



Rapport

Buitenspelen onder de loep

Inzicht in de definitie van buitenspelen

Buitenspelen onder de loep

Inzicht in de definitie van buitenspelen

Met steun van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS)

Mulier Instituut

Tessa ten Tije
Marloes van Gorp
Mathilda 't Lam
Amika Singh

Colofon

We bedanken de volgende experts ervoor dat ze met ons in gesprek zijn gegaan over buitenspelen:

M.sc. Mathieu Gielen – universitair docent Ontwerpen voor het spelende kind, faculteit Industrieel Ontwerpen, Technische Universiteit, Delft

Froukje Hajer – vrijetijdspedagoog, kinderwerker en voorzitter Platform Ruimte voor de Jeugd

Dr. Johan Meire – inhoudelijke coördinator, Kind & Samenleving vzw, België

Dr. Jolanda Maas – universitair hoofddocent sectie Klinische Psychologie, Vrije Universiteit, Amsterdam

MEd Martin van Rooijen – onderzoeker/promovendus, Universiteit voor Humanistiek, Utrecht

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met het Mulier Instituut.

© Mulier Instituut

Utrecht, 15 maart 2024
www.mulierinstituut.nl
info@mulierinstituut.nl

Disclaimer

U mag delen uit deze publicatie overnemen op voorwaarde van bronvermelding: auteur(s), de titel van de publicatie en het jaar van uitgave.

Er gelden gebruiksvoorwaarden voor de foto's in deze publicatie. Neem foto's daarom niet over zonder toestemming van het Mulier Instituut.

Over ons

Het Mulier Instituut doet sportonderzoek voor beleid en samenleving. Voor overheden, maatschappelijke organisaties, onderwijsinstellingen, sportorganisaties en bedrijven onderzoeken we allerlei thema's op het gebied van sport en sportief bewegen: van de sportdeelname van (groepen) Nederlanders tot de motorische vaardigheden van kinderen, en van diversiteit en inclusie in de sport tot de economische impact van sportevenementen.

Het Mulier Instituut is een onafhankelijke stichting zonder winstoogmerk.

Ons doel is bijdragen aan goed onderbouwd beleid, gericht op de bevordering van sport, sportief bewegen en versterking van de sportsector. Dit doen we op verschillende manieren:

We verzamelen data en monitoren de Nederlandse sportsector en beleidsprogramma's.

We ontwikkelen kennis en onderzoeksmethoden via verkennende en verdiepende studies.

We duiden onderzoeksuitkomsten en vertalen deze naar de beleidspraktijk.

We onderbouwen beleidsbeslissingen met expertise en advies.

We bieden gevraagd en ongevraagd duiding en reflectie in de rol van 'kritische vriend' van de sportsector.

We zetten ons in voor de bevordering van de sportwetenschap.

Inhoudsopgave

Buitenspelen onder de loep

Samenvatting	5
1 Inleiding	6
1.1 Aanleiding	6
1.2 Onderzoeksvraag	6
2 Methode	8
2.1 Literatuuronderzoek	8
2.2 Interviews met experts	8
2.3 Dataverwerking	9
3 Resultaten	10
3.1 Achtergrond	10
3.2 Mate van vrijheid of begeleiding	11
3.3 Motivatie van het kind	12
3.4 Omgeving	13
3.5 Actief spelen	15
4 Conclusies & aanbevelingen	16
4.1 Conclusies	16
4.2 Aanbeveling: gebruik dezelfde terminologie	16
Bronnen	20

Buitenspelen onder de loep

Inleiding

Er is toenemende belangstelling voor buitenspelen vanuit verschillende wetenschappelijke disciplines en beleid, maar er worden verschillende definities van het begrip 'buitenspelen' gehanteerd.

Onderzoeksvraag

Om een stap te zetten naar een gedeeld idee over wat we met buitenspelen bedoelen, staat in dit onderzoek de volgende onderzoeksvraag centraal: 'Wat verstaan (onderzoeks)experts onder buitenspelen?'

Methode

We hebben literatuuronderzoek uitgevoerd en interviews gehouden:

- We hebben de definitie van buitenspelen opgezocht in internationale literatuur over kinderen tussen 4 en 12 jaar, gepubliceerd na 2010.
- We hebben vijf experts met verschillende achtergronden en interessegebieden op het gebied van buitenspelen online geïnterviewd.

Conclusie

Dit onderzoek geeft inzicht in de overeenkomsten en verschillen in wat (onderzoeks)experts onder buitenspelen verstaan. Over één ding zijn ze het eens: buitenspelen is spelen dat buiten plaatsvindt. Maar over de verdere afbakening van buitenspelen verschillen de (onderzoeks)experts van mening.

Aanbeveling

Om onderzoeken naar buitenspelen beter te kunnen vergelijken en beleid te verstevigen is het belangrijk dat iedereen dezelfde terminologie hanteert. Wij stellen een terminologie voor waarin buitenspelen één of meer van de volgende vormen kan hebben: actief, vrij, natuurlijk, avontuurlijk en/of sociaal.

Inleiding

In dit hoofdstuk beschrijven we de aanleiding, het doel en de onderzoeksvragen van dit onderzoek naar de definitie van buitenspelen.

1.1 Aanleiding

Er is steeds meer belangstelling voor buitenspelen vanuit verschillende wetenschappelijke disciplines en beleid. Dat komt onder andere door toenemend inzicht in de opbrengsten van buitenspelen voor de gezondheid en ontwikkeling van kinderen (Bento & Dias, 2017; Gray et al., 2015). Een andere belangrijke ontwikkeling is het Nationaal Sportakkoord (Ministerie van VWS, 2018), waardoor buitenspelen hoger op de politieke agenda is komen te staan.

Deze aandacht is relevant, want tijd voor buitenspelen is onder druk komen te staan. Onder andere door verstedelijking en veranderende patronen van vrijetijdsbesteding van kinderen (Lucassen et al., 2020).

In onderzoek naar buitenspelen worden verschillende definities van het begrip 'buitenspelen' gehanteerd (Lee et al., 2021). De verschillen in definities lijken te maken te hebben met de expertise en achtergrond van de onderzoekers, zoals onderwijs-, gezondheids- of gedragswetenschappen (Truelove et al., 2017).

Onder andere door het hanteren van verschillende definities zitten er verschillen in hoe onderzoekers buitenspelen meten en daarover rapporteren. Daardoor zijn cijfers over buitenspelen, bijvoorbeeld over de hoeveelheid tijd dat kinderen buitenspelen, vaak lastig te vergelijken. Dat beperkt de informatie over buitenspelen.

Informatie over buitenspelen is een belangrijke basis voor lokaal en nationaal beleid gericht op buitenspelen en in de bredere zin voor beweegstimulering van kinderen. Als we een gedeeld idee hebben over wat we met buitenspelen bedoelen, kunnen we beleid en onderzoek rondom buitenspelen ook gericht vormgeven en uitvoeren.

1.2 Onderzoeksvraag

Om een stap te zetten naar een gedeeld idee over wat we met buitenspelen bedoelen, staat in dit onderzoek de volgende onderzoeksvraag centraal:

Wat verstaan (onderzoeks)experts onder buitenspelen?



Leeswijzer

In hoofdstuk 2 zetten we de methoden uiteen die we hebben gebruikt voor dit onderzoek. In hoofdstuk 3 beschrijven we de resultaten. Hierbij bespreken we kenmerken van buitenspelen in afzonderlijke paragrafen. We sluiten het rapport in hoofdstuk 4 af met conclusies en aanbevelingen.

Methode

Om inzicht te krijgen in de verschillen in definities van buitenspelen hebben we literatuuronderzoek gedaan. Ook hebben we interviews gehouden met experts op het gebied van buitenspelen over wat zij onder buitenspelen verstaan. In dit hoofdstuk beschrijven we deze twee onderzoeksmethoden.

2.1 Literatuuronderzoek

Zoektermen en -machines

In het najaar van 2023 hebben we literatuuronderzoek gedaan naar verschillende definities van buitenspelen. Met deze zoektermen hebben we relevante internationale literatuur gezocht:

- (outdoor play OR active play OR free play OR unstructured play OR independent play OR risky play)
AND
- (outdoor* OR outside)
AND
- (child* OR youth OR young* OR kids* OR pediatric* OR boys OR girls)

We hebben de zoekmachines Scopus, Web of Science en PubMed gebruikt. De zoekresultaten hebben we laten sorteren op relevantie. We zijn gestopt met het includeren van nieuwe artikelen toen we in een tiental opeenvolgende artikelen geen nieuwe informatie meer vonden.

Selectie van publicaties

Een publicatie moest een definitie van buitenspelen en een onderbouwing of beredenering van de keuze daarvoor bevatten. Deze definitie van buitenspelen moest betrekking hebben op kinderen tussen 4 en 12 jaar oud. Onderzoeken waarin alleen een definitie van 'spelen' of 'play' stond, zonder 'buiten' of 'outdoor', hebben we niet meegenomen.

Voor dit onderzoek hebben we gebruik gemaakt van publicaties vanaf 2010 die in het Engels of in het Nederlands beschikbaar waren.

2.2 Interviews met experts

We hebben experts met verschillende achtergronden en expertises op het gebied van buitenspelen uitgenodigd voor een interview. De interviews vonden in oktober 2023 online plaats via Microsoft Teams. Voorafgaand aan de interviews hebben alle experts toestemming gegeven voor deelname aan het onderzoek. Met toestemming van de geïnterviewden hebben we spraakopnames van de interviews gemaakt.

Eén onderzoeker heeft alle interviews gevoerd, aan de hand van een interviewleidraad. In twee gevallen was ook een andere onderzoeker of stagiair aanwezig. De interviews duurden tussen de 30 en 60 minuten.

Tijdens de interviews hebben we de experts gevraagd naar:

- hun achtergrond en interesses op het gebied van buitenspelen;
- de definitie van buitenspelen die ze hanteren;
- wanneer iets volgens hen geen buitenspelen meer is;
- welke opbrengsten buitenspelen volgens hen heeft;
- eventuele andere perspectieven op buitenspelen waarmee ze bekend zijn; en
- of ze aanbevelingen voor literatuur hadden die volgens hen niet mocht ontbreken in dit onderzoek.

2.3 Dataverwerking

Literatuuronderzoek

Uit de geselecteerde publicaties hebben we de volgende gegevens geëxtraheerd:

- het soort onderzoek;
- de doelgroep van het onderzoek;
- de gehanteerde definitie van buitenspelen;
- de redenering achter de gehanteerde definitie; en
- overige observaties.

We hebben de kenmerken van buitenspelen zoals in de verschillende publicaties uit ons literatuuronderzoek beschreven, via inductieve thematische analyse geclusterd in vier thema's:

- mate van vrijheid of begeleiding;
- motivatie van het kind;
- omgeving; en
- actief spelen.

Onder de thema's vielen verschillende onderwerpen (codes). Zo vielen 'plezier' en 'intrinsieke motivatie' onder het thema 'motivatie van het kind'.

Interviews met experts

We hebben de interviews met experts woordelijk getranscribeerd. Vervolgens hebben we de transcripten gecodeerd op basis van de thema's die we gevormd hebben op basis van het literatuuronderzoek (deductieve thematische analyse). Als er nieuwe codes nodig waren bij een thema, hebben we deze toegevoegd.

Een concept van de resultaten hebben we voorgelegd aan de geïnterviewde experts om na te gaan of we de interviews goed hadden geïnterpreteerd.

Resultaten

In dit hoofdstuk beschrijven we kort de achtergrond van de resultaten. Vervolgens bespreken we per thema de resultaten uit het literatuuronderzoek en de interviews.

3.1 Achtergrond

Literatuur

In het literatuuronderzoek hebben we vijftien publicaties gevonden die aan de selectiecriteria voldeden. Uit de interviews met de experts kwamen twee nieuwe literatuursuggesties die aan de selectiecriteria voldeden.

Experts

We hebben acht experts uitgenodigd, waarvan er vijf aan de online interviews hebben deelgenomen. Degenen die niet deelnamen, gaven aan te weinig tijd te hebben of inmiddels in een ander vakgebied werkzaam te zijn.

Drie van de geïnterviewde experts zijn onderzoeker bij een universiteit op een vakgebied dat gerelateerd is aan buitenspelen. Eén expert is inhoudelijke coördinator bij een vereniging zonder winstoogmerk die zich richt op buitenspelen. De vijfde expert is vrijetijdspedagoog, kinderwerker en voorzitter van een interdisciplinair platform voor spel en speelruimte voor kinderen en jongeren.

De interessegebieden van de experts zijn ontwerpen voor het spelende kind, risicovol spelen, het belang van groen voor de gezondheid, kindvriendelijke publieke ruimte, inrichting van speelruimte en het belang van spelen.

Definitie buitenspelen

De definities in de literatuur beschrijven buitenspelen als 'spelen dat buiten plaatsvindt'. Daarbij geven ze vooral aan spelen verschillende aanvullende kenmerken.

Uit de interviews blijkt dat de meeste experts het lastig vinden om een eenduidige definitie van buitenspelen te geven. Ze geven aan dat dit komt doordat spelen moeilijk te definiëren is. De afbakening van wanneer iets nog wel of niet meer buitenspelen is wordt als lastig ervaren. Zo zei één expert:

'Ja dat is een moeilijke hè, want het laat zich gewoon heel moeilijk definiëren, spelen in elk geval laat zich moeilijk definiëren, dus dat is al een eerste kwestie. Het is ook vaak geprobeerd om dat in een definitie te duwen en dan klopt het toch nooit helemaal. Ik denk dat het beste gekeken kan worden naar een aantal kwaliteiten dat spelen of spel heeft. En niet elk spel heeft al die kwaliteiten of allemaal in even grote mate' – expert buitenspelen

We beschrijven daarom in dit hoofdstuk verder de kenmerken of onderdelen van buitenspelen per thema, in plaats van volledige definities.

3.2 Mate van vrijheid of begeleiding

De mate van vrijheid lijkt een belangrijk kenmerk van buitenspelen. In elke publicatie en in elk interview komen één of meer van de volgende aspecten van buitenspelen terug: ongestructureerd, ongeorganiseerd, vrij gekozen, zelfgestuurd en vrij spel.

Soms zien (onderzoeks)experts dit als voorwaarde om iets buitenspelen te noemen. Andere keren beschouwen ze elk spel dat zich buiten afspeelt als buitenspelen, waarbij de mate van (on)gestructureerdheid of (on)vrijheid kan verschillen.

Autonomie

Sommige experts zien het als voorwaarde dat kinderen tijdens het buitenspelen de autonomie hebben om zelf te kiezen óf ze gaan buitenspelen, wat ze gaan doen, welke regels er gelden, hoe lang ze gaan buitenspelen en met wie. Eén expert zei hierover:

'Spelen is elke vorm van door een kind geïnitieerd, zelf gemotiveerd gedrag dat het uitvoert om het genieten van het proces of het genieten van het ervaren van dat gedrag, zonder dat een einddoel of een functie daarvan de overhand heeft. En als dat buiten gebeurt, in autonome vorm, dus niet georganiseerd binnen een sport of een kamp of een scouting of iets dergelijks, maar waar het kind echt zelf vorm kan geven aan die activiteit, autonoom is, ja, dat is volgens mij buitenspelen.' – expert buitenspelen

Speelsheid

Sommige van deze experts benoemen speelsheid als kenmerk van buitenspelen. Dat is gerelateerd aan de vrijheid van spelen. Eén expert zei hierover:

'Het is eigenlijk een tautologie, want spel is vrij, dus vrij spel, is er dan ook onvrij spel? Nou, in onvrijheid neemt het speelse af, dus eigenlijk de mogelijkheid tot gedragingen naar eigen wil. Dat is wat spel is en dat is vrij.' – expert buitenspelen

Niveaus van buitenspelen

Andere experts benoemen dat het allemaal niet zwart-wit is, maar dat er bepaalde niveaus van buitenspelen bestaan. Zo vinden ze gestructureerd of georganiseerd spel dat buiten plaatsvindt wel vallen onder buitenspelen. Wel noemen ze dat dit minder waarde heeft voor kinderen of minder elementen van spelen bevat dan wanneer het ongestructureerd of ongeorganiseerd is. Dit laatste heeft de voorkeur van de experts.

Invloed van volwassenen

Hiernaast kwam naar voren dat volgens de experts de invloed van volwassenen zo beperkt mogelijk moet zijn om zo veel mogelijk impact van buitenspelen te hebben. Volwassenen kunnen op de achtergrond aanwezig zijn, ondersteunen en een veilige omgeving creëren. Maar ze moeten het spel bij de kinderen laten en zich niet bemoeien met wat kinderen wel of niet doet tijdens het buitenspelen.

Literatuur bevestigt dat toezicht kinderen beperkt, in ieder geval voor de mate van fysieke activiteit bij buitenspelen (Tremblay et al., 2015).

Interviewer: 'En als je kijkt naar gestructureerd en ongestructureerd buitenspelen, wat is jouw mening over wat wel of geen buitenspelen is?'

Expert buitenspelen: 'Ja, daar heb ik over na zitten denken, want ik denk dat het alle twee buitenspelen is uiteindelijk. Maar je kan het wel hebben over wat is van meerwaarde voor kinderen. En dan heeft voor mij het vrij spelen, het ongestructureerd spelen, meer waarde in het buitenspelen. En het gestructureerde, en dat is vaak met begeleiders spelen of het meer activiteitgericht spelen, dat is ook nog steeds buitenspelen, want het is spelen, buiten, en in het algemeen kiezen kinderen daar zelf voor en vinden ze het ook plezierig. Maar op het moment dat die volwassene erbij is? Dan beïnvloedt dat de vrije keuze van het kind. Op wat voor manier dan ook, of de volwassene dan een spelletje doet met kinderen, of dat die helemaal niks doet maar daarbij is, dat beïnvloedt nog steeds het spel. Dus dan heb je het niet meer over vrij spelen voor mij. Maar het is wel buitenspelen.'

Risicovol spel

Sommige experts benoemen dat het kind van volwassenen de vrijheid moet krijgen om risicovol spel aan te gaan, om zo hun eigen grenzen te verkennen. Dit komt ook terug in sommige publicaties (Cheng et al., 2022; Spencer et al., 2021; Tremblay et al., 2015).

3.3 Motivatie van het kind

Plezier

Alle experts vinden het belangrijk dat kinderen tijdens het buitenspelen activiteiten doen waar ze plezier uit halen. Dit komt in een derde van de publicaties terug (Boxberger & Reimers, 2019; Helleman et al., 2023; Lee et al., 2022; Truelove et al., 2017; Woolley, 2021).

Intrinsieke motivatie

Verder benoemen experts dat het geen buitenspelen meer is zodra het een ander doel krijgt. Bijvoorbeeld wanneer prestatie of competitie vooropstaan of er een opdracht is die het kind moet volgen. Volgens de experts moeten kinderen intrinsiek (vanuit zichzelf) gemotiveerd zijn om het buitenspelen te kunnen noemen. Dit komt in twee publicaties terug (Lambert et al., 2019; Lee et al., 2022).

Geen doel

In de interviews kwam ook naar voren dat buitenspelen positieve opbrengsten kan hebben voor de gezondheid en ontwikkeling van het kind, maar dat we het niet moeten reduceren tot middel om deze opbrengsten te bewerkstelligen. Het is niet nodig om speeltijd te rechtvaardigen, alsof het anders nutteloos is. Lee et al. (2022) noemen in hun review ook dat buitenspelen geen doel hoeft te hebben.

Een geïnterviewde expert zei hierover:

'Ik denk niet zo in termen van opbrengsten, omdat dat een beetje botst met spelen. Het dient nergens voor, spelen is gewoon iets wat kinderen doen en het proces is belangrijk, de motivatie op zich, het is leuk en je wil ermee doorgaan. Maar natuurlijk ondertussen gebeuren effectief allerlei dingen en je kan dat dan zien als opbrengsten, maar het is een beetje het gevaar dat je het heel utilitair gaat zien van: dat brengt spelen op.' - expert buitenspelen

3.4 Omgeving

In bijna alle publicaties (Aarts et al., 2010; Aggio et al., 2017; Beyer et al., 2015; Boxberger & Reimers, 2019; Cheng et al., 2022; Helleman et al., 2023; Lee et al., 2021; Lee et al., 2022; Tandon et al., 2015; Tremblay et al., 2015; Truelove et al., 2017; Willeboordse et al., 2022) en in alle interviews komt naar voren dat buitenspelen iets is wat buiten plaatsvindt.

In sommige gevallen geven (onderzoeks)experts nog aanvullende kenmerken voor een (meer) stimulerende buitenspeelomgeving. Daarbij komen verschillende settingen aan de orde waarin buitenspelen kan plaatsvinden. Deze lichten we hieronder verder toe.

Uitdagend, aantrekkelijk en veilig

Sommige geïnterviewde experts geven aan dat de omgeving uitdagend, aantrekkelijk en veilig moet zijn voor kinderen, omdat dit anders het spel kan belemmeren.

Passende elementen

Verder geven sommige experts aan dat leeftijd, karakter en ontwikkelingsfase van het kind vragen om verschillende omgevingen en dat je verschillende speelelementen moet aanbieden. In de literatuur is hier minder aandacht voor.

'Motorisch zit het heel erg in verschillende dingen aanbieden, ook afhankelijk van de leeftijd. Dus het gaat er ook om, wat kan je aan als kind en dan zorgen dat er dan ook op jouw ontwikkelingsniveau iets aangeboden wordt. Dan gaat het ook gewoon over schommel, balanceren, leren fietsen, enzovoorts.' - expert buitenspelen

Groen

Een deel van de experts geeft aan dat een groene of natuurlijke omgeving nodig is voor buitenspelen en dat dit bijdraagt aan de ontwikkeling van het kind. Dit komt ook terug in sommige publicaties (Beyer et al., 2015; Cheng et al., 2022; Tremblay et al., 2015).

Een natuurlijke omgeving is volgens hen over het algemeen minder gestructureerd en heeft meer losse elementen (zoals takken of stenen). Daardoor doet zo'n omgeving meer een beroep op creativiteit, nodigt deze uit tot lichamelijke activiteiten als rennen en is deze leuker voor kinderen.

Kan overal, onder voorwaarden

Alle experts geven aan dat buitenspelen kan plaatsvinden in elke setting, als deze aan bepaalde voorwaarden voldoet. Kinderen moeten zelf kunnen kiezen of ze wel of niet meedoen en moeten het voor hun plezier doen. Alleen Tremblay et al. (2015) nemen in hun definitie specifiek op dat buitenspelen kan plaatsvinden in elke setting.

Voor sommige experts geldt daarnaast dat buitenspelen autonoom en ongestructureerd is en in een daarvoor passende omgeving plaatsvindt. Als voorbeeld benoemen experts en Remmers et al. (2014) dat een training bij een sportvereniging of een gymles die buiten plaatsvindt geen buitenspelen is. Wanneer kinderen een pauzemoment krijgen tijdens zo'n georganiseerd sportmoment of van en naar de training of gymles gaan, is er alsnog ruimte voor vrij buitenspelen. Eén expert zei hierover:

'Het is allemaal buitenspelen hè? Als je het goed bekijkt en of dat nou in de tuin is of op de stoep, in de straat of in de speeltuin verderop, of op het schoolplein in de pauze of bij de bso. En ik denk zelf, of dat hoop ik af en toe, bij sportactiviteiten of bij sportlessen heb je vaak ook een momentje spelen of vrij spelen.' - expert buitenspelen

Omgeving heeft invloed

In bijna alle interviews benoemen de experts dat de omgeving invloed heeft op hoe en met wie kinderen kunnen buitenspelen. Zo geeft een expert aan dat een speelplek met toestellen bijvoorbeeld meer fysiek spel oproept, terwijl een groene speelplek meer fantasiespel stimuleert. Hetzelfde geldt voor de setting:

'Ja, het maakt heel veel uit voor de randvoorwaarden waaronder je kan spelen. Omdat die setting natuurlijk gaat bepalen met wie je kunt spelen, want dat zijn alleen de kinderen van de opvang en van de school. En ook het kwartiertje speeltijd is dan dat kwartier en dan is het gedaan, dan gaat de bel en moet je terug naar de klas. Dus dat maakt ook dat je bepaalde soorten spel niet gaat spelen of dat je onderbroken wordt, terwijl dat het net zo leuk is.' – expert buitenspelen

Vrije invulling

Sommige experts benadrukken dat buitenspelen gebeurt in de vrije tijd van kinderen en dat kinderen deze tijd moeten kunnen invullen zoals zij dat willen. Dit gebeurt nu niet altijd, bijvoorbeeld wanneer er bij de buitenschoolse opvang gestructureerde activiteiten zijn. Vrije tijd komt ook in twee publicaties als kenmerk van buitenspelen terug (Tremblay et al., 2015; Willeboordse et al., 2022).

3.5 Actief spelen

In de meerderheid van de publicaties komt terug dat buitenspelen een fysieke activiteit is (Aarts et al., 2010; Aggio et al., 2017; Boxberger & Reimers; 2019; Lambert et al., 2019; Remmers et al., 2014; Tremblay et al., 2015; Truelove et al., 2017) of dat er sprake moet zijn van actief spel (Aggio et al., 2017; Tandon et al., 2015; Tremblay et al., 2015).

In de interviews komt actief buitenspelen nauwelijks aan bod. De experts benoemen dat het zo kan zijn dat kinderen tijdens het buitenspelen bewegen, maar dat dit geen vereiste is om het als buitenspelen te beschouwen. Parent et al. (2020) beschrijven ook expliciet dat buitenspelen zowel actief als inactief kan zijn.

Conclusies & aanbevelingen

In dit rapport hebben we een beeld geschetst van de overeenkomsten en verschillen in wat (onderzoeks)experts onder buitenspelen verstaan. In dit hoofdstuk formuleren we op basis van de belangrijkste resultaten conclusies en doen we een aanbeveling voor beleid en onderzoek.

4.1 Conclusies

- Buitenspelen is spelen dat buiten plaats vindt. Over de verdere afbakening van buitenspelen, of anders gezegd, wanneer iets geen buitenspelen meer is, verschillen de (onderzoeks)experts van mening.
- Sommige (onderzoeks)experts formuleren als voorwaarde om iets als buitenspelen te zien dat het ongestructureerd, ongeorganiseerd, vrij gekozen, zelfgestuurd en/of vrij spel is. Anderen vinden dat al het spelen in de buitenlucht buitenspelen is, maar dat er verschillende niveaus van buitenspelen bestaan waarbij geldt: hoe vrijer kinderen kunnen buitenspelen, hoe meer waarde buitenspelen voor deze kinderen heeft.
- Sommige (onderzoeks)experts benoemen dat het belangrijk is dat kinderen tijdens het buitenspelen activiteiten doen waar ze plezier uit halen. Anderen namen hier niks over op in hun definitie.
- De (onderzoeks)experts verschillen ook van mening over of fysieke activiteit en actief spel een vereiste van buitenspelen moet zijn.

4.2 Aanbeveling: gebruik dezelfde terminologie

Om cijfers over buitenspelen beter met elkaar te kunnen vergelijken, is het belangrijk dat iedereen dezelfde terminologie gebruikt bij onderzoek en rapportage over buitenspelen. Als we een gedeeld idee hebben over wat we met buitenspelen bedoelen, kunnen we beleid rondom buitenspelen ook gericht schrijven en uitvoeren.

Onderscheid tussen niveaus van buitenspelen

Om onderscheid tussen de verschillende niveaus van buitenspelen te kunnen maken, is het nodig om daarvoor verschillende woorden te gebruiken. De Engelse taal kent zowel het woord 'game', met vaste regels, als het vrijere 'play' (Zosh et al., 2017). De Nederlandse taal staat niet toe om dit onderscheid met één woord te maken.

Een andere mogelijkheid is om buitenspelen als een continuüm te beschouwen, met meerdere niveaus: van vrij spel tot gestructureerd spelen. Maar het afbakenen van de grens van die niveaus is lastig (Zosh et al., 2017).

Terminologie met componenten

Een recente internationale studie (Lee et al., 2022) heeft consensus bereikt over de terminologie van buitenspelen. Daarbij kun je de vorm van spelen verder

verduidelijken, zoals actief spelen en vrij spelen. Hierbij kun je verschillende componenten ook combineren, tot bijvoorbeeld vrij en natuurlijk buitenspelen of avontuurlijk en actief buitenspelen.

Wij stellen daarom een Nederlandse vertaling van deze terminologie voor om te gebruiken in beleid of onderzoek (zie kader).

Bij deze vertaling kiezen wij ervoor om de term 'risky play' te vertalen naar avontuurlijk spel, in lijn met het synoniem 'adventurous play'. Risicovol heeft vaak een negatieve lading in het Nederlands. Dit kan volwassenen remmen om kinderen aan te moedigen om zo te spelen, terwijl avontuurlijk/risicovol spelen juist een positief effect heeft op hun ontwikkeling en gezondheid (Brussoni et al., 2015; Nesbit et al., 2021).

Toekomstig onderzoek kan deze terminologie en de toepassing ervan in onderzoek en beleid evalueren bij Nederlandse experts.



Buitenspelen

Een vorm van spelen die buiten plaatsvindt. Hierbij is:

- **Spelen**

Vrijwillig meedoen aan een activiteit die leuk is en/of voldoening geeft, meestal vanuit intrinsieke motivatie.

Nuance: niet al het spelen is zelfgestuurd en intrinsiek gemotiveerd.

- **Buiten**

Elke wilde, natuurlijke of door de mens gemaakte plek in de buitenlucht.

Nuance: de plek kan een tijdelijke of permanente overkapping hebben (bijvoorbeeld een luifel of dak), maar moet blootstelling aan de omgeving hebben.

Vormen van spelen

- **Actief spelen**

Een vorm van spelen waarbij fysieke activiteit een rol speelt, van welke intensiteit dan ook.

- **Vrij spelen**

Een vorm van spelen die ongestructureerd en zelfgestuurd is.

- **Natuurlijk spelen**

Een vorm van spelen die plaatsvindt in een natuurlijke omgeving en/of waarbij interactie is met natuurlijke elementen (bijvoorbeeld water, modder, stenen, heuvels, bossen en natuurlijke losse elementen zoals stokken, dennenappels, bladeren en gras).

- **Avontuurlijk* spelen**

Een vorm van spelen die spannend en opwindend is en waarbij

onzekerheid, onvoorspelbaarheid en verschillende maten van risico nemen een rol spelen.

- **Sociaal spelen**

Een vorm van spelen waarbij interactie met anderen een rol speelt.

*In origineel: risky play.

Vertaling van Lee et al. (2022)



Bronnen

Aarts, M., Wendel-Vos, W., Van Oers, H., Van De Goor, I. A. M., & Schuit, A. J. (2010). Environmental determinants of outdoor play in children. *American Journal of Preventive Medicine*, 39(3), 212–219. [10.1016/j.amepre.2010.05.008](https://doi.org/10.1016/j.amepre.2010.05.008)

Aggio, D., Gardner, B., Roberts, J., Johnstone, J., Stubbs, B., Williams, G., Sánchez, G. F. L., & Smith, L. (2017). Correlates of children's independent outdoor play: Cross-sectional analyses from the Millennium Cohort Study. *Preventive Medicine Reports*, 8, 10–14. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2017.07.007>

Bento, G., & Dias, G. (2017). The importance of outdoor play for young children's healthy development. *Porto Biomedical Journal*, 2(5), 157–160. <https://doi.org/10.1016/j.pbj.2017.03.003>

Beyer, K., Bizub, J. M., Szabo, A., Heller, B., Kistner, A., Shawgo, E., & Zetts, C. (2015). Development and validation of the attitudes toward outdoor play scales for children. *Social Science & Medicine*, 133, 253–260. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2014.10.033>

Boxberger, K., & Reimers, A. K. (2019). Parental correlates of outdoor play in boys and girls aged 0 to 12—A Systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(2), 190. <https://doi.org/10.3390/ijerph16020190>

Brussoni, M., Gibbons, R., Gray, C., Ishikawa, T., Sandseter, E. B. H., Bienenstock, A., & Tremblay, M. S. (2015). What is the relationship between risky outdoor play and health in children? A systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 12(6), 6423–6454. <https://doi.org/10.3390/ijerph120606423>

Cheng, T., Brussoni, M., Han, C. S., Munday, F., & Zeni, M. (2022). Perceived Challenges of early childhood educators in promoting unstructured Outdoor Play: An Ecological Systems perspective. *Early Years*, 1–17. <https://doi.org/10.1080/09575146.2022.2034140>

Gray, C., Gibbons, R., Larouche, R., Sandseter, E., Bienenstock, A., Brussoni, M., Chabot, G., Herrington, S., Janssen, I., Pickett, W., Power, M., Stanger, N., Sampson, M., & Tremblay, M. (2015). What Is the Relationship between Outdoor Time and Physical Activity, Sedentary Behaviour, and Physical Fitness in Children? A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph120606455>

Helleman, G., Nio, I., & De Vries, S. (2023).

Playing outdoors: What do children do, where and with whom? *Journal of childhood, education & society*, 4(3), 322–337.

<https://doi.org/10.37291/2717638x.202343285>

Lambert, A., Vlaar, J., Herrington, S., & Brussoni, M. (2019).

What Is the Relationship between the Neighbourhood Built Environment and Time Spent in Outdoor Play? A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20). <https://doi.org/10.3390/ijerph16203840>

Lee, E. Y., Bains, A., Hunter, S., Ament, A., Brazo-Sayavera, J., Carson, V., Hakimi, S., Huang, W. Y., Janssen, I., Lee, M., Lim, H., Silva, D. a. S., & Tremblay, M. S. (2021).

Systematic review of the correlates of outdoor play and time among children aged 3-12 years. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 18(1).

<https://doi.org/10.1186/s12966-021-01097-9>

Lee, E., De Lannoy, L., Li, L., De Barros, M. I. A., Bentsen, P., Brussoni, M., Fiskum, T. A., Guerrero, M. D., Hallås, B. O., Ho, S., Jordan, C., Leather, M., Mannion, G., Moore, S. A., Sandseter, E. B. H., Spencer, N. L. I., Waite, S., Wang, P., & Tremblay, M. S. (2022).

Play, Learn, and Teach Outdoors—Network (PLaTO-Net): terminology, taxonomy, and ontology. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 19(1).

<https://doi.org/10.1186/s12966-022-01294-0>

Lucassen, J., Singh, A., Heijnen, E., & Slot-Heijs, J. (2020).

Buitenspelen 2020: Een verkenning van het beleid in Nederland en Europa. Mulier Instituut.

Ministerie van VWS. (2018).

Nationaal Sportakkoord – Sport verenigt Nederland.

Nesbit, R. J., Bagnall, C. L., Harvey, K., & Dodd, H. F. (2021).

Perceived barriers and facilitators of adventurous play in schools: A qualitative systematic review. *Children*, 8(8), 681. <https://doi.org/10.3390/children8080681>

Parent, N., Guhn, M., Brussoni, M., Almas, A. N., & Oberle, E. (2020).

Social determinants of playing outdoors in the neighbourhood: family characteristics, trust in neighbours and daily outdoor play in early childhood. *Canadian Journal of Public Health-revue Canadienne De Sante Publique*, 112(1), 120–127. <https://doi.org/10.17269/s41997-020-00355-w>

Remmers, T., Broeren, S., Renders, C. M., Hirasings, R., Van Grieken, A., & Raat, H. (2014).

A longitudinal study of children's outside play using family environment and perceived physical environment as predictors. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11(1), 76. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-11-76>

Spencer, R., Joshi, N., Branje, K., Murray, N., Kirk, S., & Stone, M. (2021). Early Childhood Educator Perceptions of risky play in an outdoor loose parts intervention. *AIMS public health*, 8(2), 213–228. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2021017>

Tandon, P., Saelens, B. E., & Christakis, D. A. (2015). Active play opportunities at child care. *Pediatrics*, 135(6), 1425–1431. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-2750>

Tremblay, M. S., Gray, C., Babcock, S., Barnes, J. D., Bradstreet, C. C., Carr, D., Chabot, G., Choquette, L., Chorney, D., Collyer, C., Herrington, S., Janson, K., Janssen, I., Larouche, R., Pickett, W., Power, M., Sandseter, E. B. H., Simon, B., & Brussoni, M. (2015). Position Statement on Active Outdoor Play. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(6), 6475–6505. <https://doi.org/10.3390/ijerph120606475>

Truelove, S., Vanderloo, L. M., & Tucker, P. (2017). Defining and Measuring Active Play among Young Children: A Systematic review. *Journal of Physical Activity and Health*, 14(2), 155–166. <https://doi.org/10.1123/jpah.2016-0195>

Willeboordse, M., Slot-Heijs, J. J., Noordzij, J. M., & Singh, A. S. (2022). *Buitenspelen in perspectief: inzicht in de complexiteit van buitenspeelgedrag van Nederlandse kinderen*. Mulier Instituut.

Woolley, H. (2021). Beyond the fence: constructed and found spaces for children's outdoor play in natural and human-induced disaster contexts – lessons from north-east Japan, and Za'atari refugee Camp in Jordan. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 56, 102155. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2021.102155>

Zosh, J. M., Hopkins, E. J., Jensen, H., Liu, C., Neale, D., Hirsh-Pasek, K., Solis, S. L., & Whitebread, D. (2017). *Learning through play: a review of the evidence (white paper)*. The LEGO Foundation, DK.

A large, thick, orange abstract line graphic that starts at the top left, loops around, and then curves downwards towards the bottom right, resembling a stylized '3' or a calligraphic flourish.

Tessa ten Tije
t.tentije@mulierinstituut.nl

Marloes van Gorp
m.vangorp@mulierinstituut.nl

Mathilda 't Lam

Amika Singh
a.singh@mulierinstituut.nl