



4 t/m 11 jaar

Sport- en beweeggedrag van kinderen naar gezinsinkomen

Gezinsinkomen* is van invloed op het sport- en beweeggedrag van kinderen. Hoe lager het gezinsinkomen, hoe lager de wekelijkse sportdeelname.



Beweegrichtlijnen jeugd



Minstens één uur per dag matig of zwaar intensieve inspanning.



Minstens drie keer per week spier- en botversterkende activiteiten.



Voorkom veel stilzitten.

Kinderen uit gezinnen met een laag gezinsinkomen voldoen even vaak aan de beweegrichtlijnen als kinderen met een hoog gezinsinkomen (55% t.o.v. 56%).

Jongeren (12 t/m 17 jaar) voldoen minder vaak aan de beweegrichtlijnen dan kinderen. Dit verschil lijkt groter bij jongeren met een laag gezinsinkomen* (zie ook 'Van kind naar jongere: sport en bewegen onder druk').

Sport

Sport wekelijks

Kinderen uit gezinnen met een lager gezinsinkomen sporten minder vaak wekelijks dan kinderen met een hoger gezinsinkomen.

Laag gezinsinkomen

51%

Hoog gezinsinkomen

78%



Sport wekelijks naar gezinsinkomen en geslacht

Jongens en meisjes verschillen weinig in wekelijkse sportdeelname (de kleine verschillen in percentages kunnen toeval zijn). Bij meisjes is wel een duidelijk verschil zichtbaar tussen lage en hoge gezinsinkomens: de groep meisjes met een laag gezinsinkomen die wekelijks sport is veel kleiner dan de groep meisjes met een hoog gezinsinkomen.

Laag gezinsinkomen

Jongens 56%

Meisjes 47%

Hoog gezinsinkomen

Jongens 77%

Meisjes 79%



Plezier in sport

Het cijfer dat alle kinderen geven aan sport. Er is geen verschil naar gezinsinkomen.



Belemmeringen

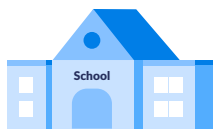
Er lijken verschillen te zijn in het ervaren van (gezondheidsgerelateerde) belemmeringen.* 1 op de 10 kinderen met een laag gezinsinkomen ervaart belemmeringen om te sporten.

Bewegen



Buitenspelen

De groep kinderen uit gezinnen met een laag gezinsinkomen die buitenspeelt is **even groot** als de groep kinderen met een hoog gezinsinkomen die buitenspeelt.



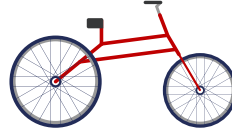
Naar school

De groep kinderen met een laag gezinsinkomen die naar school loopt en fietst is **even groot** als de groep kinderen met een hoog gezinsinkomen die naar school loopt en fietst (80,5%).



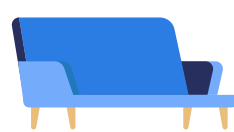
Lopen in vrije tijd

Kinderen uit gezinnen met een laag gezinsinkomen lopen **meer uur** per week dan kinderen met een hoog gezinsinkomen (2,4 uur per week t.o.v. 1,3 uur per week).



Fietsen in vrije tijd

Kinderen uit gezinnen met een hoog gezinsinkomen fietsen **vaker per week**, maar **minder uren** dan kinderen met een laag gezinsinkomen.



Zitten

Kinderen uit gezinnen met een laag en hoog gezinsinkomen zitten gemiddeld **evenveel** (7,3 uur per dag).

Van kind naar jongere: sport en bewegen onder druk

Bij kinderen (4 t/m 11 jaar) zijn de verschillen naar gezinsinkomen nog klein; bij jongeren (12 t/m 17 jaar) zijn deze verschillen groter.

Voldoen aan beweegrichtlijnen

Laag gezinsinkomen

4-11 jaar 55%

12-17 jaar 31%

Hoog gezinsinkomen

4-11 jaar 56%

12-17 jaar 41%

Wekelijkse sportdeelname

In de kinderleeftijd zijn er nauwelijks verschillen tussen jongens en meisjes. Op latere leeftijd sporten meisjes uit gezinnen met een laag inkomen duidelijk minder dan de jongens in deze groep.

12-17 jaar

Jongens 63%

Meisjes 42%

Beter passend aanbod

Voor kinderen uit gezinnen met een laag gezinsinkomen kan een sterke sport- en beweegbasis helpen om latere ongelijkheid te voorkomen. Voor deze groep - met name de meisjes - is een beter passend en toegankelijker sport- en beweegaanbod nodig, dat aansluit op hun leefwereld en specifieke behoefte.

Bron

De cijfers in deze infographic zijn afkomstig uit de Aanvullende Module Bewegen en Ongevallen van de Leefstijlmonitor, RIVM, VeiligheidNL en CBS, 2021 en 2023 (analyses uitgevoerd door RIVM).

Meer weten?

*Meer over het sport- en beweeggedrag van jeugd naar gezinsinkomen (inclusief definitie en significantie) vind je [hier](#).