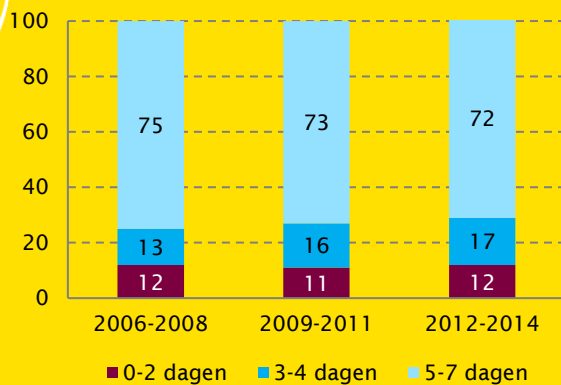


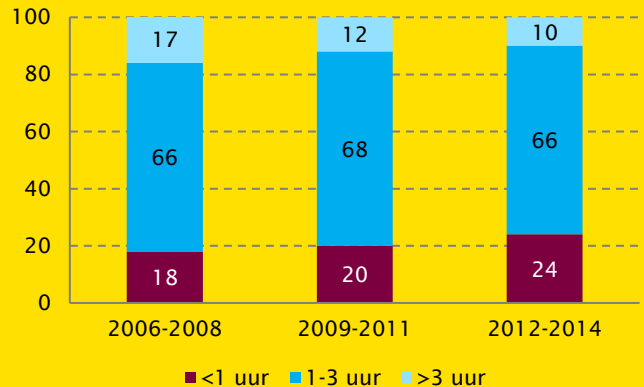
# Ontwikkeling buitenspelen bij kinderen in Nederland

Factsheet 2018/4

**Figuur 1. Aantal dagen dat kinderen in Nederland buitenspelen 2006-2014 (4-11 jaar, in procenten)**



**Figuur 2. Aantal uur dat kinderen in Nederland buitenspelen 2006-2014 (4-11 jaar, in procenten)**



Bron: OBiN, 2006-2014. Bewerking: Mulier Instituut, 2017.

## Introductie

In de media wordt vaak gemeld dat kinderen veel minder buitenspelen dan een aantal jaar geleden. Is dit echt zo? Dit factsheet geeft inzicht in de mate waarin kinderen buitenspelen door de jaren heen. Het betreft kinderen in de leeftijd van vier tot en met elf jaar. Om deze ontwikkeling in kaart te brengen, is gebruikgemaakt van vragenlijsten waarin ouders is gevraagd naar het buitenspeelgedrag van hun kind(eren). Om te achterhalen of kinderen hierin verschillen, leggen we in dit factsheet verband tussen buitenspelen en geslacht, leeftijd, en de stedelijkheid van de gemeente waarin de kinderen wonen.

## Veranderingen in de loop der jaren

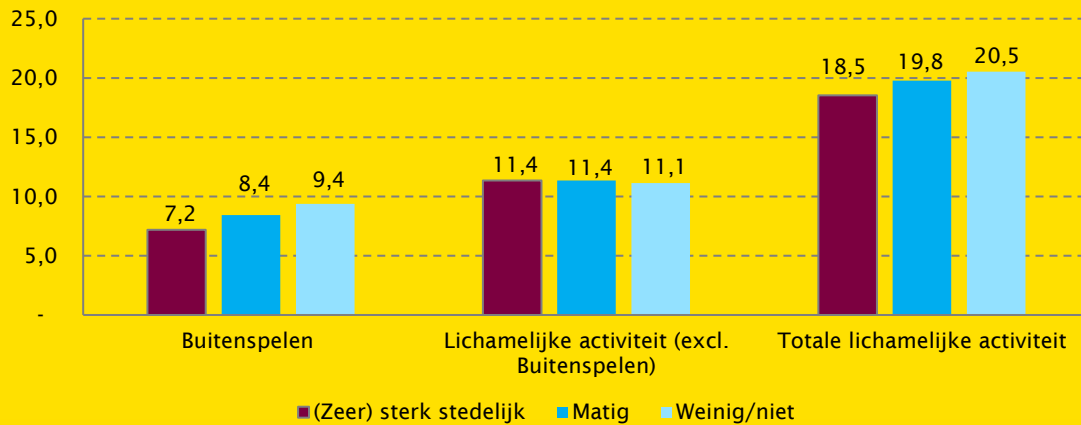
In het aantal dagen dat kinderen buitenspelen is een verschuiving zichtbaar (zie figuur 1). We zien een neerwaartse trend in het percentage kinderen dat vijf of meer dagen per week buitenspeelt. Dit is gedaald van 75 procent naar 72 procent. Het percentage kinderen dat drie tot vier dagen per week buitenspeelt stijgt daardoor. Ook in het aantal uur dat kinderen per dag buitenspelen, is een verschuiving te zien (zie figuur 2). Het percentage kinderen dat langer dan drie uur per dag buitenspeelt daalt en het percentage van minder dan één uur buitenspelen stijgt. Deze analyse is gemaakt op basis van de OBiN vragenlijst 2006-2014.

## Buitenspelen naar geslacht en leeftijd

Jongens spelen vaker buiten dan meisjes. Zo speelt 63 procent van de jongens vijf tot zeven keer per week buiten, tegenover 58 procent van de meisjes (niet in figuur). Uit de literatuur blijkt tevens dat jongens vaker buitenspelen dan meisjes (zie, Remmers et. al., 2014; Timmermans et. al., 2013). Het merendeel van zowel de jongens als de meisjes speelt minder dan zeven uur per week buiten. Respectievelijk 57 en 60 procent.

Naarmate meisjes ouder worden, besteden zij meer tijd aan buitenspelen. Voor jongens geldt het tegenovergestelde. Jonge jongens spelen het langst buiten en jonge meisjes spelen het minst lang buiten. Wanneer we geslacht buiten beschouwing laten, zien we dat jonge kinderen (4-7 jaar) ongeveer evenveel buitenspelen als oudere kinderen (8-11 jaar). Voor beide groepen geldt dat de meeste kinderen drie tot zeven uur per week buitenspelen. Deze analyse is gemaakt op basis van de Gezondheidsenquête 2016 van het CBS.

**Figuur 3. Aantal uur per week dat kinderen in Nederland buitenspelen en/of lichamelijke actief zijn naar stedelijkheid 2016 (4-11 jaar, in uren)**



Bron: Gezondheidsenquête, CBS i.s.m. RIVM, 2016. Bewerking: Mulier Instituut, 2017.

Het Mulier Instituut is een onafhankelijke en landelijk opererende stichting, gericht op de bevordering en uitvoering van sportonderzoek voor beleid en samenleving.

Het instituut voert fundamenteel en praktijkgericht onderzoek uit, monitort de ontwikkelingen op het terrein van de sport en organiseert bijeenkomsten en congressen om het debat over de sport te stimuleren.



**Neem voor meer informatie contact op met:**  
**Vicky Dellas**  
 v.dellas@mulierinstituut.nl

Mulier Instituut  
 Postbus 85445  
 3508 AK Utrecht  
 T 030-7210220  
 info@mulierinstituut.nl  
 www.mulierinstituut.nl

### Buitenspelen afgezet tegen de stedelijkheid van de wijk

In figuur 3 is te zien dat kinderen uit niet-stedelijke gebieden ruim twee uur langer per week buitenspelen dan kinderen uit sterk stedelijke gebieden. Wanneer we alle overige lichamelijke activiteiten van de kinderen bij elkaar optellen (zwemmen, wandelen, fietsen enzovoorts), maar buitenspelen buiten beschouwing laten, zien we dat het aantal uren lichamelijke activiteit per week van alle kinderen ongeveer gelijk is. Buitenspelen maakt het verschil in de totale lichamelijke activiteit van kinderen. Dat kinderen in sterk stedelijke gebieden minder buitenspelen, wordt door verschillende literatuur ondersteund (zie, Timmermans et. al., 2013; Snel, 2011; Wendel-Vos et. al., 2005).

### Conclusie

In dit factsheet zien we dat kinderen minder buitenspelen dan enkele jaren geleden. Naarmate de kinderen ouder worden, spelen jongens minder vaak buiten, al is dit geen sterke afname. Meisjes spelen wat vaker buiten naarmate ze ouder worden. Kinderen die in een weinig tot niet-stedelijke omgeving wonen spelen het meest buiten. Het buitenspelen in Nederland staat onder druk, maar van een drastische daling is geen sprake.

### Verantwoording

De gegevens zijn gebaseerd op bewerkingen van de data van de OBiN vragenlijst 2006-2014 en de CBS Gezondheidsenquête 2016 (selectie 4-11-jarigen). Resultaten uit de OBiN vragenlijst rapporteren we over drie meetperioden (2006-2008, 2009-2011, 2012-2014). Elke meetperiode bevat minimaal 900 respondenten. Resultaten uit de CBS Gezondheidsenquête rapporteren we over 925 respondenten. De vragenlijsten bevatten informatie over onder andere beweeggedrag waaronder buitenspelen.

### Literatuur

Remmers, T., Broeren, S. M., Renders, C. M., Hirasings, R. A., 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.

Snel, N. (2011). *Buitenspelen: kwaliteit van de speelomgeving in de eigen buurt*. Amsterdam: TNS NIPO.

Timmermans, P., Meinema, M. & Snel, N. (2013). *Buitenspelen 2013: kwaliteit van de speelomgeving in de eigen buurt*. Amsterdam: TNS NIPO. Utrecht: Jantje Beton.

Wendel-Vos, G. C. W., Blokstra, A., Zwakhals, S. L. N., Wijga, A. H., & Tijhuis, M. A. R. (2005). *De fysieke omgeving in relatie tot bewegen en voeding; Onderzoek in het kader van preventie van overgewicht*. Utrecht: RIVM.