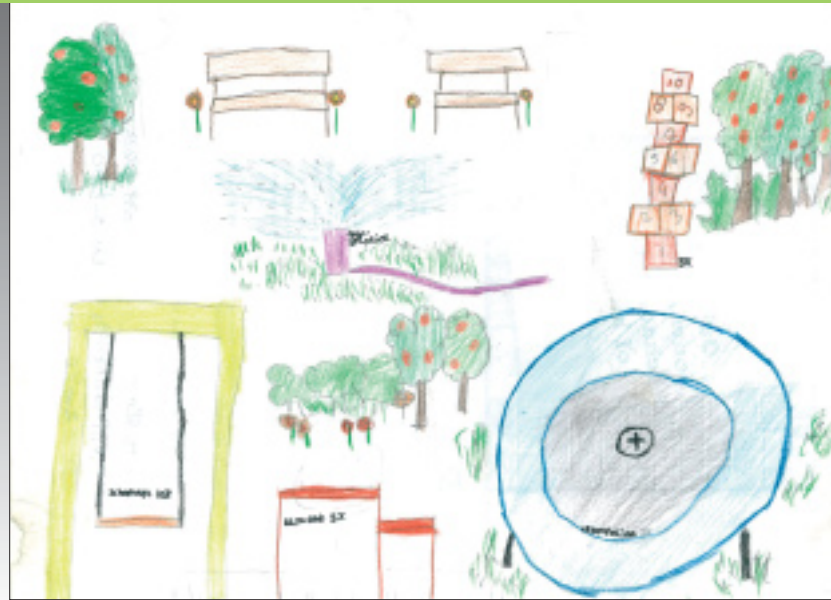
Iris

> Zwolle



Jiska

> Zwolle



Matthijs

> Zwolle



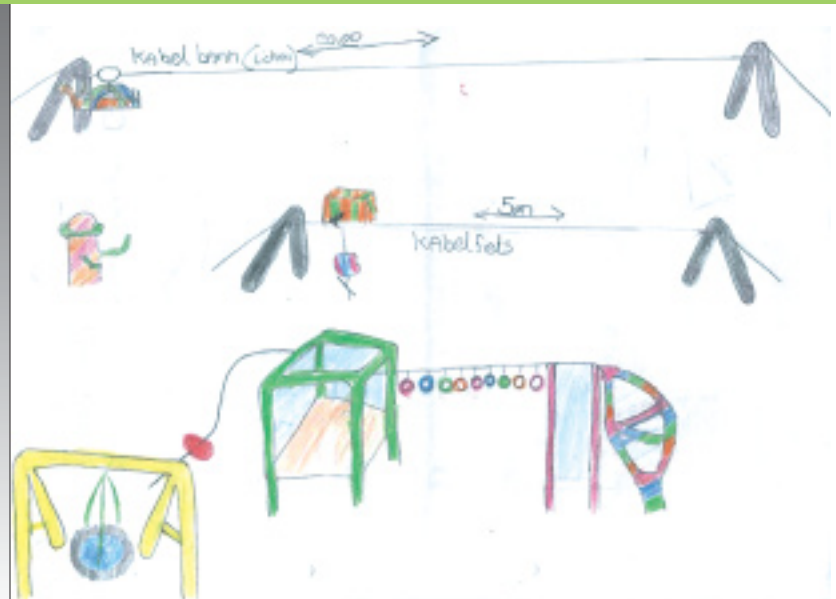
Nathalie

> Zwolle



Tessa

> Zwolle



Lotte

> Emmen



Michelle

> Emmen



Douwe

> Emmen



Mijn ouders houden in de gaten hoeveel uur ik televisie kijk (percentages)

Etniciteit	(Helemaal) niet mee eens	Niet mee eens; niet mee oneens	(Helemaal) mee eens	Totaal
Autochtoon	48	21	30	100
Allochtoon	54	16	30	100
Totaal	50	20	30	100

Als het mooi weer is, moet ik van mijn ouders buiten spelen (percentages)

Etniciteit	(Helemaal) niet mee eens	Niet mee eens; niet mee oneens	(Helemaal) mee eens	Totaal
Autochtoon	19	23	58	100
Allochtoon	43	22	35	100
Totaal	25	22	52	100

Wellicht interessanter dan deze percentages is het significante verband dat er bestaat tussen de reacties op deze twee stellingen en een derde stelling:
3 Na schooltijd ga ik meestal televisiekijken of computeren.
Autochtone ouders lijken het gedrag van hun kinderen vaker te reguleren dan de allochtone ouders. Ze doen dat met succes, zoals uit de volgende tabel blijkt.

Na schooltijd ga ik meestal televisiekijken of computeren (percentages)

Etniciteit	(Helemaal) niet mee eens	Niet mee eens; niet mee oneens	(Helemaal) mee eens	Totaal
Autochtoon	38	37	26	100
Allochtoon	27	33	40	100
Totaal	35	36	30	100

In vrijwel alle gevallen blijkt sprake te zijn van een significant en positief verband tussen regulering en de scores van de kinderen op de beweegschaal. Dit wordt duidelijk door één variabele te maken van de scores op de stellingen over het regelstellen van de ouders en deze te relateren aan de beweegschaal. Alleen met de tijdsduur van het buiten spelen, blijkt geen verband te bestaan.

Regels ouders	Scores kinderen beweegschaal (0 - 26 punten) (percentages)				
	> 9 punten	9 - 14 punten	15 - 20 punten	21 - 26 punten	Totaal
Geen	12	25	36	28	100
Één	8	20	37	35	100
Twee	2	18	38	42	100
Totaal	8	21	37	34	100

Vastgesteld kan worden dat ouders verschillende krachtige middelen in handen hebben om het beweeggedrag van hun kinderen te bevorderen. Sport- en bewegingsstimulering van kinderen op deze leeftijd heeft vooral kans wanneer de ouders daarin worden betrokken. Dat geldt voor alle kinderen, maar het meest voor de categorie die de grootste achterstand heeft in sport en bewegen: de allochtone meisjes (zie ook Jansen, 2005). Immers, vanuit hun religieuze achtergrond is het voor de ouders van allochtone meisjes vaak lastig om hen te stimuleren te gaan sporten.

Kortom

- Voor minder draagkrachtige ouders speelt het kostenaspect onherroepelijk een rol. Maar voor de meeste gezinnen lijken de kosten die gemoeid zijn met sport en beweging weinig invloed te hebben.
- Er is een duidelijk positief verband tussen het sportieve voorbeeld van ouders en de score van de kinderen op de beweegschaal.
- Ook een actieve leefstijl binnen het gezin hangt samen met het beweeggedrag van de kinderen.
- Ondersteuning van de ouders, aandacht en aanmoediging hebben in beginsel een positief effect op de motivatie van de kinderen om te sporten.
- Ouders kunnen tot op zekere hoogte een actieve leefstijl bij hun kinderen afdwingen: ouders die veel regels hanteren voor ‘niet stil zitten’ hebben kinderen die meer bewegen.
- Autochtone ouders lijken het gedrag van hun kinderen vaker te reguleren dan allochtone ouders.

4.2 Broertjes en zusjes, vriendjes en vriendinnetjes

Niet alleen de ouders maar ook anderen in de directe sociale omgeving fungeren als rolmodel voor kinderen. Met name broertjes, zusjes en leeftijdgenoten kunnen als voorbeeld dienen (Buchner, 1998; Brown e.a., 1989; Walker, 1993). In sport en spel fungeren zij niet alleen als rolmodel, maar ook als speelskameraad.

Broertjes en zusjes

Negen van de tien kinderen uit het onderzoek groeien op in een gezin met meer kinderen. Eén op de tien is enig kind. Wanneer de scores op de beweegschaal van deze kinderen met elkaar worden vergeleken, valt op dat kinderen die één of meer broers en/of zussen hebben meer in beweging komen.

Gezinssamenstelling	Gemiddelde score beweegschaal		
	Sekse	Etniciteit	
Gezin met één kind	Jongen	Autochtoon	17,7
		Allochtoon	16,0
	Meisje	Autochtoon	16,3
		Allochtoon	12,3
Gezin met meer kinderen	Jongen	Autochtoon	18,6
		Allochtoon	19,5
	Meisje	Autochtoon	17,9
		Allochtoon	15,0
Totaal			17,8

De aanwezigheid van broertjes en zusjes speelt in allochtone gezinnen een belangrijkere rol dan in autochtone gezinnen. Vooral voor allochtone meisjes maakt dit een behoorlijk verschil. Een mogelijke verklaring hiervoor zou kunnen zijn dat de broers het pad kunnen effenen voor deelname aan sport en spel (zie ook Elling, 2002). Echter, wanneer wordt ingezoomd op de lidmaatschappen van sportclubs blijken in dat opzicht in Emmen en Zwolle geen verschillen te bestaan tussen kinderen uit gezinnen met één of meer kinderen.

Vriendjes en vriendinnetjes

Uit eerder onderzoek kwam naar voren dat kinderen vooral op het schoolplein en in de buurt nieuwe vrienden maken en in veel mindere mate bij de sportclub (Elling, 2002). Het is echter wel zo dat bestaande vriendschappen vaak medebepalend zijn voor de keuze van een tak van sport of sportclub. Ook is de aanwezigheid van vrienden of vriendinnen bij een sportclub een belangrijke stimulans voor kinderen om lid te worden of te blijven van diezelfde club. Een kwart van alle kinderen uit het onderzoek is naar eigen zeggen ook via een vriendje of vriendinnetje bij de sportclub terechtgekomen.

Dochter: *“Nou eerst kreeg ik op school een blaadje, kon je zes keer naar turnen gaan. Daarvoor moest je betalen. Daar zat mijn vriendin ook op. Na die zes weken ging mijn vriendin er ook naartoe, zei ze: kom je ook mee? Toen ging ik ook mee. Ik vond het leuk en zei: ja mama, ik wil d'r ook op. En toen zei mijn moeder: ja mag wel van mij.”*

Moeder: *“Ik denk dat haar vriendin haar over de streep heeft getrokken. Ze zijn hartsuriendinnen, ze hebben in dezelfde groep gezeten, ze delen ook samen een schooltuintje.”*

“We hadden een keer schoolvoetbal en toen vond ik het wel leuk eigenlijk. Ik ging met mijn vriendinnetje mee, want die zat al op voetbal en toen vond ik het ook wel leuk. Ik mocht ook direct meedoen en toen ben ik er op gegaan.”

Een meisje

Voor meisjes lijkt dit aspect belangrijker te zijn dan voor jongens (zie ook Brown e.a., 1989). Meisjes die vriendinnen hebben die sporten, sporten zelf vaker en zijn ook vaker lid van een sportclub, dan meisjes die aangeven dat hun vriendinnen niet aan sport doen.

Doe je buiten schooltijd aan sport?

Sekse	Vrienden sporten wel/niet	heel vaak	af en toe	vrijwel nooit	Totaal
Jongens	Mijn vrienden sporten wel	74	14	13	100
	Mijn vrienden sporten niet	79	12	9	100
Meisjes	Mijn vriendinnen sporten niet	58	19	23	100
	Mijn vriendinnen sporten wel	73	15	13	100

Toch is vriendschap in de sportclub ook voor jongens heel belangrijk. Dat komt bijvoorbeeld naar voren wanneer wordt gekeken naar de redenen die kinderen aanvoeren om een sportclub de rug toe te keren. Van alle jongens die ooit lid zijn geweest van een sportvereniging en daar vanaf zijn gegaan, zegt twaalf procent te zijn gestopt vanwege pesten en verwijst vijftien procent naar het gemis van vrienden.

Broers en zussen, vrienden en vriendinnen zijn belangrijk voor kinderen. Ze kunnen zorgen voor goed gezelschap en goed voorbeeld. Bij het opzetten van sport- en bewegingsactiviteiten voor kinderen mag hieraan niet voorbij worden gegaan. Het sociale karakter van sport en spel is voor kinderen erg belangrijk.

Kortom

- Kinderen met één of meer broers en/of zussen komen meer in beweging.
- Bestaande vriendschappen bepalen in grote mate de keuze van een sportclub of tak van sport en zijn een belangrijke stimulans om lid te worden of te blijven van een sportvereniging.
- Voor meisjes en jongens is het sociale aspect van sport belangrijk.

4.3 De school

De school is voor kinderen de omgeving waarin ze, als ze niet thuis zijn, het grootste deel van hun tijd doorbrengen. Het is ook een omgeving die op verschillende manieren invloed heeft op het sport- en beweeggedrag van de kinderen. Allereerst is daar het schoolplein waar de kinderen vertoeven voor en na schooltijd en tijdens de pauzes. Daar kunnen meer of minder bewegingsrijke activiteiten worden ontplooid. Dan zijn er de lessen bewegingsonderwijs, de sportdagen en de buitenschoolse

sportactiviteiten. Tot slot is er natuurlijk de weg die moet worden afgelegd van huis naar school en terug. Die kan lopend of fietsend, maar natuurlijk ook met behulp van een gemotoriseerd voertuig worden afgelegd.

Woon-schoolverkeer

Over het verkeer tussen huis en school zijn alleen in de nulmeting vragen gesteld. De andere onderwerpen kwamen ook in het verdiepend onderzoek aan de orde. Uit de nulmeting kwam naar voren dat ongeveer driekwart van de kinderen dagelijks lopend of fietsend naar school gaat en daar per dag tien tot twintig minuten aan kwijt is. Dat betekent dat het woon-schoolverkeer in veel gevallen al een goede aanzet is om de beweegnorm - zestig minuten per dag (matig) intensieve lichamelijke activiteit - te halen.

Activiteiten op het schoolplein

De schoolpauzes worden zeer wisselend doorgebracht. Bijna tweederde van de kinderen is op het schoolplein actief in de weer met sport en spel. De rest is passief. Opvallend is het grote verschil tussen jongens en meisjes. Hiervoor zijn verschillende verklaringen mogelijk. Aan de ene kant zou het kunnen samenhangen met de leeftijd en ontwikkeling die jongens en meisjes doormaken. Meisjes op deze leeftijd zijn vaak wat verder in hun lichamelijke en geestelijke ontwikkeling. Dat kan betekenen dat de meisjes zich enigszins generen om mee te doen op het speelplein. Hoewel plausibel, lijkt deze verklaring toch moeilijk te rijmen met het gegeven dat dezelfde jongens en meisjes buiten schooltijd wel evenveel spelen in de buurt. Daarbij onderscheiden autochtone meisjes zich in de andere vormen van beweeggedrag (zoals de deelname aan schoolsporttoernooien en het lidmaatschap van sportverenigingen) geenszins van de jongens. Een andere verklaring voor het geconstateerde verschil, die misschien meer hout snijdt, is dat de jongens en meisjes niet samen spelen en sporten. Daardoor is het mogelijk dat de meisjes op het schoolplein eenvoudig minder de ruimte krijgen en dus ook minder kansen en uitdagingen om de pauze actief door te brengen.

Wat doe je in de pauze? (percentages)

Sekse	Kletsen/niets	Spelen/sporten	Totaal
Jongens	24	76	100
Meisjes	46	54	100
Totaal	36	64	100

Hoewel het percentage actieve kinderen behoorlijk hoog is, zou dat nog veel hoger kunnen zijn, want het lijkt erop dat veel van de bestaande schoolpleinen nog niet erg uitnodigen tot beweging. Meer dan zestig procent van de kinderen zou het schoolplein graag zo inrichten dat er meer ruimte is voor sport en spel. Ook uit de tekeningen die kinderen hebben gemaakt van hun ideale schoolplein, kan worden afgeleid dat kinderen daar graag meer sport- en spelvoorzieningen zouden willen zien.

Ongeveer een kwart van de leerlingen verveelt zich nog wel eens in de pauzes. Een ruimer aanbod aan sport- en spelvoorzieningen zou daarin verandering kunnen brengen, maar voorzieningen alleen zijn niet genoeg om alle kinderen meer in beweging te krijgen. Enige begeleiding is noodzakelijk om te voorkomen dat een dominante groep kinderen (jongens) exclusief beslag legt op bepaalde voorzieningen terwijl anderen niet aan hun trekken komen.

“In de pauze ga ik gewoon over het schoolplein lopen. Er valt niet zoveel te beleven. Vroeger hadden we een speeltuintje, maar dat is nu van de kleuters. Nu hebben we alleen een hardloopbaan en een basketbalveld. En we hebben een boarding voor voetbal en hockey, maar voetbal vind ik toch stom en in de boarding doen ze ook altijd voetbal. Er is ook een volleybalnet, maar daar zitten meestal kinderen uit groep 8. Dat zijn kinderen die ik niet ken. Misschien zijn ze wel niet vriendelijk of zo.”

Een jongen

Sowieso lijkt er voor de scholen alle reden te zijn om met meer aandacht te volgen wat er tijdens de pauzes op het schoolplein gebeurt. Ruim tien procent van de leerlingen vindt de pauzes op het schoolplein meestal niet leuk. Pesten komt veel voor. Maar liefst vier van de tien leerlingen zijn het een beetje tot helemaal eens met de stelling: *Op het schoolplein worden kinderen vaak gepest.*

Gymles

Hoewel de meeste leerlingen doorgaans met plezier deelnemen aan de gymlessen, worden toch veel wisselende ervaringen gerapporteerd. Opvallend hierbij is dat er onder de kinderen iets meer waardering bestaat voor de gymlessen die de groepsleerkrachten geven dan voor het bewegingsonderwijs dat de vakleerkrachten verzorgen. Het gaat om een klein verschil dat statistisch niet significant is, maar toch, het tegendeel lag in de lijn der verwachting.

“De ene keer krijgen we van de meester les, de andere keer van een gymleraar. Ik kan minder goed over de bok heen enzo. Bij de meester doen we allemaal spelletjes en bij de gymleraar doen we allemaal ingewikkelde dingen.”

Een meisje

Een belangrijke nuancering die hierbij dient te worden aangebracht is dat leukere lessen natuurlijk niet per definitie betere lessen zijn. Het doel van de lichamelijke opvoeding is niet primair het aanbieden van aantrekkelijke sport- en bewegingsactiviteiten, maar het bijbrengen van motorische vaardigheden die noodzakelijk zijn voor een veelheid van bewegingsactiviteiten in het dagelijks leven en in de sport (Galahue & Ozmun, 1998). Uit de landelijke periodieke peiling van het onderwijsniveau komt naar voren dat vakleerkrachten meer gevarieerd les geven en meer oog hebben voor de onderwijsdoelen dan de groepsleerkrachten (Cito, 2006).

“Van meester hebben we meer dingen die we leuk vinden en van de gymleraar leren we meer. Bij de gymleraar doen we altijd volleybal, basketbal en korfbal. Basketbal en volleybal vind ik niet zo leuk en bij meester doen we altijd spelletjes.”

Een meisje

Dochter: “Het is altijd wel leuk, want we hebben klassendienst. Een keer per week mogen de kinderen zelf iets bedenken. Dat is wel leuk, soms bedenken we zelf een spel.”

Vader: “Ik vind het jammer dat er geen vakleerkrachten zijn. Ze doen meestal trefbal. Ik denk niet dat dat de opzet is van het vak lichamelijke opvoeding. Ik zou het liefst een vakdocent zien die een vast programma afwerkt.”

Ofschoon de waardering voor de gymlessen over de gehele linie groot is, lijkt meer afwisseling toch wel mogelijk en wenselijk. Bijna een kwart van de leerlingen is het een beetje of zelfs helemaal eens met de stelling: *Wij doen altijd hetzelfde tijdens de gymlessen*. Ook zou beter kunnen worden ingespeeld op de competenties van de leerlingen want ongeveer een vijfde van de kinderen is het een beetje of zelfs helemaal eens met de stelling: *Gym is alleen leuk voor kinderen die goed kunnen sporten*. Op beide stellingen scoren kinderen die bewegingsonderwijs krijgen van vakleerkrachten opnieuw niet beter dan de leerlingen die gym krijgen van hun groepsleerkracht.

Het is voor welke gymleraar dan ook overigens niet makkelijk om iedereen tevreden te stellen in de les. De voorkeuren die kinderen hebben voor de invulling van het bewegingsonderwijs lopen sterk uiteen.

Wat zou je vaker/minder vaak willen doen tijdens de gymles?

	Percentage vaker	Percentage minder vaak
Balsport	50	27
Toesteloefeningen	36	24
Vecht- en verdedigingssporten	23	27
Dansen/bewegen op muziek	22	42
Atletiek	20	17
Iets anders	18	12

De nogal forse pleidooien voor meer balsport en minder vaak dansen en bewegen op muziek suggereert dat hieraan weinig respectievelijk veel aandacht wordt geschonken. Uit de eerder aangehaalde landelijke periodieke peiling van het onderwijsniveau kwam evenwel naar boven dat juist het omgekeerde het geval is. Het onderdeel dansen en bewegen op muziek komt er in de gymlessen vaak maar bekaaid vanaf (Cito, 2006). Dat het vrijwel uitsluitend meisjes zijn die meer willen dansen en bewegen op muziek, terwijl het uitsluitend jongens zijn die daar minder aan willen doen geeft te denken over de inrichting van het bewegingsonderwijs. Dezelfde tendens, maar dan iets zwakker, is zichtbaar bij de andere onderdelen van de gymles. Jongens willen meer bal-, vecht- en verdedigingssporten, meisjes minder. Meisjes willen meer toesteloefeningen en dat willen jongens weer minder graag. Alleen de voorkeur voor atletiek lijkt seksneutraal.

“Op school voetbal ik meestal met heel veel jongens. Ook met een paar meisjes, dat zijn ook wel mijn vriendinnen. In mijn vrije tijd, als ik dan zelf ga voetballen, dan ga ik meestal met jongens, want meisjes doen dat niet zomaar. Maar eigenlijk zou ik het wel leuker vinden om nu in een meidenteam te voetballen, want jongens zijn er vaak wel wat beter in.”

Een meisje

Jongens en meisjes hebben voorkeur voor verschillende vormen van sport en beweging en hebben ook uiteenlopende motieven om mee te doen aan activiteiten in deze sfeer (zie hoofdstuk 3). Dus is het ook niet verwonderlijk dat veel jongens en meisjes een voorkeur hebben om uitsluitend met andere jongens respectievelijk meisjes aan sport en spel te doen. Meisjes geven in meerderheid aan dat zij gemengd willen sporten, maar de meeste jongens denken daar anders over. Overigens hebben jongens en meisjes nog iets meer moeite met gemengd spelen dan met gemengd sporten.

Sekse	Als ik sport doe ik dat het liefst met... (percentages)				
	Etniciteit	Jongens	Meisjes	Gemengd	Totaal
Jongens	Autochtoon	51	0	49	100
	Allochtoon	63	1	37	100
Meisjes	Autochtoon	1	32	67	100
	Allochtoon	1	37	63	100

Gelet op de sterk verschillende voorkeuren is de vraag legitiem of de gangbare praktijk in de gymlessen van het primair onderwijs, waarbij jongens en meisjes in gemengde groepen worden bediend, wel zo voor de hand ligt. Hoewel daar praktische en pedagogische redenen voor kunnen bestaan, is het waarschijnlijk zo dat aparte lessen voor jongens en meisjes in deze leeftijd beter zouden uitpakken.

“Maar gym vindt hij niet zo leuk, vooral met veel meisjes, dat vindt hij echt een drama.”

Een moeder

Uit eerder onderzoek (Stegeman, 2007) is gebleken dat kinderen die bewegingsonderwijs krijgen van een vakleerkracht meer aan sport doen in hun vrije tijd (in verenigingsverband). Daarvoor is in Emmen en Zwolle geen bewijs gevonden. Er is ook geen relatie aangetoond tussen de wijze waarop de kinderen bewegingsonderwijs krijgen en hun scores op de beweegschaal. Ook bij combinatie van de variabelen vakleerkracht en schoolsportactiviteiten is geen verband gevonden tussen het sport- en beweeggedrag van de kinderen en de aandacht van scholen daarvoor.

Sportdagen

Volgens negen van de tien leerlingen organiseert hun school met enige regelmaat sportdagen, wedstrijden of toernooien en doet zij ook mee aan sporttoernooien of -middagen met andere scholen. Driekwart van de leerlingen doet daar zelf ook enthousiast aan mee.

Er zijn geen echte aanwijzingen dat de leerlingen van scholen waar sport en beweging een belangrijke plaats hebben, ook meer aan sport en beweging doen. Toch mag hieraan nog niet de conclusie worden verbonden dat het niet uitmaakt wat de scholen op dit vlak precies doen. In het onderzoek dat in Zwolle en Emmen gehouden is, waren relatief weinig scholen betrokken die zich op dit punt sterk van elkaar lijken te onderscheiden. De beleidsinspanningen van de scholen zijn slechts oppervlakkig gemeten (via de enquête onder de kinderen). En de positieve effecten van de aandacht op school voor sport en bewegen zouden ook op termijn zichtbaar kunnen worden.

Kortom

- Het woon-schoolverkeer is in veel gevallen al een goede aanzet om de beweegnorm te halen.
- In de pauzes zijn jongens op het schoolplein significant meer in beweging dan meisjes.
- Bestaande schoolpleinen kunnen volgens een ruime meerderheid van de kinderen beter ingericht worden zodat meer ruimte ontstaat voor sport en spel.
- Pesten komt op het schoolplein veel voor evenals het exclusief beslag leggen op bepaalde voorzieningen door dominante groepen. Begeleiding is dus noodzakelijk.
- Er is geen relatie gevonden tussen bewegingsonderwijs krijgen van een vakleerkracht en aan sport doen in de vrije tijd.
- Kinderen vinden de gymlessen die door de groepsleerkrachten worden gegeven veelal iets leuker dan het bewegingsonderwijs dat de vakleerkrachten verzorgen. Een belangrijke nuancering die hierbij dient te worden aangebracht is dat leukere lessen natuurlijk niet per definitie betere lessen zijn.
- Jongens en meisjes hebben voorkeur voor verschillende vormen van sport en beweging en hebben uiteenlopende motieven om aan activiteiten in deze sfeer mee te doen. Om deze redenen pakken aparte lessen voor jongens en meisjes in de onderzochte leeftijd waarschijnlijk beter uit dan de gemengde gymlessen zoals ze nu worden gegeven.

4.4 De buurt

Naast de invloed die school kan uitoefenen op het beweeggedrag van kinderen spelen de capaciteiten in de buurt ook een rol.

Op basis van twee eenvoudige indicatoren (het percentage kinderen dat lid is van een sportvereniging en het percentage kinderen dat kampt met overgewicht) is voor dit onderzoek een aantal bewegingsrijke en bewegingsarme wijken geselecteerd waar de onderzoeksinspanningen zich hebben geconcentreerd. De verschillen in sport- en beweeggedrag die naar voren kwamen uit de nulmeting, zijn ook in het verdiepend onderzoek teruggevonden. De gemiddelde score op de beweegschaal bedraagt in bewegingsrijke wijken 18,5 en in bewegingsarme wijken 16,9. Deze verschillen worden vooral veroorzaakt door de verschillen in verenigingslidmaatschappen, en dan met name onder de meisjes.

Soort wijk	Sekse	Percentage kinderen lid sportclub
Bewegingsrijke wijken	Jongens	73
	Meisjes	82
	Totaal	77
Bewegingsarme wijken	Jongens	61
	Meisjes	49
	Totaal	54
Totaal		67

De jongens in de bewegingsarme wijken compenseren hun lagere sportdeelname in georganiseerd verband door iets vaker buiten te spelen. Per saldo wordt er in de verschillende wijken door de kinderen ongeveer even vaak buiten gespeeld.

Speel je buiten schooltijd wel eens buiten? (percentages)

Soort wijk	Sekse	Vaak	Regelmatig	Af en toe	Vrijwel nooit	Totaal
Bewegingsrijke wijken	Jongens	57	36	8	1	100
	Meisjes	63	31	6	0	100
	Totaal	60	33	7	0	100
Bewegingsarme wijken	Jongens	66	24	7	3	100
	Meisjes	58	28	12	3	100
	Totaal	62	26	9	3	100
Totaal		61	30	8	1	100

In de bewegingsarme wijken is sprake van cumulatie van sociale nood en problemen in de gebouwde omgeving. Het zijn probleem- of prioriteitswijken. In lokale vergelijkingen onderscheiden deze wijken zich door een hogere werkloosheid, een lager inkomen per huishouden, een lager gevoel van veiligheid, enzovoorts. Het is geen toeval dat juist in deze wijken minder aan sport wordt gedaan. In elk onderzoek naar sportparticipatie komt naar voren dat er een relatie bestaat tussen opleiding en inkomen aan de ene kant en sportdeelname aan de andere kant (zie ook bijvoorbeeld Scheerder & Pauwels, 2002).

De bewoners van de wijken verschillen niet alleen in sociaal-economisch opzicht van elkaar. Ook in demografische zin is er een belangrijk verschil in etniciteit dat doorwerkt in het beweeggedrag. In de bewegingsarme wijken zijn veel meer allochtone huishoudens. De meisjes binnen die groep zijn veel minder betrokken in sport- en bewegingsactiviteiten.

Faciliteiten in de buurt

Een recent onderzoek naar lichamelijke (in)activiteit en overgewicht van kinderen in prioriteitswijken relateert het belang van het ruimtelijke aanbod (De Vries, e.a, 2005). De hoeveelheid beweegruimte (sportvelden en -verenigingen, groenvlakken, speelplekken) zou een gering en soms zelfs averechts effect te hebben op de mate waarin kinderen voldoen aan de beweegnorm. De onderzoekers hebben voor dit opmerkelijke resultaat overigens geen verklaring.

Tegen de achtergrond van de bovenstaande inzichten dringt de vraag zich op in hoeverre de leefomgeving (de aanwezigheid van sportorganisaties, de inrichting van de wijk, de sociale veiligheid, de staat van onderhoud van voorzieningen e.d.) in Emmen en Zwolle invloed heeft op het sport- en beweeggedrag van de kinderen daar.

Over de kwantiteit en kwaliteit van de sportvoorzieningen in de omgeving kregen de kinderen vier stellingen voorgelegd. Daaruit komt naar voren dat voor minstens een kwart van de kinderen het georganiseerde sportaanbod te beperkt is en dat minstens tweederde van de kinderen het erg op prijs zou stellen als er meer sportactiviteiten in de buurt zouden worden opgezet.

Stellingen betreft sportfaciliteiten in de buurt

	(Helemaal) niet mee eens	Niet mee eens; niet mee oneens	(Helemaal) mee eens	Totaal
De zwembaden in mijn stad zijn erg leuk	15	15	70	100
De sport die ik leuk vind kan ik dicht bij mij in de buurt doen	26	14	60	100
Ik zou graag willen dat er (meer) sportactiviteiten in de buurt worden georganiseerd	17	18	65	100
Er zijn weinig leuke sportclubs bij mij in de buurt	64	15	21	100

Wanneer de gemiddelde scores van de kinderen uit bewegingsarme en bewegingsrijke wijken worden vergeleken, valt op dat de mogelijkheden om te sporten in de eerstgenoemde wijken volgens de kinderen beperkter zijn. Het lagere percentage lidmaatschappen van sportclubs dat in dezelfde wijken werd geregistreerd, houdt hiermee verband. Er is een tamelijk sterk verband tussen de beoordeling van de sportmogelijkheden en de sportdeelname. Kinderen die aangeven dat er veel mogelijkheden zijn om te sporten en dat er veel clubs in de buurt zijn, doen meer aan sport en zijn vaker aangesloten bij een sportclub. Hoewel het ook kan zijn dat actieve sporters meer oog hebben voor de mogelijkheden in deze sfeer, worden de ‘subjectieve’ beoordelingen door de kinderen van de verschillende wijken op een enkele uitzondering na bevestigd door de ‘objectieve’ indrukken die zijn opgedaan tijdens de veldverkenning in het kader van dit onderzoek.

“Er is hier niet zoveel te doen. Ik ga niet meer naar de speeltuin, daar ben ik een beetje te groot voor. Meestal ga ik met andere kinderen voetballen of zwemmen. Er valt hier weinig te doen. In deze buurt niet. In deze straat niet echt. Op het voetbalveld is heel vaak voetbaltraining. Daar mag je alleen komen als er geen training is. Er worden weinig dingen georganiseerd, misschien twee keer per jaar.”

Een meisje

Speeltuinen in de buurt

Over de speeltoestellen en -plekken in de buurt zijn aan de kinderen drie stellingen voorgelegd. Daaruit komt naar voren dat een behoorlijk aantal kinderen niet erg tevreden is over deze voorzieningen.

Stellingen betreft speeltoestellen en -plekken

	(Helemaal) niet mee eens	Niet mee eens; niet mee oneens	(Helemaal) mee eens	Totaal
Er zijn genoeg leuke speeltoestellen bij mij in de buurt	41	18	41	100
De speelplekken in mijn buurt zijn vies	49	21	30	100
De speeltoestellen bij mij in de buurt zijn vaak kapot	58	19	23	100

De gemiddelde waardering voor deze voorzieningen - met individuele scores van -6 (onvoldoende speeltoestellen, vieze speelplekken en kapotte toestellen) tot +6 (voldoende, schoon en heel) - is in beide steden +0,7. De bewegingsrijke wijken scoren daarbij geen hoger gemiddelde dan de bewegingsarme wijken.

De kinderen die positiever oordelen over de speelvoorzieningen spelen vaker buiten. Dat verband is niet heel sterk maar wel significant.

De klachten over de speelvoorzieningen van verschillende zijn aard. Een opvallend element dat in de vraaggesprekken met de kinderen en hun ouders steeds terugkeerde was dat de aard van de voorzieningen niet voldoende toegesneden is op de verschillende leeftijdsgroepen. Ook de overlast van hangjongeren, loslopende en rondpoepende honden werd gehekeld.

Zoon: “Ik mis een echt voetbalveld, met echte doelen en zonder prikkelsbosjes. Nu maak ik zelf doeltjes.”
Vader: “Op zich is het een wijk die qua groen goed voorzien is, maar er ontbreken dingen voor kinderen van zijn leeftijd.”
Moeder: “Het is hier erg gericht op jonge kinderen.”

“Het speeltuintje hiervoor vind ik wel leuk. Alleen we hebben best oude kinderen, boven de vijf jaar. Er staan dus allemaal wipwapjes waar niemand op zit. Alleen op het klimrek zit meestal wel iemand. Er mag nog wel iets bijkomen. Een tokkelbaan lijkt me wel leuk.”

Een meisje

“Mijn zoon speelt wel meestal hier in de straat of bij een vriendje. Vlakbij zijn school is een superplaats. Daar zit van alles, een voetbalveld en een skatebaan. Maar daar staan allemaal jongens bier te drinken, overdag. En daar hoorde hij toch wel een beetje rare verhalen over. Dus daar wil ik hem niet naar toe hebben. Hartstikke jammer.”

Een moeder

Moeder: “Waarom komen de mannen en vrouwen met honden op de plaats van kinderen? Ze kunnen naar de andere kant.”

Dochter: “Er ligt poep op de schommel en glijbaan.”

Moeder: “De speeltuin achter ons huis is heel groot. Ze moeten er heel veel dingen bijmaken. En ze moeten een hek maken en een bord dat er geen honden mogen komen. Dan wordt het heel mooi voor alle kinderen.”

Sociale veiligheid

Ook verschillende aspecten van sociale veiligheid in de buurt zijn met behulp van stellingen bij de kinderen aangekaart. Uit de reacties hierop blijkt dat de aanwezigheid van hangjongeren veel kinderen kan beletten om ergens te spelen. De kinderen spelen vaker buiten naarmate zij minder angst (hoeven te) hebben voor hangjongeren en daardoor ook minder moeite hebben om alleen naar speelplekken in de buurt te gaan.

Stellingen betreft sociale veiligheid in de buurt

	(Helemaal) niet mee eens	Niet mee eens; niet mee oneens	(Helemaal) mee eens	Totaal
De politie houdt te weinig toezicht in de buurt	41	23	36	100
Wanneer ik politie zie bij ons in de buurt, dan geeft mij dat een veilig gevoel	38	22	40	100
Als ik ergens hangjongeren zie, ga ik er niet naartoe	17	10	72	100
Ik ga nooit alleen naar speelplekken in de buurt	51	19	30	100
Wanneer ik de politie zie op mijn speelplek, dan ga ik er niet heen	47	22	31	100

Het politietoezicht laat volgens veel kinderen te wensen over, maar ‘meer blauw op straat’ geeft hen toch ook niet altijd een veilig gevoel. Het schrikt ook af. Alternatieve vormen van toezicht en meer sociale controle door buurtbewoners zouden wellicht ook voor meer gemoedsrust en veiligheidsgevoel kunnen zorgen.

“De plek is mooi, maar hele vechtpartijen. De politie is er constant bij. Hij kan er op de fiets naartoe en komt geen auto tegen, maar daar wil ik mijn kinderen niet bij.”

Een moeder

“Meeste jongeren zijn zestien of zeventien. Er is hier wel eens heibel hoor. Dan komt de politie eraan en dan zie je ook de jongeren rennen.”

Een jongen

“Er komt altijd een politieauto daar. Die speeltuin is niet van kinderen. Ik ben bang, ik breng mijn kinderen niet meer daarheen. Mijn kinderen willen zelf niet. Die kleine is bang voor de politieauto. De andere is bang voor de heroïnegebruikers.”

Een moeder

Het zijn niet alleen hangjongeren die bij de kinderen en hun ouders een gevoel van onbehagen en onveiligheid teweegbrengen. Er werd in de interviews ook verwezen naar wegpiraten, kinderlokkers, alcohol- en drugsverslaafden.

“Ik wilde daar een keer gaan zitten, toen zag ik allemaal poeder liggen. Ik wist niet wat het was. Ik ging gelijk naar mijn moeder: ‘Wat is dat?’ ‘Dat is heroïne.’ Daar was ook een kraan, toen heb ik heel snel mijn handen gewassen. Er liggen ook heel veel bierblikjes. Soms zeg ik: ‘Oh my god, ik wil daar niet heen.’”

Een meisje

Totaalbeeld

Wanneer een aantal variabelen met betrekking tot speelplekken, speeltoestellen, sportvoorzieningen en politietoezicht in de wijk wordt gecombineerd in één schaal die de kwaliteit en kwantiteit van de sport- en beweegmogelijkheden in de wijk meet. Deze worden vergeleken met de gemiddelde scores van de kinderen in de verschillende wijken, komen de bewegingsrijke wijken beter uit de bus. Het verschil met de bewegingsarme wijken is niet heel groot maar wel significant. Op deze schaal die loopt van -15 tot +15 kennen de kinderen aan de bewegingsrijke wijken een gemiddelde waarde toe van 3,4 terwijl de bewegingsarme wijken bij hen een 2,4 scoren. Zoals al is opgemerkt, zit het verschil vooral in het georganiseerde sportaanbod dat niet evenredig over de wijken verdeeld is. Dat sportaanbod heeft fysieke (ruimte en accommodaties) en sociale (organisaties en activiteiten) componenten. Hoewel aanleg, onderhoud en exploitatie van kwalitatief goede sport- en speelvoorzieningen geen garantie bieden voor de ontwikkeling van een actieve leefstijl onder de jeugd, dragen zij daar in voorwaardelijke zin wel aan bij.

Kortom

- In bewegingsarme wijken zijn veel meer allochtone huishoudens waarbinnen vooral meisjes veel minder betrokken zijn in sport- en bewegingsactiviteiten.
- Meisjes in bewegingsarme wijken sporten minder in georganiseerd verband dan meisjes in bewegingsrijke wijken en spelen ook minder vaak buiten.
- Jongens in bewegingsarme wijken sporten minder in georganiseerd verband dan jongens in bewegingsrijke wijken, maar spelen iets vaker buiten.
- Mogelijkheden om te sporten zijn volgens de kinderen beperkter in de bewegingsarme wijken dan in de bewegingsrijke wijken.
- Kinderen die aangeven dat er veel mogelijkheden zijn om te sporten en dat er veel clubs in de buurt zijn, doen meer aan sport en zijn vaker aangesloten bij een sportclub.
- Veel kinderen zijn niet tevreden over de speeltoestellen en -plekken in de buurt. Hiervoor zijn twee redenen met name genoemd. Enerzijds is de aard van de voorzieningen niet voldoende toegesneden op verschillende leeftijdsgroepen. Anderzijds wordt de overlast van hangjongeren, loslopende en rondpoepende honden, kinderlokkers en verslaafden genoemd.
- Politietoezicht laat volgens veel kinderen te wensen over, maar meer ‘blauw op straat’ geeft ook niet altijd een veilig gevoel.
- Alternatieve vormen van toezicht en meer sociale controle door buurtbewoners bieden misschien meer gemoedsrust.
- Hoewel aanleg, onderhoud en exploitatie van kwalitatief goede sport- en speelvoorzieningen geen garantie bieden voor de ontwikkeling van een actieve leefstijl onder de jeugd, dragen zij daar in voorwaardelijke zin wel aan bij.

4.5 De sportclub

Het percentage kinderen dat lid is van een sportvereniging is erg hoog. Tweederde van alle kinderen in het onderzoek is aangesloten bij een sportclub. De allochtone meisjes blijven in dit opzicht ver achter bij hun leeftijdgenoten. Voor hen is de deelname aan het sportverenigingsleven nog geen vanzelfsprekendheid.

De helft van de kinderen die lid zijn van een sportvereniging, is daar uit zichzelf (of via hun ouders) terecht gekomen. Een kwart is via een vriendje of vriendinnetje bij de vereniging gekomen. Open dagen en kennismakingslessen op scholen en dergelijke hebben kennelijk een beperkt effect.

Hoe ben je op de sportvereniging gekomen waar je nu op zit of waar je voor het laatst op zat?

	Percentage
Via een vriend(in)	25
Via school	5
Via een open dag	2
Zelf aangemeld	48
Anders	20
Totaal	100

Sport-zappedrag

Meer dan zestig procent van de kinderen die nu lid zijn van een club, heeft eerder ook al op één of meer andere clubs gezeten. Veel kinderen ‘zappen’ van de ene naar de andere club. Ze proberen allerlei sporten uit. Dat bleek ook uit de antwoorden op de vraag naar de redenen om te stoppen bij een club. Meer dan de helft wilde liever een andere sport doen.

“Zij is een kind dat uitdaging nodig heeft. Balletles is leuk, ze vond het leuk, maar het is continu hetzelfde, er was geen uitdaging meer. Dus dan wil je wat anders. Paardrijden net zo, dat is alleen maar rondjes rijden. Op een gegeven moment is het niet meer leuk, dan wil ze wat anders.”

Een vader

Vooral (autochtone) meisjes lijken erg zoekend. Niet minder dan drie van de vier meisjes hebben al kennisgemaakt met meerdere sportclubs. Deels heeft het zappen te maken met de wens om verschillende takken van sport uit te proberen, deels heeft het ook te maken met het zoeken naar een vereniging met een sfeer die aanspreekt. Het is aannemelijk dat bijvoorbeeld het competitieve karakter van veel verenigingssport minder goed aansluit bij de motivatie van meisjes dan van jongens.

Ook Baar (1996) constateert dat de lidmaatschappen van sportverenigingen tegenwoordig soms erg vluchtig zijn. Kinderen komen weliswaar met meer sporten in aanraking maar blijven minder lang lid dan vroeger het geval was. De betrokkenheid bij de sport is beperkter en kinderen raken minder vertrouwd met de sportcultuur.

“Ik heb een half jaar op handbal gezeten, maar toen had ik het wel bekeken hoor. De mensen vond ik niet echt leuk. Nou, dat paardrijden vond ik sowieso al niet mooi. Eén keer paardrijden vind ik wel leuk, maar echt iedere week... Nee dat vind ik niet leuk. Atletiek vond ik ook niet zo mooi. Dat heb ik drie weken gedaan.”

Een meisje

“Nee ik zit nu niet op een club, maar ik heb een keer op gymnastiek gezeten, op paardrijden, zwemmen, handbal, verder niks.”

Een meisje

Relatief veel allochtone meisjes die ooit wel lid waren maar gestopt zijn bij een sportclub, zijn momenteel geen lid van een vereniging. Het gaat hierbij om niet minder dan 58 procent van de allochtone meisjes, tegenover 25 procent van de autochtone meisjes. Dit heeft vermoedelijk te maken met het bereiken van de puberteit. Geslachtsrijpheid betekent, met name voor veel jonge moslima’s, dat zij meer afgeschermd worden van jongens en mannen en in hun gedragsmogelijkheden worden beperkt.

Ook verschillen in financiële draagkracht zouden hiervoor verantwoordelijk kunnen zijn. Het is aannemelijk dat men in gezinnen met hogere inkomens makkelijk instemt met het zappedrag van de kinderen. Of dat het zelfs wordt gestimuleerd vanuit het oogpunt van zelfontplooiing.

“Ik weet wel dat ze heel hard loopt, ik weet dat ze heel erg sterk is. Het zou een meisje zijn dat bijvoorbeeld op atletiek moet. Of moet, daar is ze goed in. Het is een meisje dat heel goed zou kunnen judoën, want ze is fysiek heel sterk. Veel kracht. Maar ja, jong, doet al twee dingen. En om er dan nog twee dingen bij te doen, dat vind ik dan weer teveel van het goede op die leeftijd. Ze moet doen waar ze plezier in heeft en als het niet goed gaat dan haakt ze vanzelf wel af. Dan is er altijd iets anders mogelijk.”

Een vader

Didactische en organisatorische tekortkomingen

Uit eerder onderzoek is gebleken dat het niet zozeer de nieuwsgierigheid naar andere sporten en sportclubs is, die kinderen ertoe brengt om zich als lid af te melden. Het gaat vooral om onzekerheid over de eigen sportieve competenties, gebrek aan durf en een gebrekkige kwaliteit van het sportaanbod (pedagogische, didactische en organisatorische tekortkomingen). Zo zou er nog wel eens iets mankeren aan voldoende trainerskwaliteit, goede oefenstof, adequate organisatie, juiste groepssamenstelling en goede trainingstijdstippen (Baar, 1996). Om een beeld te krijgen van de ervaringen bij de sportclubs in Emmen en Zwolle is hierover ook gesproken tijdens de interviews en zijn hieraan ook enkele stellingen gewijd. In de vraaggesprekken werden regelmatig kritische kanttekeningen geplaatst bij de aanpak van trainers en de organisatie van verenigingen.

“Ik vind hem een zak. Hij leert ons helemaal niks. De meeste laten het wel merken door niet mee te doen, maar ik doe wel mee.”

Een meisje

“Hij vond het niet meer leuk. Er was steeds gedonder met de directe begeleiding, trainers en coaches enzo. Achteraf scheen het een beetje te rommelen bij de jeugdorganisatie. Ze konden het niet goed rond krijgen, er is toen een ledenstop gekomen.”

Een moeder

Het beeld dat op basis van de reacties op de stellingen ontstaat, is echter helemaal niet zo negatief. Hierbij moet wel in ogenschouw worden genomen dat het om zelfgekozen vrijetijdsactiviteiten gaat die op geen enkele wijze verplicht zijn en relatief makkelijk kunnen worden gestaakt wanneer deze niet langer bevredigend verlopen. Met andere woorden: de meest kritische leden zijn eerder vertrokken.

Stellingen betreft kwaliteit sportvereniging

	(Helemaal) niet mee eens	Niet mee eens; niet mee oneens	(Helemaal) mee eens	Totaal
Ik leer veel tijdens de trainingen op mijn club	8	9	83	100
Mijn trainer is te streng	72	18	10	100
Bij mijn sportclub worden kinderen vaak gepest	85	7	8	100
De trainingen/lessen bij mijn sportclub zijn erg leuk	6	7	88	100

“Ze heeft altijd op gym gezeten, maar die groepen waren zo groot. De kinderen kwamen nauwelijks aan bod. Dat vond ik niet leuk meer. Er waren jongens van de sportopleiding hier. Op zich hele lieve jongens, maar de groepen waren zo groot en ik weet niet in hoeverre ze al begeleid waren. Het was niet helemaal verantwoord. Met vijf ouders hebben we tegelijkertijd onze kinderen er van afgehaald.”

Een moeder

“Die club waar hij het eerste jaar gespeeld heeft daar is hij op een gegeven moment afgegaan omdat daar heel veel geschreeuwd werd langs de lijn. De ouders gingen zich er mee bemoeien en scholden de scheidsrechter uit van: “Hé je bent niet goed bezig en bla bla bla”. Toen is hij naar een andere club gegaan. Hij had er zelf niet meer zoveel zin in en toen hebben we gezegd: dan zoeken we wat anders.”

Een vader

Leden die niet tevreden zijn, pakken hun biezen. Al zijn er natuurlijk ook mogelijkheden om één en ander aan te kaarten.

“Met één trainer kan hij goed opschieten, met de ander gaat dat gewoon wat minder. Maar die is heel prestatiegericht en niet op zo’n goeie manier. Hij legt heel veel druk op de kinderen en dat vind ik niet zo goed. Ik vind dat op dit niveau kinderen gewoon plezier moeten hebben. Als ze verloren, begon hij met straftrainingen. Mijn man heeft hem altijd getraind. Toen wou hij wel eens wat anders en toen is hij bij die andere trainer gekomen. Ik heb met die trainer gepraat. Ik dacht, ik moet er wel eens naar toe want anders hebben we straks dat er ruzie uit voortvloeit. En dat vind ik heel erg. Ik ben er gewoon naar toe gegaan, ik wil even met je praten, want mijn zoon vindt het niet leuk zo. Toen hebben we er over gesproken en toen heeft hij het wel anders benaderd.”

Een moeder

Afgaande op de kritische geluiden die geventileerd werden tijdens de vraaggesprekken met ouders en kinderen is er veel aan te merken op de werkwijze van veel trainers, coaches en ander verenigingskader. Verenigingen kunnen het ledenverloop ten gevolge van het zappedrag moeilijk voorkomen, maar hebben een behoorlijk deel van dat verloop zelf in de hand. De opleiding en aanstelling van een goed kader lijkt een probate remedie tegen een groot verloop.

“Ik vind het fijn dat het buiten is, dat vind ik altijd wel lekker. Er zijn leuke kinderen, ik heb een leuke leraar. Ik vind het gewoon leuk. Hij heeft vroeger zelf heel veel getennist. Hij kan het al heel goed. Hij geeft meer kinderen les. Hij heeft tussendoor ook een beetje humor over het tennissen enzo en dat vind ik wel leuk. Hij is wel eens streng, maar dan op een leuke manier. Ik heb wel eens een dag dat ik er geen zin in heb en dan doe ik niet zo goed mijn best. Maar dat maakt hem eigenlijk niet zoveel uit. Hij doet het goed.”

Een meisje

Kortom

- Het percentage kinderen dat lid is van een sportvereniging is erg hoog. Allochtone meisjes blijven in dit opzicht ver achter bij hun leeftijdsgenoten.
- Slechts 2% van de kinderen geeft aan via een open dag bij zijn of haar sportvereniging terecht te zijn gekomen. Het lijkt het erop dat kennismakingslessen nauwelijks effect hebben.
- Veel kinderen ‘zappen’ tussen clubs. Deels heeft dit te maken met de wens om verschillende takken van sport uit te proberen, deels heeft het te maken met het zoeken naar een vereniging met een sfeer die aanspreekt.
- Opvallend is dat relatief veel allochtone meisjes die ooit lid waren maar gestopt zijn bij een sportclub, momenteel niet lid zijn van een vereniging. Mogelijk heeft dit te maken met het bereiken van de puberteit.
- Uit eerder onderzoek is gebleken dat veel kinderen zich bij een vereniging afmelden door onzekerheid over de eigen sportieve competenties, gebrek aan durf en een gebrekkige kwaliteit van het sportaanbod. Dergelijke motieven kunnen worden ondervangen door opleiding en aanstelling van een goed kader binnen de vereniging.



5. Aanbevelingen

Op grond van de bevindingen uit het onderzoek zijn de hierna volgende implicaties voor het lokale beleid geformuleerd:

- **De inzet die gemeenten plegen om voorzieningen voor sport en bewegen (accommodaties en openbare ruimte) te creëren, te onderhouden en te exploiteren, is belangrijk in de voorwaardelijke sfeer. Dat dient te worden gecontinueerd, maar het is niet toereikend. Meer gerichte gedragsbeïnvloeding is wenselijk en mogelijk om kinderen meer en langer in beweging te krijgen.**
- **Voor zover momenteel gericht iets wordt gedaan aan sport- en bewegingsstimulering, gaat het in veel gevallen om het faciliteren en organiseren van de kennismaking met allerlei sport- en bewegingsactiviteiten voor kinderen. Het is echter raadzaam om de beleidsinspanningen niet exclusief te richten op de kinderen en op kennismaking. Het is effectiever om de beleidsaandacht te richten op de personen die een belangrijke (intermediaire) rol kunnen spelen bij de bewegingsstimulering van kinderen: ouders, leerkrachten, schoolleiders, trainers, coaches en dergelijke. Verder is het aan te bevelen inhoudelijk de aandacht te verleggen van ‘kennismaking met’ naar ‘continuering van’ sport en beweging. Concreet kan worden gedacht aan allerlei initiatieven op het vlak van communicatie, voorlichting en opleiding.**
- **Maak ouders meer bewust van de mogelijkheden en de verantwoordelijkheid die zij hebben om hun kinderen te stimuleren tot meer sporten en bewegen. Zij moeten het goede voorbeeld geven, aanmoedigen, ondersteunen, regels stellen, enzovoorts.**
- **Schoolleiders moeten meer bewust worden gemaakt van de mogelijkheden om op het schoolplein meer kinderen te betrekken in sport en spel. Door een aantrekkelijke ruimtelijke inrichting zal de schoolomgeving meer uitnodigen tot beweging. Door adequaat toezicht en goede begeleiding wordt bevorderd dat meer kinderen met meer plezier in beweging komen. Het innovatieve Zoneparc concept kan als inspiratie dienen (Janssens e.a., 2004). Dat is in Engeland met veel succes toegepast. Daar zijn de schoolpleinen van een groot aantal scholen in achterstandswijken heringericht waarbij drie verschillend gekleurde zones zijn aangebracht voor sport, spel en ontspanning. Tegelijkertijd is daar een ‘playground management system’ geïntroduceerd waarbij leerkrachten en ouders als ‘supervisor’ en kinderen als ‘buddy’ er voor zorgen dat iedereen maximaal aan zijn trekken komt.**



- **Maak de lessen bewegingsonderwijs voor meer kinderen aantrekkelijk.** Door bijvoorbeeld in de bovenbouw van het basisonderwijs aparte gymlessen voor jongens en meisjes te organiseren kan meer rekening worden gehouden met, en ingespeeld worden op, de verschillende voorkeuren in de sfeer van sport en beweging.
- **Trainers, coaches en andere kaderleden in sportverenigingen moeten zich inspannen om het ledenverloop en de uitval te beperken.** Ook hier is het devies: houd rekening met en speel in op de verschillende motieven om te sporten. Meer oog voor sport als sociale activiteit kan de continuïteit van de sportdeelname bevorderen. Participatie moet het primaat krijgen boven competitie.
- **Help verenigingen om hun organisatie te verbeteren en meer gekwalificeerd kader in te zetten en** zodoende het georganiseerde sportaanbod op een kwalitatief hoger plan te brengen.
- **Door verbetering van het sportaanbod zal het zappedrag verminderen maar niet verdwijnen.** Vanuit het perspectief van zelfontplooiing is er ook niets op tegen dat kinderen kennis willen maken met verschillende sporten en actief op zoek gaan naar de sport en de vereniging die hen het beste past. Integendeel: een bewustere sportkeuze zou de sportdeelname op de langere termijn zelfs ten goede kunnen komen. Om die reden moeten verenigingen ondersteund en gestimuleerd worden om meer samen te werken en het overschrijven van de ene naar de andere vereniging te vereenvoudigen.
- **De structurele achterstand in sport en beweging onder allochtone meisjes rechtvaardigt extra** aandacht voor deze groep. Met name voor moslima's moeten bijzondere laagdrempelige voorzieningen getroffen worden, zodat zij in een beschermde omgeving kunnen sporten en bewegen.
- **Houd meer rekening met naar leeftijd variërende wensen en voorkeuren bij de inrichting van** sport- en spelvoorzieningen in de openbare ruimte.
- **Om de sociale veiligheid rond sport- en spelvoorzieningen in de openbare ruimte te bevorderen** en deze in goede staat te houden is meer en regelmatig toezicht gewenst, maar vanwege de mogelijk afschrikwekkende werking dient dit bij voorkeur niet door de politie te gebeuren, maar door bijvoorbeeld park- of stadswachten.
- **Gebleken is dat het woon-schoolverkeer in veel gevallen al een goede aanzet is tot het halen van** de beweegnorm. Zorg als gemeente dan ook voor veilige routes binnen woonwijken, zet waar het kan klaar-overs in en stimuleer lopen of fietsen bij ouders.

Al met al zijn er veel mogelijkheden om het sport- en beweeggedrag van kinderen te beïnvloeden. Besef echter wel dat deze veelal beperkt zijn in hun reikwijdte. Het gaat immers om gedragsbeïnvloeding en dat is niet eenvoudig. Veel andere (voor beleidsmakers oncontroleerbare) factoren oefenen eveneens invloed uit op het gedrag van de kinderen. Daardoor is het zaak om realistische ambities te koesteren met betrekking tot beleidsinterventies.

6. Geraadpleegde literatuur

L'Abée, D. (2004)

Sport- en beweegscan. Arnhem: Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen.

Baar, P. (1996)

'Sportuitval bij het jongensturnen - een belevingsonderzoek naar oorzaken en achtergronden'. In: A. Buisman (red.). *Jeugdsport en beleid* (p. 128-147). Houten/Diegem: Bohn Stafleu van Loghum.

Bois, J. E., Sarrazin, P. G., Brustad, R. J., Trouilloud, D.O. & F. Cury. (2005)

'Elementary schoolchildren's perceived competence and physical activity involvement: the influence of parents' role modelling behaviours and perceptions of their child's competence'. In: *Psychology of sport and exercise* 6-4, 381-397.

Bottenburg, M. van, Rijnen, B. & Sterkenburg, J. van (2005)

Sports participation in the European Union: trends and differences. Den Bosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Breedveld, K. & A. Tiessen-Raaphorst (2006)

'Beoefening'. In: K. Breedveld & A. Tiessen-Raaphorst (red.). *Rapportage sport 2006* (p. 82-106). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Brown, B., Frankel, B., & Fennell, M. (1989)

'Hugs or shrugs: Parental and peer influence on continuity of involvement in sport by female adolescents'. In: *Sex Roles* 20-7/8, 397-409.

Bucher, A.A. (1998)

'The influence of models in forming moral identity'. In: *International Journal of Educational Research* 27-7, 619-627.

Cito, 2006

Claringbould, I. (2006)

Vrouwen in zicht: over de positie van vrouwen en mannen in sportbestuursfuncties. Nieuwegein / 's-Hertogenbosch: Arko Sports Media / W.J.H. Mulier Instituut.

Elling (2002)

Ze zijn er niet voor gebouwd. In- en uitsluiting in de sport naar sekse en etniciteit. Nieuwegein / 's-Hertogenbosch: Arko Sports Media / W.J.H. Mulier Instituut.

Elling, A. (2007)

Het voordeel van thuis spelen: sociale betekenissen in- en uitsluitingsmechanismen in sportloopbanen. Nieuwegein/'s-Hertogenbosch: Arko Sports Media / W.J.H. Mulier Instituut / Universiteit van Tilburg.

Gezondheidsraad (2003)

Overgewicht en obesitas. Den Haag: Gezondheidsraad.

Hellstedt, J. (1990)

‘Early adolescent perceptions of parental pressure in the sport environment’. In: *Journal of Sport Behavior* 13-3, 135-144.

Hombergh, S. van den (2006)

Islamitische vrouwen en sport. Een kwantitatief onderzoek naar de sportdeelname van islamitische vrouwen in Nederland (afstudeerscriptie). Utrecht: Universiteit Utrecht.

Hooft, J. (1987)

We willen wel, maar... Onderzoek naar sportdeelname van etnische minderheidsgroepen. Amsterdam: Bestuurs-informatie en Afdeling Sport en Recreatie.

Jambor, E. (1999)

‘Parents as children’s socializing agents in youth soccer’. In: *Journal of Sport Behavior* 22-2, 350-360.

Jansen, C. (2005)

Integratie van Islamitische meiden door sport? (scriptie). Amsterdam: Hogeschool van Amsterdam.

Janssens, J. et al. (2004)

Education through sport. An overview of good practices in Europe. Nieuwegein/s-Hertogenbosch: Arko Sports Media/W.J.H. Mulier Instituut.

Kemper, H. (1995)

The Amsterdam Growth study: A longitudinal analysis of health, fitness, and lifestyle. Champaign: Human Kinetics.

McCarthy, L.F. (1998)

‘Why kids quit’. *Family life* 0-1, 54-56.

Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (1998)

Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults (4th ed.). Boston: McGraw-Hill.

Martin, D.E. & Dodder, R.A. (1991)

‘Socialization experiences and level of terminating participation in sports’. In: *Journal of sport behavior* 14-2, 113-127.

McElroy, M.A. (1983)

‘Parent child relations and orientation toward sport’. In: *Sex Roles* 9, 997-1004.

Ooijendijk, W., Hildebrandt, V., Jacobusse, G. & Hopman-Rock, M. (2005)

Bewegen in Nederland 2000-2004 (OBIN). Leiden: TNO.

Rossum, J. van (1996)

‘Ik wil de eerste zijn... - Emperische kanttekeningen bij het primaat van willen winnen in sport- en spelactiviteiten’. In: A. Buisman (red.). *Jeugdsport en beleid* (p. 109-127). Houten/Diegem: Bohn Stafleu van Loghum.

Scanlan, T. & Lewthwaite, R. (1988)

‘From stress to enjoyment: Parental and coach influences on young participants’. In: E. Brown & C. Branta (eds.) *Competitive sports for children and youth: An overview of research and issues* (p. 41 - 48). Champaign: Human Kinetics.

Scheerder, J. (2004)

‘Zo de ouders sprongen, zo bewegen hun jongeren? Sportgedrag van jongeren in relatie tot het ouderlijke sportkapitaal’. In: *Vrijtijdsstudies* 22-4, 7-20.

Scheerder, J. & Pauwels, G. (2002)

Vlaanderen sportief gepeild! Resultaten van de APS-survey 1999 (Stativaria 26). Brussel: Ministerie van de Vlaamse Gemeenschap/Administratie Planning & Statistiek.

Sportscan (2005)

Sport- en beweeggedrag Zwolse kinderen. Zwolle: Sportscan.

Stegeman, H. (2007)

Effecten van sport en bewegen op school: een literatuuronderzoek naar de relatie van fysieke activiteit met de cognitieve, affectieve en sociale ontwikkeling. ‘s-Hertogenbosch: W.J. H. Mulier Instituut.

Stubbe, J. (2006)

The genetics of exercise behavior and psychological well-being (proefschrift). Amsterdam: Vrije Universiteit.

Taks, M. (1994)

Sociale gelaagdheid in de sport. Een kwestie van geld of habitus? Leuven: KULeuven - Faculteit Lichamelijke Opvoeding & Kinesitherapie.

Ten Pas, P., De Haan, E. & Knoppers, A. (1996)

‘Meisjesvoetbal, samen met jongens... of apart’. In: A. Buisman (red.) *Jeugdsport en beleid* (p. 173-194). Houten/Diegem: Bohn Stafleu van Loghum.

Vries, S. de, Bakker, I., Overbeek, K. van, Hopman-Rock, M. (2005)

Kinderen in prioriteitswijken: Lichamelijke (in)activiteit en overgewicht. Leiden: TNO.

Walker, H.J. (1993)

‘Youth sports: parental concerns’. In: *Physical educator* 50-2, 104-113.

Woolger, C. & Power, T. (1993)

'Parent and sport socialization: Views from the achievement literature'. In: Journal of Sport Behavior 16-3, 171-189.

.Yang, X., Telema, R., & Laakso, L. (1996)

'Parents' physical activity, socioeconomic status and education as predictors of physical activity and sport among children and youths: A 12-year follow-up study'. In: International Review for the Sociology of Sport 31-3, p. 273-289.

Zeijl, E., Crone, M., Wiefferink, K., Keuzenkamp, S. & M. Reijneveld (2005)

Kinderen in Nederland. Den Haag/Leiden: Sociaal en Cultureel Planbureau/ TNO Kwaliteit van leven.



Nicis Institute

Laan van N.O. Indië 300

2593 CE Den Haag

Postbus 90750

2509 LT Den Haag

T +31 (0)70 344 09 66

F +31 (0)70 344 09 67

info@nicis.nl

www.nicis.nl

Nicis
INSTITUTE

URBAN RESEARCH & PRACTICE