

# Waarom elk kind risicovol zou moeten spelen

Vroeger was het vrij normaal dat kinderen zich bezighielden met activiteiten als in bomen klimmen, op geheime plekken spelen of het bouwen van hutten in de bosjes. Tegenwoordig zijn de mogelijkheden daarvoor voor kinderen veel beperkter. Zij spelen steeds minder buiten. En als kinderen buitenspelen, staan ze meestal onder toezicht van volwassenen. De focus werd de afgelopen decennia steeds meer gelegd op veiligheid en bescherming. Door ouders zelf, maar bijvoorbeeld ook op scholen. Met als resultaat: intensiever toezicht, strakkere regelgeving en strenge eisen aan speelplekken. Kinderen kregen steeds minder ruimte om vrij te spelen en te ontdekken. Maar is dat wel zo goed voor de ontwikkeling van een kind? Niet dus, blijkt uit steeds meer onderzoek.

TEKST ANOUK HELMER (VEILIGHEIDNL)



## Van beschermen naar versterken

Elke dag belanden er circa 500 kinderen met letsel op de eerste hulp. De meeste ongevallen met kinderen gebeuren tijdens alledaagse activiteiten in en om huis. Toch belanden er jaarlijks gemiddeld 23.000 kinderen op de eerste hulp door letsel dat zij op de basis- of middelbare school oplopen. Dat zijn zo'n 50 kinderen per dag! Bij het voorkomen van letsels is het beschermen van kinderen natuurlijk belangrijk, bijvoorbeeld door het bieden van een veilige omgeving en het houden van toezicht.

Bij hele jonge kinderen is deze bescherming nodig, want zij zijn nog niet in staat risico's in te schatten. Maar naarmate een kind zich verder ontwikkelt, is het belangrijk om de juiste balans

te vinden tussen enerzijds beschermen tegen gevaar en anderzijds de ruimte geven om te leren omgaan met risico's. Dit noemen we het versterken van kinderen. Door hier in te investeren, neemt de kans op ernstig letsel of een ongeval af.

## Versterken door risicovol spelen

Een goede balans tussen het beschermen en versterken van kinderen is belangrijk. Hier ligt een belangrijke verantwoordelijkheid voor alle volwassenen die met kinderen te maken hebben. Je versterkt kinderen bijvoorbeeld door ze risicovol te laten spelen. Deze term (in het Engels *risky play*) is door de Noorse pedagoog Sandseter bedacht. Bij risicovol spelen gaan kinderen aan de slag met spannende, uitdagende en avontuurlijke activiteiten, waarbij een kans bestaat op een (kleine) verwonding. Ze leren hierbij hun eigen grenzen kennen en risico's goed inschatten, wat goed is voor hun ontwikkeling. En dat is belangrijker voor kinderen dan de kans op een verwonding.

*Vrijwel alle kinderen willen uit zichzelf risicovol spelen en gaan op ontdekking. Het is iets dat van nature in kinderen zit; door te spelen, leren ze.*

Zeina Bassa, consultant bij VeiligheidNL (kenniscentrum letselpreventie), licht toe: "Door risicovol te spelen worden de motorische, cognitieve en sociaal-emotionele vaardigheden van kinderen gestimuleerd en ontwikkeld. Dit



kan op speelse wijze; je laat ze lekker stoeien, hoog klimmen, hard rennen en flink botsen. En ja, daar komt wel eens een bult of schaafwond bij kijken. Dat is helemaal niet erg. Sterker nog, kinderen hebben er baat bij want er zitten veel voordelen aan risicovol spelen.”

### Waarom is risicovol spelen zo belangrijk?

Internationaal wetenschappelijk onderzoek toont aan dat risicovol spelen goed is voor de ontwikkeling van kinderen. De belangrijkste resultaten zijn:

- Door het ervaren van risicovolle situaties tijdens risicovol spelen, ontwikkelen kinderen *risicocompetenties*: ze leren risico's inschatten en ontwikkelen cognitieve vaardigheden om de juiste afwegingen te maken wanneer een risicovolle situatie zich opnieuw voordoet.
- Het nemen van risico's is een onderdeel van de 'gereedschapskist' voor *effectief leren*: risicovol spelen ontwikkelt een positieve houding van 'ik kan het' en daarmee gaat een kind uitdagingen meer zien als iets om van te genieten dan om te vermijden. Dit vergroot onafhankelijkheid en zelfvertrouwen, wat belangrijk kan zijn voor hun doorzettingsvermogen als ze geconfronteerd worden met uitdagingen.
- Risicovol spelen heeft een positieve invloed op de *fysieke en mentale gezondheid* van kinderen en op het ontwikkelen van *sociale vaardigheden*. Kinderen staan sterker in hun schoenen en kunnen beter conflicten oplossen en emoties herkennen van speelmaatjes.
- Bewegingen die veel voorkomen bij risicovol spelen, zoals slingeren, klimmen, rollen, hangen en glijden, zijn niet alleen leuk voor kinderen, maar ook van essentieel belang voor hun *motorische vaardigheden, balans, coördinatie, en lichaamsbewustzijn*. Kinderen die dat niet doen zijn vaker onhandig, voelen zich ongemakkelijk in hun eigen lichaam, hebben een slechte balans en bewegingsangst.

Kinderen moeten dus leren zelf een risico in te schatten, maar daarbij is het uiteraard belangrijk te weten waar de grens ligt. Als een kind nog niet in staat is zelf de risico's in te schatten (omdat het daar de vaardigheden nog niet voor heeft of omdat de risico's voor het kind niet zichtbaar zijn), heeft het hulp nodig van volwassenen. Zo is bijvoorbeeld spelen bij open water zonder toezicht voor een kind van vier jaar gevaarlijk en dus een onaanvaardbaar risico, terwijl dat voor een twaalfjarige met een zwemdiploma niet zo hoeft te zijn. Het is dus van belang een goede balans te vinden tussen kinderen beschermen tegen gevaar, en ze de ruimte geven en leren omgaan met risico's in hun spel. Hier ligt een belangrijke verantwoordelijkheid voor alle volwassenen die met kinderen werken.

*“Het is goed om je bewust te zijn van de waarde van risicovol spel en welke rol je hebt als professional in de facilitering en begeleiding van de kinderen hierin.... Als je ziet dat een kind een drempel over kan gaan, help daar dan aan mee, zodat het kind ervaart dat het meer kan of durft dan het van tevoren dacht.”*

Martin van Rooijen, pedagoog en onderzoeker naar risicovol spelen

Kortom, risicovol spelen is goed voor kinderen; zij worden motorisch vaardiger, zelfverzekerder en socialer. Ook als leerkracht heb je een belangrijke rol om bij te dragen aan de ontwikkeling van jouw kinderen.

### Buiten spelen mét risico

Risicovolle spelactiviteiten vinden vooral plaats als kinderen vrij (buiten) spelen. Denk aan: spelen op hoogte (klimmen, klauteren, balanceren en schommelen), spelen met snelheid (skateboarden, steppen en van een heuvel afrennen), spelen met gevaarlijke voorwerpen (met pijl en





boog en darten met echte dartpijlen), spelen op gevaarlijke plekken (spelen in de buurt van water en kampvuur) en trek- en duwspelen (worstelen, stoeien en spelen met zwaarden of stokken). Voor scholen is het goed om na te denken over hoe zij kinderen de ruimte geven om risicovol te spelen. Daarbij kan je letten op:

- de veelzijdigheid van de omgeving (zodat er op verschillende manieren gespeeld kan worden, bijvoorbeeld met hoogte, snelheid, trekken en duwen, enzovoort);
- de flexibiliteit van de omgeving (zodat de omgeving gemanipuleerd en veranderd kan worden door het kind) en
- de complexiteit van de omgeving (zodat er variatie mogelijk is om risicovol te spelen voor verschillende soorten kinderen, van risicomijdend tot risicozoekend).

### Eindeloos spelen met natuurlijke en waardeloze materialen

Naast het bieden van speeltoestellen en ander speelmateriaal, zijn er meer mogelijkheden die aansluiten op de beleving en creativiteit van de kinderen zelf. Hoe vaak zie je kinderen enthousiast en langdurig spelen met natuurlijke materialen zoals boomstammetjes en takken, of met en andere 'waardeloze' spullen zoals autobanden, kratten, buizen, slangen en kleden? Kinderen spelen graag met dingen die ze zelf kunnen aanpassen naar hun eigen wensen. Volgens de 'theorie van de losse spullen' zijn deze 'loose parts' geen speelgoed, maar zijn het dus materialen zonder vooraf bepaald gebruik. Het materiaal kan worden verplaatst, aangepast, gecontroleerd, gewijzigd en gemanipuleerd door de kinderen zelf. Dit biedt ze eindeloze speelmogelijkheden die elk kind aanspreken.

Voordat je als school aan de slag gaat met risicovol spelen, is het belangrijk dat risicovol



spelen verankerd is in het beleid. Ontwikkel samen een visie op risicovol spelen, beschrijf de speelmeerwaarde en stel uitgangspunten vast. Dit vormt de onderbouwing voor ouders en collega's waarom de school hiermee aan de slag gaat. Beschrijf ook welke activiteiten er worden ondernomen en welke afspraken er worden gemaakt om risicovol spelen te stimuleren en te begeleiden.

Meer informatie over risicovol spelen vind je op: [www.veiligheid.nl/risicovolspelen](http://www.veiligheid.nl/risicovolspelen)

### Over VeiligheidNL

Ongelukken overkomen je, veiligheid niet. Veiligheid is niet vanzelfsprekend. Het is het resultaat van onderzoek, van wetenschap, van interventies, van gedrag.

VeiligheidNL is hét kenniscentrum voor letselpreventie en zet zich in om het leven van miljoenen mensen veilig(er) te maken door veilig gedrag in een veilige omgeving te stimuleren. Bijvoorbeeld door het aanpassen van omgevingsfactoren, het overbrengen van kennis of het stimuleren van veilig gedrag. Onze preventie begint met het analyseren van letsels en de risico's, oorzaken en gevolgen van die letsels. Op basis van deze inzichten, zoeken wij naar effectieve oplossingen om het aantal ongevallen omlaag te brengen. Want veiligheid is niet per ongeluk.

Om impact te bereiken richten we ons op de meest voorkomende en meest ernstige letsels, waar preventie belangrijk én mogelijk is. Dit doen we vanuit de thema's Valpreventie, Gehoorschadepreventie, Sportblessurepreventie, Verkeersveiligheid, Productveiligheid én Kinderveiligheid.

#### Contact

VeiligheidNL,  
[www.veiligheid.nl](http://www.veiligheid.nl),  
020 – 511 45 11

#### Foto's

VeiligheidNL

#### Kernwoorden

kinderveiligheid, risicovol spelen, letselpreventie

