

Hoofdstuk 3

Jeugd

Vincent Hildebrandt¹, Claire Bernaards¹, Hedwig Hofstetter¹, Dorine Collard²,
Huib Valkenberg³

¹ *TNO Gezond Leven, Leiden*

² *Mulier Instituut, Utrecht*

³ *VeiligheidNL, Amsterdam*

3.1 Inleiding

In dit hoofdstuk laten we zien hoe het beweggedrag, de sportdeelname, het zitgedrag en de incidentie van sportblessures zich de afgelopen jaren heeft ontwikkeld in de groep jeugdigen. Daarbij maken we onderscheid tussen kinderen (4-11 jaar) en adolescenten (12-17 jarigen).

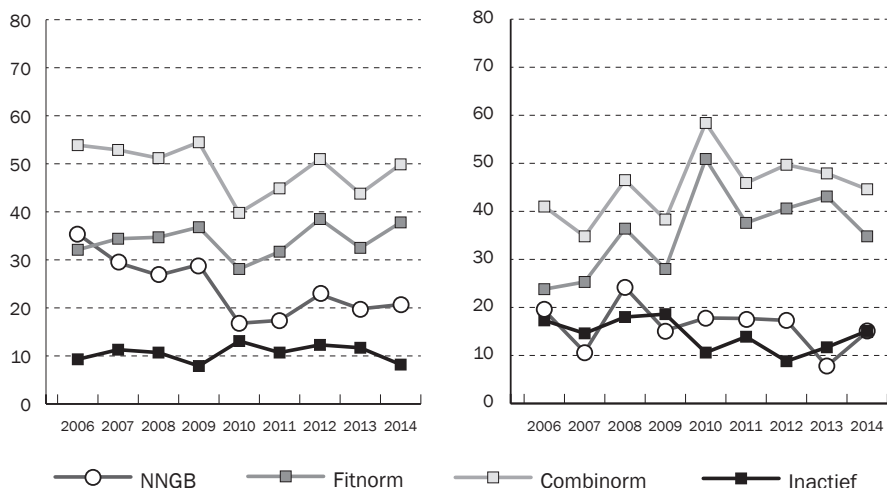
3.2 Methode

De gevolgde methodologie in het algemeen is beschreven in hoofdstuk 2. Wat jeugdigen betreft zijn de volgende specifieke aandachtspunten te noemen:

- De Nederlandse Norm Gezond Bewegen is voor jeugdigen aanzienlijk ‘zwaarder’ dan voor volwassenen (zie paragraaf 2.3)
- Data over de groep 4-17 jarigen zijn beschikbaar vanaf 2006, waarbij de groep 4-14 jarigen is bevraagd via de ouders. Om die reden is in deze groep afgezien van het bevragen van het beweegpatroon op de voorbije dag, omdat de vraag is of ouders daar voldoende inzicht in hebben.

3.3 Resultaten jeugdigen

3.3.1 Trends in bewegen en sporten



Figuur 3.1. Bewegegedrag van 4-11 jarigen (links) en 12-17 jarigen (rechts): percentage dat voldoet aan de beweegnormen voor jeugd of inactief is (2006-2014) (zie bijlage, tabel B3.1).

Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB)

Tussen 2006 en 2014 is het percentage 4-11 jarigen en 12-17 jarigen dat voldoet aan de NNGB gedaald. Bij 4-11 jarigen ligt het percentage normactieven sinds 2010 rond de 20 procent terwijl het percentage tussen 2006 en 2009 rond de 30 procent lag. Bij 12-17 jarigen is de dalende trend minder evident, maar ligt het percentage normactieven wel substantieel lager dan bij 4-11 jarigen: het percentage normactieve 12-17 jarigen daalde tussen 2006 en 2014 van 19% naar 15% met uitschieters in 2008 (24%) en 2013 (8%). Zowel 4-11 als 12-17 jarigen halen de NNGB in de zomer vaker dan in de winter (zie bijlage, tabel B3.2).

Fitnorm

Het percentage jeugdigen dat voldoet aan de fitnorm is tussen 2006 en 2014 toegenomen. Bij 4-11 jarigen steeg dit van 32% in 2006 naar 38% in 2014. Bij 12-17 jarigen steeg dit van 24% in 2006 naar 35%. Meer dan de helft van de jeugdigen is in de zomer normactief, maar in de winter loopt dit terug tot ruim een derde (zie bijlage, tabel B3.2).

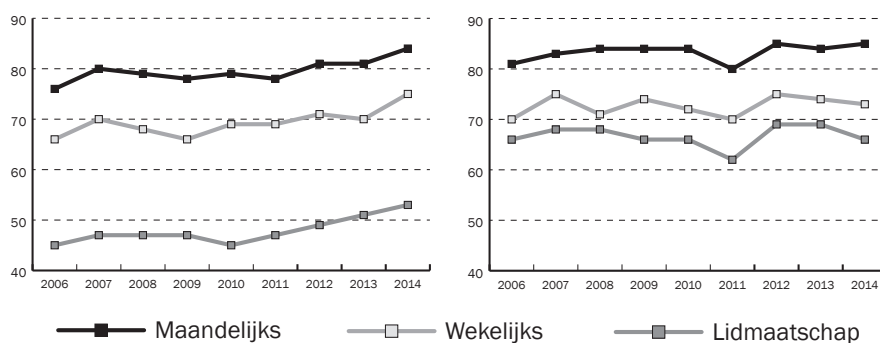
Combinorm

Bij de 4-11 jarigen daalt het percentage kinderen dat voldoet aan de combinorm: van 54% in 2006 naar 50% in 2014. In 2010 werd een dieptepunt bereikt (40%). Bij 12-17 jarigen ligt dit percentage structureel lager dan bij 4-11 jarigen, maar het is wel gestegen van 41% in 2006 naar 45% in 2014. In 2010 zien we een piek (58%). Het percentage jeugdigen dat de combinorm haalt in de zomer is veel groter (tot meer dan 30% in de groep 4-11 jarigen) dan in de winter (zie bijlage, tabel B3.2).

Inactiviteit

Uit figuur 3.1 blijkt dat bij de 4-11 jarigen er sprake is van een licht stijgende trend qua inactiviteit tot 2012, waarna het percentage inactieven weer daalt naar 8%. Bij 12-17 jarigen is er sprake van een continue (licht) dalende trend: van 17% in 2006 naar 15% in 2014. In de winter is het percentage jeugdigen dat inactief is hoger dan in de zomer (zie bijlage, tabel B3.2).

Sportdeelname



Figuur 3.2. Sportdeelname van 4-11 jarigen (links) en 12-17 jarigen (rechts): percentage dat maandelijks (minimaal 12 keer per jaar) en wekelijks (minimaal 40 keer per jaar) aan sport doet en lid is van een sportvereniging (2006-2014) (zie bijlage, tabel B3.3).

Figuur 3.2 laat zien dat in de periode 2006-2014 de sportdeelname van 4-11 jarigen stabiel is, hoewel er de laatste drie jaar sprake is van een lichte stijging in het percentage 4-11 jarigen dat maandelijks sport. In 2012-2014 sport 82% maandelijks en 72% wekelijks. Het lidmaatschap van een sportvereniging is in deze groep licht gestegen, met name in de laatste drie jaar. In 2012-2014 is 51% lid van een sportvereniging⁴.

⁴ In het algemeen wordt het percentage dat lid is van een sportvereniging gepresenteerd voor de groep 6 tot en met 11-jarigen. Dit omdat veel kinderen vanaf de leeftijd van 6 jaar lid worden van een sportvereniging. Voor de doelgroep 6-11 jarigen is het percentage kinderen dat lid is van een sportvereniging hoger dan onder 4-11 jarigen. In 2014 is 85% van de kinderen tussen de 6 en 11 jaar lid van een sportvereniging (tegenover 53% van de 4-11 jarigen).

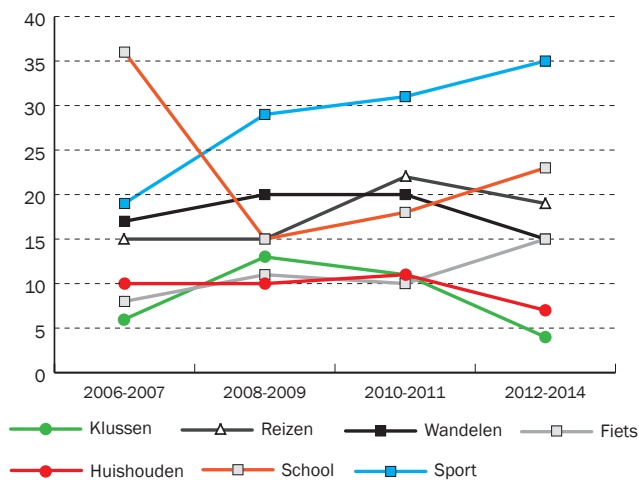
De sportdeelname alsmede het lidmaatschap van een sportvereniging van 12-17 jarigen is over de periode 2006-2014 stabiel. In 2012-2014 sport 85% maandelijks en 74% wekelijks. Ruim twee derde is lid van een sportvereniging.

3.3.2 Verschillen in beweeggedrag en sportdeelname naar achtergrondkenmerken

Uitsplitsing van het beweeggedrag naar leeftijd⁵ (zie tabel B3.4 van de bijlage) leert dat 4-11 jarige meisjes minder vaak aan de beweegnormen voldoen dan 4-11 jarige jongens. Dit verschil is het meest markant bij de fitnorm (8-10% verschil). Meisjes in deze leeftijdscategorie zijn daarbij in de periode 2012-2014 iets vaker inactief dan jongens. In de leeftijdscategorie 12-17 jaar zien we eenzelfde beeld, met uitzondering van de NNGB, waar nagenoeg geen verschil tussen jongens en meisjes te zien is. In 2006-2011 waren 12-17 jarige meisjes wat vaker inactief dan 12-17 jarige jongens maar in 2012-2014 was dit percentage bij jongens en meisjes vrijwel gelijk.

Wat betreft de sportdeelname (zie tabel B3.4 van de bijlage), is de maandelijkse sportdeelname bij 4-11 jarigen voor jongens en meisjes (vrijwel) gelijk. In de groep 12-17 jarigen is in de afgelopen jaren een lichte stijging te zien in de maandelijkse sportdeelname bij de jongens, maar niet bij de meisjes. Jongens sporten in deze leeftijdscategorie meer dan meisjes en zijn vaker lid van een sportvereniging (70% versus 66% in 2012-2014).

3.3.3 Alledaags beweegpatroon



Figuur 3.3. Beweegpatroon van 12-17 jarigen: gemiddeld aantal minuten per dag per onderscheiden activiteit (2006-2014) (zie bijlage, tabel B3.5).

⁵ Uitsplitsing naar andere achtergrondkenmerken dan geslacht is niet mogelijk vanwege te kleine aantallen.

In figuur 3.3 wordt het beweegpatroon van de 12-17 jarigen weergegeven op basis van de belangrijkste gerapporteerde activiteiten gedurende de vorige dag (ongeacht de intensiteit). Het totaal aantal minuten dat 12-17 jarigen lichamelijk actief zijn is in de periode 2000-2014 gestegen van 117 naar 130 minuten. De toename ten opzichte van 2006-2007 is vooral het gevolg van een toename in bewegen door sport. De school (inclusief het transport naar/van school) vormt de voornaamste bron voor dagelijkse lichaamsbeweging (gemiddeld rond de 40 minuten), gevolgd door sporten (gemiddeld rond de 30 minuten).

3.3.4 Determinanten van beweeggedrag

Tabel 3.1. *Attitude, ervaren sociale norm/steun en ervaren eigen effectiviteit van 4-11 jarigen en 12-17 jarigen: percentage personen dat de betrokken vraag positief beantwoordt, uitgesplitst naar het al dan niet voldoen aan de combinorm (2006-2014).*

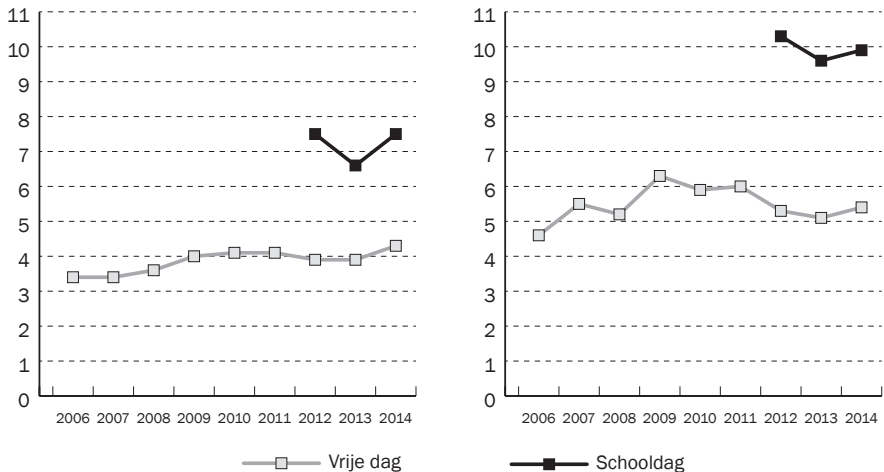
	Periode	4-11 jaar		12-17 jaar	
		Normactief	Niet-normactief	Normactief	Niet-normactief
Attitude					
Percentage jeugdigen dat het (heel) goed vindt om méér te gaan bewegen dan hij/zij nu doet.	2006-2008	51,5	66,8	63,4	75,2
	2009-2011	45,4	63,4	50,8	83,4
	2012-2014	48,5	62,9	71,7	75,2
Percentage jeugdigen dat het (heel) prettig vindt om meer te gaan bewegen dan hij/zij nu doet.	2006-2008	55,1	56,8	61,5	56,9
	2009-2011	52,0	54,0	44,4	45,3
	2012-2014	54,4	47,6	64,2	58,4
Ervaren sociale norm/steun					
Percentage jeugdigen bij wie kinderen met wie zij veel omgaan (heel) veel bewegen.	2006-2008	52,9	48,0	58,2	59,8
	2009-2011	57,3	42,0	63,0	40,4
	2012-2014	61,0	46,5	63,3	49,7
Percentage jeugdigen dat veel gestimuleerd wordt meer te gaan bewegen door kinderen met wie zij veel omgaan.	2006-2008	27,7	23,4	34,3	14,5
	2009-2011	28,0	20,8	13,9	10,4
	2012-2014	30,0	19,3	18,0	15,5
Ervaren eigen effectiviteit					
Percentage jeugdigen dat denkt dat het hem/haar (heel) goed zal lukken om meer te gaan bewegen als hij/zij dat echt zou willen.	2006-2008	80,9	83,3	85,2	88,0
	2009-2011	80,8	79,9	80,5	76,5
	2012-2014	83,0	83,6	83,1	72,2

Tabel 3.1 laat zien wat de attitude, ervaren sociale norm/steun en ervaren eigen effectiviteit van jeugdige Nederlanders is ten aanzien van bewegen. Hierbij is onderscheid gemaakt tussen jeugdigen die normactief zijn of niet-normactief zijn (voldoen wel of niet aan de combinorm).

Ruim de helft van de jeugdigen heeft een positieve attitude en ervaart een sociale omgeving waar veel bewegen wordt door leeftijdsgenoten. Ongeveer een kwart ervaart sociale steun van leeftijdsgenoten. Meer dan 80% rapporteert een goede eigen effectiviteit. Wel laten jeugdigen die niet voldoen aan de combinorm veelal een iets ongunstiger beeld zien dan jeugdigen die wel aan de combinorm voldoen, met als uitzondering dat

niet normactieve jeugdigen meer dan normactieve jeugdigen vinden dat meer bewegen heel goed is. Duidelijke trends in deze cijfers zijn niet zichtbaar.

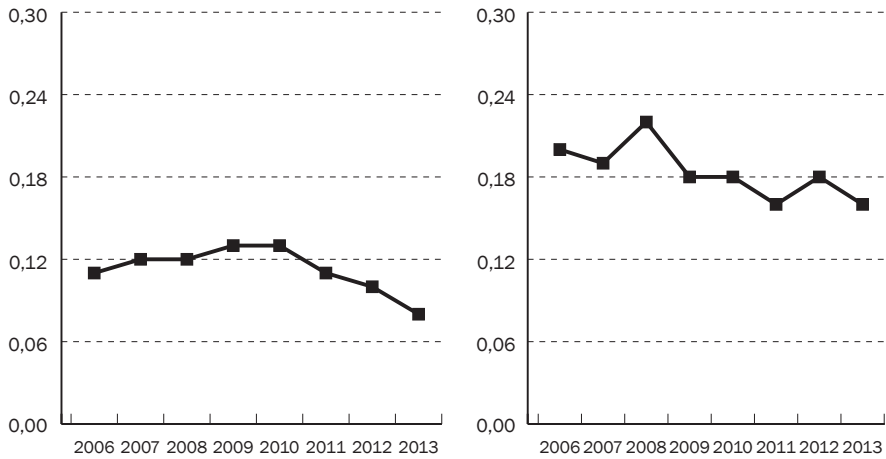
3.3.5 Zitgedrag



Figuur 3.4. Zitgedrag van 4-11 jarigen (links) en 12-17 jarigen (rechts): aantal uren zitten/liggen zonder te slapen op een schooldag (2012-2014) resp. vrije dag (2006-2014) (zie bijlage, tabel B3.6).

Figuur 3.4 laat zien dat 4-11 jarigen minder tijd besteden aan zitten/liggen dan 12-17 jarigen (ruim zeven versus bijna tien uur op een schooldag en ruim 4 uur versus ruim 5 uur op een vrije dag). Daarbij zitten/liggen zowel 4-11 jarigen als 12-17 jarigen meer op schooldagen dan op vrije dagen. Op schooldagen zitten jeugdigen het meest op school (4-6 uur versus 2-3 uur na schooltijd). De tijd die zittend wordt doorgebracht laat zowel op schooldagen als op vrije dagen geen duidelijke positieve of negatieve trend zien. Uitsplitsing naar achtergrondkenmerken (alleen mogelijk voor geslacht, zie bijlage, tabel B3.6) laat zien dat bij de 4-11 jarigen geen verschillen tussen jongens en meisjes bestaan op een school- of vrije dag. Bij 12-17 jarigen bestaat tussen jongens en meisjes nauwelijks verschil in aantal zit/figuren op een schooldag (10,1 versus 9,9 uur), maar op een vrije dag zitten/liggen jongens meer dan meisjes (5,7 uur versus 4,9 uur).

3.3.6 Sportblessures



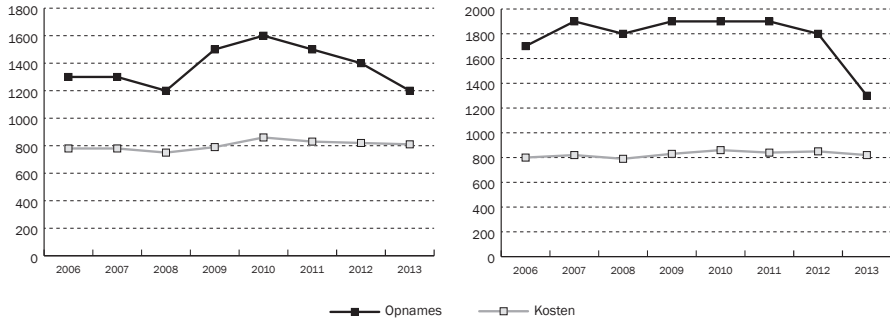
Figuur 3.5. Sportblessures van 4-11 jarigen (links) en 12-17 jarigen (rechts): incidentiedichtheid van SEH-behandelingen voor sportblessures (aantal per 1000 sporturen) (2006-2013) (zie bijlage, tabel B3.8).

* incidentiedichtheid van sportblessures van 4-11 jarigen kan niet berekend worden wegens een te laag aantal geblesseerden in die leeftijdsgroep en is om dezelfde reden in de groep 12-17 jarigen alleen beschikbaar vanaf 2009

Voor de groep 4-11 jaar zijn niet voldoende gegevens voorhanden om de incidentiedichtheid van sportblessures per jaar te schatten. Wanneer we de jaren 2006-2011 en 2012-2014 samennemen (zie tabel B3.11 van de bijlage), is er sprake van een stijging van de incidentiedichtheid in deze groep van 0,63 naar 0,90. Bij de 12-17 jarigen is in dezelfde perioden sprake van een stijging van 2,4 naar 2,9. Voor de 12-17 jarigen kan dit worden omgerekend naar landelijke aantallen, waarbij sprake is van een stijging van 680.000 blessures in 2009 naar 780.000 blessures in 2014 (zie tabel B3.8 in de bijlage). Uit figuur 3.5 blijkt dat het aantal Spoedeisende Hulp (SEH)-behandelingen per 1000 sporturen in de periode 2006-2013 bij 4-11 jarigen daalde van 0,11 naar 0,083 (in absolute aantallen van 26.000 in 2006 naar 22.000 in 2013, na een aanvankelijke piek van 31.000 in 2009/2010, zie tabel B3.8 van de bijlage). In de groep 12-17 jarigen is de kans op een SEH-behandeling gedaald van 0,20 in 2006 naar 0,13 in 2013, in absolute aantallen betrof het een daling van 47.000 naar 40.000, na een piek van 51.000 in 2008/2009.

Uit tabel B3.9 van de bijlage blijkt dat 12-17 jarigen het vaakst geblesseerd raken aan de enkel (150.000) en de knie (140.000). Over 4-11 jarigen zijn onvoldoende data beschikbaar. SEH-behandelingen bij 4-11 jarigen vinden vooral plaats als gevolg van een blessure aan de pols (7.100), hand/of vingers (4.600) of de arm (4.400; jaarlijks

gemiddelde 2006-2013). Bij 12-17 jarigen betreft het vooral een blessure aan de hand of vinger(s) (10.000), enkel (7.900) of pols (7.600).



Figuur 3.6. Sportblessures van 4-11 jarigen en 12-17 jarigen: aantal ziekenhuisopnamen na SEH-behandeling en gemiddelde medische kosten in euro's van sportblessures (2006-2013) (zie bijlage, tabel B3.10).

Uit figuur 3.6 blijkt dat het aantal ziekenhuisopnamen als gevolg van een blessure bij 4-11 jarigen nagenoeg gelijk is gebleven. Bij 12-17 jarigen daalde de opnamen in het ziekenhuis (zie bijlage, tabel B3.10). De gemiddelde direct medische kosten voor een geblesseerde sporter die op de SEH-afdeling werd behandeld of werd opgenomen in het ziekenhuis stegen licht in beide leeftijdsgroepen, het totaal aan direct medische kosten (zie tabel B3.10 van de bijlage) daalde licht als gevolg van het dalende aantal SEH-behandelingen.

3.4 Samenvatting

Slechts ongeveer de helft van de Nederlandse jeugd haalt de combinorm. In de afgelopen jaren is bij de 4-11 jarigen een licht dalende trend te zien, doordat het aantal 4-11 jarigen dat aan de jeugd-NNGB voldoet is afgenomen en de stijging van het aantal dat aan de fitnorm voldoet hier onvoldoende voor compenseerde. Bij de 12-17 jarigen compenseert de stijging van het aantal dat aan de fitnorm voldoet de dalende trend bij de NNGB wel, waardoor in deze groep sprake is van een licht stijgende trend in de combinorm.

De sportdeelname bij jeugdigen is relatief hoog en in de laatste drie jaar lijkt er een lichte stijging te zijn in de maandelijkse sportdeelname bij kinderen tussen de 4-11 jaar. 82% doet maandelijks aan sport en rond de 72% sport wekelijks. De sportdeelname van kinderen tussen de 12-17 jaar is over de periode 2006-2014 stabiel gebleken en ligt op hetzelfde niveau als bij kinderen tussen de 4 en 11 jaar. Tot slot blijkt dat ruim de helft (4-11 jarigen) resp. twee derde (12-17 jarigen) lid is van een sportvereniging.

Het aantal inactieven is bij de jeugd relatief hoog, met name in de groep 12-17 jarigen, waar wel een licht dalende trend te zien is. Bij 4-11 jarigen is het aantal inactieven lager, maar daar is juist sprake van een licht stijgende trend. In het algemeen zijn jongens wat actiever dan meisjes, zowel ten aanzien van de NNGB als de fitnorm en sportdeelname. De school (inclusief het transport naar/van school) vormt de voornaamste bron voor dagelijkse lichaamsbeweging; gevolgd door sporten.

Wat betreft de determinanten van bewegen, heeft ruim de helft van de jeugdigen een positieve attitude, ervaart ruim de helft een sociale omgeving waar veel bewogen wordt door leeftijdsgenoten en ervaart ongeveer een kwart sociale steun van leeftijdsgenoten. Meer dan 80% rapporteert een goede eigen effectiviteit. Duidelijke trends in deze cijfers zijn niet zichtbaar. Wel laten jeugdigen die niet voldoen aan de combinorm veelal een iets ongunstiger beeld zien dan jeugdigen die wel aan de combinorm voldoen.

Wat het zitgedrag betreft, blijkt een schooldag veel meer zittend doorgebracht te worden dan een vrije dag, vooral door het relatief grote aantal zituren op school en tijdens het transport naar/van school. 4-11 jarigen zitten minder dan 12-17 jarigen, zowel op school- als op vrije dagen. Over de jaren zijn geen duidelijke trends aanwezig.

De afgelopen jaren laten een aanmerkelijke stijging van sportblessures bij de jeugd zien, die niet alleen te wijten is aan de toegenomen sportdeelname. De stijging is wel voor een aanzienlijk deel een gevolg van de toename van relatief minder ernstige blessures, wat valt af te leiden uit de relatieve stijging van niet-medisch behandelde blessures en een daling van SEH-behandelingen voor sportblessures. Inzet op blessurepreventie blijft noodzakelijk om het risico op een blessure in de hand te houden.

Bijlage Hoofdstuk 3

Tabel B3.1. *Percentage jeugdigen van 4-11 jaar en 12-17 jaar dat voldoet aan de beweegnormen voor jeugd of inactief is (2006-2014) met de 95% betrouwbaarheidsintervallen (BI).*

Jaar	N	NNGB		Fitnorm		Combinorm		Inactief	
		% norm-actief	BI	% fitnorm-actief	BI	% combinorm-actief	BI	% In-actief	BI
4-11 jarigen									
2006	1064	35,4	33,0 – 37,9	32,1	29,8 – 34,5	53,8	51,3 – 56,3	9,3	7,9 – 10,9
2007	1164	29,4	27,2 – 31,7	34,4	32,1 – 36,7	52,8	50,4 – 55,2	11,3	9,8 – 12,9
2008	1104	26,8	24,6 – 29,1	34,7	32,4 – 37,1	51,1	48,6 – 53,6	10,7	9,2 – 12,4
2009	1135	29,0	26,7 – 31,4	36,8	34,3 – 39,3	54,4	51,8 – 57,0	7,9	6,6 – 9,4
2010	1208	16,8	15,0 – 18,8	28,1	25,8 – 30,5	39,7	37,2 – 42,2	13,1	11,4 – 14,9
2011	1041	17,4	15,4 – 19,6	31,7	29,2 – 34,3	44,8	42,1 – 47,6	10,7	9,1 – 12,5
2012	1281	22,8	20,6 – 25,2	38,5	35,9 – 41,2	50,9	48,2 – 53,6	12,3	10,6 – 14,2
2013	1222	19,8	17,6 – 22,2	32,5	29,8 – 35,3	43,7	40,8 – 46,6	11,7	9,9 – 13,7
2014	1025	20,7	18,2 – 23,4	37,8	34,8 – 40,9	49,8	46,6 – 53,0	8,2	6,6 – 10,1
12-17 jarigen									
2006	487	19,4	12,7 – 28,2	23,8	16,4 – 33,0	41,0	31,8 – 50,9	17,3	11,0 – 25,9
2007	492	10,7	5,5 – 19,1	25,3	17,0 – 35,6	34,8	25,3 – 45,5	14,6	8,4 – 23,7
2008	503	24,2	16,8 – 33,3	36,4	27,6 – 46,1	46,5	37,1 – 56,2	18,0	11,6 – 26,6
2009	550	15,2	9,0 – 24,0	28,0	19,6 – 38,0	38,3	28,8 – 48,7	18,6	11,7 – 27,9
2010	475	17,8	10,7 – 27,6	50,9	40,1 – 61,7	58,4	47,4 – 68,7	10,6	5,3 – 19,2
2011	400	17,7	10,4 – 27,9	37,6	27,3 – 49,1	45,9	34,9 – 57,3	13,9	7,5 – 23,6
2012	499	17,3	9,3 – 29,0	40,6	28,7 – 53,6	49,7	37,0 – 62,4	8,8	3,5 – 18,8
2013	480	7,8	2,6 – 18,6	43,1	29,9 – 57,2	47,9	34,3 – 61,8	11,7	5,0 – 23,5
2014	472	14,9	8,6 – 24,0	34,8	25,4 – 45,5	44,6	34,3 – 55,3	15,1	8,8 – 24,2

Tabel B3.2a. *Beweeggedrag van 4-11 jarigen: percentage dat tenminste 60 minuten matig inspannend lichamelijk actief is naar aantal dagen per week (~ NNGB), dat tenminste 20 minuten inspannend lichamelijk actief is naar aantal keren per week (~ fitnorm) en dat al dan niet voldoet aan de combinorm, uitgesplitst naar zomer en winter (2006-2014).*

	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
NNGB – aantal dagen per week actief in zomer									
0	2,8	3,8	3,7	2,6	4,0	2,9	3,5	2,7	1,5
1	2,9	2,9	2,4	2,5	3,4	2,8	3,0	2,3	2,8
2	4,3	5,3	5,5	3,8	6,4	6,4	6,9	7,8	5,3
3	7,0	9,4	8,1	9,2	6,8	11,3	9,4	7,9	9,6
4	5,4	7,9	7,7	6,9	8,2	7,6	8,3	7,9	9,1
5	8,6	9,9	11,4	12,8	13,7	15,0	11,4	12,4	15,4
6	3,1	3,9	5,8	3,6	5,5	5,4	6,0	5,1	3,9
7 Normactief	65,9	56,8	55,4	58,6	52,0	48,6	51,5	53,9	52,4
NNGB – aantal dagen per week actief in winter									
0	9,1	9,7	7,7	8,3	10,1	8,5	8,3	7,8	6,7
1	8,4	8,7	7,9	7,9	9,9	8,4	9,0	8,7	8,6
2	15,8	16,2	15,2	12,4	16,1	14,8	14,4	14,7	13,6
3	11,6	14,2	16,1	15,9	17,8	20,6	16,8	17,9	16,7
4	8,4	11,0	12,4	11,6	11,9	13,1	11,8	12,9	14,7
5	10,5	9,2	10,9	12,7	13,7	12,8	12,6	14,4	15,2
6	1,4	1,8	2,9	2,1	3,5	4,1	4,2	3,8	3,5
7 Normactief	34,7	29,2	27,0	29,2	17,0	17,8	22,8	19,9	21,1
Fitnorm– aantal keren per week actief in zomer									
0 (niet fitnormactief)	22,9	21,6	27,9	25,9	26,7	25,0	22,5	23,6	16,8
1-2 (semi fitnormactief)	26,7	26,6	20,3	22,3	23,2	22,3	20,5	24,9	24,9
3 (fitnormactief)	50,3	51,8	51,8	51,9	50,1	52,7	57,0	51,5	58,3
Fitnorm– aantal keren per week actief in winter									
0 (niet fitnormactief)	24,7	25,5	31,4	29,5	33,8	30,0	24,9	29,0	23,1
1-2 (semi fitnormactief)	41,6	38,5	33,4	32,0	37,1	36,6	35,7	37,0	37,9
3 (fitnormactief)	33,7	36,0	35,2	38,5	29,2	33,4	39,3	34,0	39,0
Combinorm - zomer									
Niet normactief	17,5	22,8	23,7	21,9	25,7	23,5	23,0	25,3	22,2
Normactief	82,5	77,2	76,3	78,1	74,3	76,5	77,0	74,7	77,8
Combinorm - winter									
Niet normactief	46,5	46,5	48,9	45,2	60,0	54,4	48,6	55,7	49,6
Normactief	53,5	53,5	51,1	54,8	40,0	45,6	51,4	44,3	50,4

Tabel B3.2b. *Beweeggedrag van 12-17 jarigen: percentage dat tenminste 60 minuten matig inspannend lichamelijk actief is naar aantal dagen per week (~ NNGB), dat tenminste 20 minuten inspannend lichamelijk actief is naar aantal keren per week (~ fitnorm) en dat al dan niet voldoet aan de combinorm, uitgesplitst naar zomer en winter (2006-2014).*

	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
NNGB - aantal dagen per week actief in zomer									
0	5,9	3,8	9,4	7,0	2,0	3,9	2,0	1,8	2,4
1	3,5	8,0	7,0	6,4	4,1	3,3	3,3	4,1	8,8
2	12,3	13,1	6,4	9,7	11,3	10,1	8,7	10,3	7,2
3	13,9	15,5	15,6	21,9	13,8	13,3	11,8	28,9	16,9
4	11,8	13,3	6,6	10,5	7,5	17,9	17,8	16,8	10,9
5	9,5	17,4	14,5	13,4	17,7	20,6	14,0	14,6	18,2
6	4,6	8,5	8,1	5,2	10,2	2,9	7,1	6,4	5,9
7	38,5	20,3	32,5	25,8	33,3	27,9	35,3	17,1	29,7
5-7 Normactief	52,7	46,2	55,1	44,5	61,2	51,5	56,4	38,1	53,8
NNGB - aantal dagen per week actief in winter									
0	11,7	10,9	8,8	12,5	6,5	9,3	4,4	5,9	3,9
1	9,9	11,2	11,8	10,9	7,6	6,2	6,0	7,5	7,2
2	13,1	18,4	12,1	20,3	12,8	14,8	12,6	17,4	23,8
3	14,3	16,5	10,5	13,8	17,2	11,4	25,9	24,6	15,5
4	8,1	3,0	8,6	6,0	14,2	12,6	16,0	9,4	11,7
5	13,0	15,6	20,1	18,8	16,0	25,3	12,9	21,9	17,2
6	4,1	9,7	3,0	2,7	6,9	2,2	4,3	3,9	3,9
7	25,8	14,7	25,2	15,0	18,7	18,2	17,9	9,5	16,8
5-7 Normactief	42,9	40,0	48,2	36,6	41,7	45,7	35,1	35,3	37,9
Fitnorm- aantal keren per week actief in zomer									
0 (niet fitactief)	14,0	18,6	20,1	14,6	14,6	22,3	14,8	9,5	14,4
1-2 (semi fitactief)	41,8	31,7	32,8	37,0	27,4	27,3	22,5	33,0	35,8
3 (norm fitactief)	44,2	49,7	47,1	48,5	58,0	50,4	62,7	57,5	49,8
Fitnorm- aantal keren per week actief in winter									
0 (niet fitactief)	14,8	21,2	24,4	22,4	21,4	25,3	18,3	12,9	23,0
1-2 (semi fitactief)	50,3	49,6	34,9	44,6	26,3	30,1	37,0	41,1	34,0
3 (norm fitactief)	35,0	29,2	40,7	33,0	52,4	44,6	44,7	46,0	43,0
Combinorm - zomer									
Niet normactief	34,7	40,5	39,5	40,1	27,7	37,7	20,8	35,7	37,3
Normactief	65,3	59,5	60,5	59,9	72,3	62,3	79,2	64,3	62,7
Combinorm - winter									
Niet normactief	49,2	61,3	49,9	58,5	39,8	47,9	46,7	49,7	47,4
Normactief	50,8	38,7	50,1	41,5	60,2	52,1	53,3	50,3	52,6

Tabel B3.3. Sportdeelname van 4-11 jarigen en 12-17 jarigen: percentage dat minimaal 12 keer per jaar aan sport doet ('maandelijkse' sportdeelname), minimaal 40 keer per jaar aan sport doet ('wekelijkse' sportdeelname) en lid is van een sportvereniging met de 95% betrouwbaarheidsintervallen (BI) (2006-2014).

Jaar	N	Maandelijks sporten	BI	Wekelijks sporten	BI	lidmaatschap sportvereniging	BI
4-11 jarigen							
2006	1606	75,9	73,8-77,9	65,9	63,6-68,2	44,5	42,1-46,9
2007	1766	79,7	77,8-81,5	69,8	67,6-71,9	46,8	44,5-49,1
2008	1665	78,5	76,5- 80,4	68,0	65,7- 70,2	46,6	44,2-49,0
2009	1611	78,1	76,0-80,1	66,1	63,8-68,4	46,6	44,2-49,0
2010	1670	79,4	77,4-81,3	68,6	66,3-70,8	45,5	43,1-47,9
2011	1404	77,7	75,6- 79,8	68,9	66,4-71,3	47,3	44,7-49,9
2012	1577	81,1	79,1-83,0	70,5	68,2-72,7	49,3	46,8-51,8
2013	1502	80,8	78,7-82,7	70,2	67,8-72,5	51,2	48,7-53,7
2014	1744	84,4	82,6-86,0	75,4	73,3-77,4	52,5	50,2-54,8
12-17 jarigen							
2006	635	81,4	78,2-84,2	69,9	66,2-73,3	65,9	62,1-69,5
2007	691	83,0	80,0-85,6	74,5	71,1-77,6	68,3	64,7-71,7
2008	606	83,5	80,3-86,3	70,7	67,0-74,2	67,8	64,0-71,4
2009	757	84,0	81,2-86,4	74,4	71,2-77,4	65,8	62,4-69,1
2010	943	83,9	81,4-86,1	71,9	68,9-74,7	65,9	62,8-68,9
2011	806	80,0	77,1-82,6	70,2	67,0-73,3	62,3	58,9-65,6
2012	855	84,7	82,1-87,0	75,3	72,3-78,1	69,3	66,1-72,3
2013	854	84,3	81,7-86,6	73,8	70,8-76,6	69,2	66,0-72,2
2014	823	84,6	82,0-86,9	73,2	70,1-76,1	66,3	63,0-69,5

Tabel B3.4. *Beweegdrag van 4-11 jarigen en 12-17 jarigen: percentage dat aan de beweegnormen voldoet of inactief is, dat maandelijks aan sport doet (minimaal 12 keer per jaar), wekelijks aan sport doet (minimaal 40 keer per jaar) en dat lid is van een sportvereniging, totaal en voor jongens/meisjes apart (2006-2014).*

	NNGB		Fitnorm		Combinorm		Inactiviteit		Maandelijks sporten		Wekelijks sporten		Lidmaatschap vereniging	
	2006-2011	2012-2014	2006-2011	2012-2014	2006-2011	2012-2014	2006-2011	2012-2014	2006-2011	2012-2014	2006-2011	2012-2014	2006-2011	2012-2014
4-11 jarigen														
Totaal	25,8	21,1	33,0	36,3	49,4	48,2	10,5	10,7	78,2	82,1	67,9	71,9	46,2	51,0
jongen	28,0	22,4	37,8	40,3	54,0	52,6	10,1	9,3	77,7	81,9	68,1	72,6	46,4	52,0
meisje	23,5	19,6	27,6	31,8	44,4	43,3	10,9	12,3	78,8	82,33	67,71	71,2	46,0	49,9
12-17 jarigen														
Totaal	17,5	13,4	33,6	39,5	44,2	47,4	15,5	11,8	82,6	84,5	71,9	74,1	65,9	68,3
jongen	17,5	12,7	36,8	45,2	45,6	51,8	13,4	12,2	83,7	86,8	74,4	77,1	68,1	70,4
meisje	17,9	13,1	30,0	34,1	42,4	42,4	18,2	11,8	81,5	82,2	69,3	71,0	63,6	66,0

Tabel B3.5. *Beweegpatroon van 12-17 jarigen: gemiddeld aantal minuten per dag per onderscheiden activiteit (2006-2014).*

	N	School	Reizen naar/van school	Huishouden	Klussen/ tuineren	Sporten	Fietsen	Wandelen	Anders	Totaal
2006-2007	198	36	15	10	6	19	8	17	5	117
2008-2009	305	15	15	10	13	29	11	20	17	130
2010-2011	246	18	22	11	11	31	10	20	18	135
2012-2014	423	23	19	7	4	35	15	15	12	130

Tabel B3.6. Zitgedrag van 4-11 jarigen resp 12-17 jarigen: aantal uren zitten/liggen zonder te slapen met bijbehorende standaarddeviaties (SD) (2006-2014).

Jaar	N*	Gemiddelde schooldag							Gemiddelde vrije dag	
		Op school	SD	reizen van/naar school	SD	na school	SD	totaal	totaal	SD
4-11 jarigen										
2006	271	-	-	-	-	2,0	1,5	-	3,4	2,1
2007	323	-	-	-	-	1,9	1,1	-	3,4	1,7
2008	323	-	-	-	-	2,1	1,6	-	3,6	1,9
2009	281	-	-	-	-	2,1	1,7	-	4,0	2,5
2010	295	-	-	-	-	2,2	1,8	-	4,1	2,4
2011	280	-	-	-	-	2,2	1,2	-	4,1	2,0
2012	334	4,4	1,4	1,0	2,2	2,1	1,3	7,5	3,9	1,9
2013	327	4,2	1,3	0,4	1,5	2,0	1,2	6,6	3,9	2,2
2014	262	4,7	1,1	0,6	1,8	2,2	1,1	7,5	4,3	2,0
12-17 jarigen										
2006	117	-	-	-	-	3,2	2,0	-	4,6	2,2
2007	136	-	-	-	-	3,0	2,1	-	5,5	3,6
2008	129	-	-	-	-	3,3	2,0	-	5,2	4,1
2009	147	-	-	-	-	3,1	1,8	-	6,3	3,2
2010	119	-	-	-	-	3,7	2,5	-	5,9	3,0
2011	96	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2012	129	5,9	1,4	1,3	2,4	3,1	2,1	10,3	5,3	3,1
2013	137	5,6	1,0	1,0	2,1	3,0	2,0	9,6	5,1	2,5
2014	126	5,8	1,3	0,7	2,1	3,4	2,4	9,9	5,4	3,3

- in de jaren 2006-2011 is hiernaar niet apart gevraagd

* gebaseerd op de laatste vraag (gemiddelde vrije dag)

Tabel B3.7. Aantal zit/liguren per dag van 4-11 en 12-17 jarigen op een school/werkdag en op een vrije dag naar geslacht (2012-2014).

	School-werkdag	Vrije dag
4-11 jaar		
Totaal	7,3	4,1
Jongen	7,2	4,1
Meisje	7,3	4,1
12-17 jaar		
Totaal	9,9	5,3
Jongen	9,9	5,7
Meisje	10,1	4,9

Tabel B3.8. Sportblessures van 4-11 jarigen¹ en 2-17 jarigen: incidentiedichtheid en SEH-behandelingen (geregistreerd aantal, in OBIN resp. LIS, landelijke schatting¹, aantal per 1000 sporturen en de 95% betrouwbaarheidsintervallen (2006-2014).

Jaar	Sportblessures			SEH-behandelingen			BI
	Aantal blessures in OBIN	landelijke schatting	aantal per 1000 sporturen	Aantal SEH-behandelingen in LIS	landelijke schatting	aantal per 1000 sporturen	
4-11 jarigen							
2006	20	*	*	2.916	26.000	0,11	22.000-30.000
2007	36	*	*	3.245	28.000	0,12	24.000-32.000
2008	24	*	*	3.275	29.000	0,12	26.000-32.000
2009	24	*	*	3.419	31.000	0,13	27.000-34.000
2010	48	*	*	3.508	31.000	0,13	26.000-35.000
2011	39	*	*	2.995	29.000	0,11	25.000-32.000
2012	60	*	*	2.885	27.000	0,10	24.000-30.000
2013	45	*	*	2.561	22.000	0,083	19.000-24.000
2014	70	*	*	**	**	**	**
12-17 jarigen							
2006	71	*	*	5.339	47.000	0,20	39.000-56.000
2007	93	*	*	5.702	50.000	0,19	41.000-59.000
2008	79	*	*	5.744	51.000	0,22	44.000-59.000
2009	119	680.000	2,4	5.644	51.000	0,18	44.000-58.000
2010	184	780.000	2,6	5.429	48.000	0,16	40.000-55.000
2011	139	720.000	2,7	5.185	49.000	0,18	43.000-56.000
2012	171	900.000	3,0	5.091	48.000	0,16	43.000-52.000
2013	177	890.000	3,0	4.766	40.000	0,13	36.000-44.000
2014	143	780.000	2,7	**	**	**	**

* aantallen te laag voor betrouwbare schatting

** data nog niet beschikbaar

¹ . gebaseerd op aantal respondenten in OBIN en geregistreerde SEH-behandelingen in LIS

Tabel B3.9. Sportblessures van 4-11 jarigen en 12-17 jarigen: incidentiedichtheid en SEH-behandelingen naar geblesseerd lichaamsdeel (geregistreerd aantal (in OBiN en LIS), landelijke schatting¹ en aantal per 1000 sporturen) (OBiN 2006-2014, LIS 2006-2013).

Lichaamsdeel	Sportblessures		SEH-behandelingen		
	N	Landelijke schatting	Aantal per 1000 sporturen	Landelijke schatting	Aantal per 1000 sporturen
4-11 jarigen					
Hoofd/hals/nek	46	*	*	2.205	0,0098
Romp/wervelkolom	12	*	*	528	0,0024
Schouder/steutelbeen	7	*	*	1.056	0,0047
Arm	24	*	*	3.976	0,018
Polis	27	*	*	6.305	0,028
Hand/vingers	28	*	*	4.076	0,018
Heup/bovenbeen	24	*	*	224	0,0010
Knie	47	*	*	930	0,0041
Onderbeen	18	*	*	588	0,0026
Enkel	86	*	*	1.915	0,0085
Voet/tenen	43	*	*	2.727	0,012
12-17 jarigen					
Hoofd/hals/nek	43	*	*	3.257	0,013
Romp/wervelkolom	74	*	*	1.365	0,006
Schouder/steutelbeen	43	*	*	2.296	0,0092
Arm	26	*	*	3.345	0,013
Polis	56	*	*	6.841	0,028
Hand/vingers	107	65.000	0,24	9.002	0,036
Heup/bovenbeen	109	67.000	0,24	649	0,0026
Knie	226	140.000	0,50	3.008	0,012
Onderbeen	85	*	*	1.112	0,0045
Enkel	261	150.000	0,54	7.030	0,028
Voet/tenen	87	*	*	4.480	0,018

* aantallen te laag voor betrouwbare schatting

¹ gebaseerd op aantal respondenten in OBiN eq geregistreerde SEH-behandelingen in LIS

Tabel B3.10.

Sportblessures van 4-11 jarigen en 12-17 jarigen: aantal ziekenhuisopnamen na SEH-behandeling en gemiddelde/totale medische kosten¹ in euro's van sportblessures met de 95% betrouwbaarheidsintervallen (BI) (2006-2013).

Jaar	Ziekenhuis-opnamen			Medische kosten			Totaal in euro's
	N	aantal	BI	N	Gemiddeld in euro's	BI	
4-11 jarigen							
2006	145	1.300	1.100-1.500	2.916	780	760-810	21.000.000
2007	144	1.300	970-1.500	3.245	780	750-810	23.000.000
2008	131	1.200	790-1.600	3.126	750	730-770	22.000.000
2009	162	1.500	1.000-1.900	3.419	790	760-810	25.000.000
2010	186	1.600	1.300-2.000	3.508	860	840-880	28.000.000
2011	154	1.500	1.200-1.800	2.995	830	810-860	25.000.000
2012	148	1.400	1.100-1.600	2.885	820	800-850	23.000.000
2013	138	1.200	1.000-1.300	2.543	810	780-830	18.000.000
12-17 jarigen							
2006	196	1.700	1.400-2.100	5.339	800	780-820	38.000.000
2007	218	1.900	1.500-2.300	5.702	820	800-840	41.000.000
2008	189	1.800	1.400-2.100	5.481	790	780-810	41.000.000
2009	215	1.900	1.500-2.400	5.644	830	810-850	43.000.000
2010	218	1.900	1.400-2.400	5.429	860	840-880	42.000.000
2011	189	1.800	1.400-2.200	5.185	840	820-860	42.000.000
2012	191	1.800	1.400-2.200	5.091	850	830-870	42.000.000
2013	155	1.300	1.100-1.600	4.695	820	810-870	34.000.000

¹ kosten per blessures van een sporter die op de SEH-afdeling is geweest of is opgenomen in het ziekenhuis.

Tabel B3.11. Sportblessures van 4-11 jarigen en 12-17 jarigen: incidentiedichtheid van sportblessures en SEH-behandelingen naar achtergrondkenmerken (2006-2014).

	Sportblessures		SEH-behandelingen	
	2006-2011	2012-2014	2006-2011	2012-2013
4-11 jarigen				
Totaal	0,63	0,90	0,12	0,093
Jongen	0,61	0,93	0,12	0,092
Meisje	0,66	0,86	0,12	0,094
12-17 jarigen				
Totaal	2,4	2,9	0,19	0,15
Jongen	2,5	3,0	0,21	0,17
Meisje	2,2	2,7	0,16	0,12