

Sport en bewegen voor kinderen met een beperking

In deze factsheet leest u meer informatie over deze doelgroep, hun sportdeelname, hoe u hen voor sport en bewegen kan activeren en hoe u deze doelgroep kan bereiken.



Wat is een beperking voor kinderen?

Kinderen worden soms geboren met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking of kunnen op latere leeftijd een beperking krijgen, bijvoorbeeld na een ziekte of een ongeval. Hoeveel kinderen in Nederland een beperking hebben, is niet precies bekend. Op basis van gegevens van zorgverzekeraars wordt het aantal kinderen met een beperking geschat. We spreken over een schatting, omdat kinderen niet altijd bekend zijn bij zorgverzekeraars. Daarnaast hoeven zij niet altijd een beperking te ervaren van hun handicap en/of aandoening. De verwachting is wel dat zij belemmeringen ervaren bij het sporten en bewegen.

Wat voor soort beperking kinderen hebben, kan erg verschillen. Vaak wordt de indeling uit het speciaal onderwijs gebruikt. Het speciaal onderwijs maakt gebruik van vier clusters:

- Een visuele beperking;
- Een auditieve beperking;
- Een motorische, verstandelijke, meevoudige beperking of langdurige ziekte;
- Gedragsproblematiek en/of psychiatrische problemen.

Deze indeling heeft betrekking op speciaal onderwijs. Wanneer mogelijk volgen kinderen met een beperking regulier onderwijs.

Sportdeelname

De sportparticipatie van kinderen met een beperking loopt achter op die van kinderen zonder beperking. Het is voor kinderen met een beperking soms moeilijk om aansluiting te vinden bij een sportvereniging in de buurt, terwijl sporten wel positief bijdraagt aan hun gezondheid en sociale vaardigheden. Deelname aan sport (via een sportvereniging) kan hun integratie in de maatschappij bevorderen.

Hoe stimuleer je sport en bewegen?

Het is bij sport en bewegen belangrijk om rekening te houden met de aard en ernst van de beperking van kinderen. Daarnaast ervaren kinderen ook verschillende belemmeringen als gevolg van hun beperking. Het is van belang te weten welke motieven kinderen met een beperking hebben zodat bij het sporten op hun wensen en behoeften kan worden ingespeeld. Plezier staat bij kinderen vaak voorop. Daarnaast zijn ook sociale contacten belangrijk. Dit geldt voor alle groepen kinderen met een beperking (zowel visueel, auditief, lichamenlijk als verstandelijk).

Door bij een sportvereniging te sporten, kunnen zij buiten school en de thuissituatie leeftijdsgenoten ontmoeten.

Aantal kinderen met een beperking

3,5% van alle kinderen (0-17 jaar) heeft een of meer beperkingen.

Daarvan heeft:

- Bijna **60%** een verstandelijke beperking;
- **26%** een lichamelijke beperking;
- **24%** een zintuigelijke beperking.

Van de kinderen met een beperking, is bij **9%** sprake van een meevoudige beperking (combinatie verstandelijke, lichamelijke en/of zintuigelijke beperking).

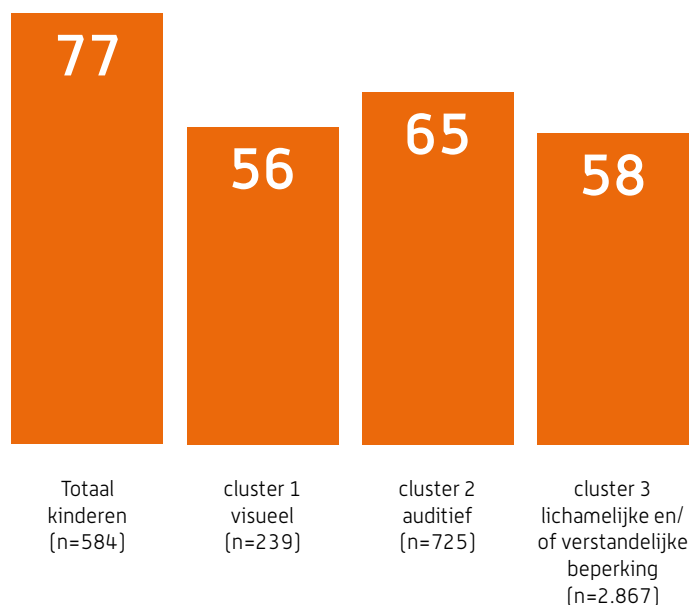
Jongens (**62%**) hebben vaker een beperking dan meisjes (**38%**). Naarmate kinderen ouder worden, trekt deze verdeling meer gelijk.

Bron: Schatting KIT, 2013

* Kinderen met chronische en/of psychiatrische problemen zijn wegens gebrek aan data niet in deze berekening meegenomen.

Wekelijkse sportdeelname

Sportdeelname buiten de school (tenminste 12x per jaar), naar type onderwijs, leerlingen speciaal onderwijs* en kinderen bevolking totaal** (in procenten).



Bron: *Mulier Instituut (Leerlingvragenlijsten Special Heroes 2011/2012); **Mulier Instituut (Nationaal Sportonderzoek, 2011)

Sport en bewegen levert kinderen met een beperking plezier en sociale contacten op



Motieven voor sport en bewegen

- Plezier
- Lichaamsbeweging
- Sociale contacten

Belemmeringen voor sport en bewegen

- Geen zin om te sporten
- Geen tijd om te sporten
- Onbekendheid met de mogelijkheden
- Door negatieve ervaringen niet meer willen sporten
- Onvoldoende sportmogelijkheden in regio
- Begeleiding tijdens activiteit is onvoldoende
- Juiste hulpmiddelen voor sport zijn niet voorhanden

Vinden van aansluiting

Het is voor kinderen met een beperking belangrijk dat zij ervaren hoe leuk sport en bewegen kan zijn en dat zij, ondanks hun beperking, tot veel in staat zijn. In sport kunnen zij hun talenten ontdekken en zelfvertrouwen opdoen. De aansluiting met een vereniging of ander aanbod is nog vaak lastig, omdat:

- Ouders moeite hebben met het regelen van vervoer, mede doordat het aanbod vaak regionaal is georganiseerd;
- Nog veel onbekend is over aanbod in de buurt;
- Kinderen drempelvrees hebben (kan ik het wel?);
- Er gebrek aan passend aanbod en geschikt kader is;
- Te weinig kinderen met beperking in de buurt dezelfde sportwens hebben om een groep te vormen.

Hoe bereik je hen?

Kinderen met een beperking kunnen het best worden bereikt door bij locaties en voorzieningen aan te sluiten waar zij gebruik van maken. Vanwege hun leerplicht zijn kinderen met een beperking veelal in het speciaal onderwijs te vinden. Scholen in het speciaal onderwijs zijn verdeeld in vier clusters:

- Cluster 1: leerlingen met een visuele beperking (blind en slechtziend);
- Cluster 2: leerlingen met een auditieve beperking (doof en slechthorend) en/of spraak-/taalproblemen;
- Cluster 3: leerlingen met een motorische, meervoudige, verstandelijke beperking en/of langdurig zieke kinderen;
- Cluster 4: zeer moeilijk opvoedbare leerlingen (ernstige gedrag-, ontwikkeling- en/of psychiatrische problemen).

Er is een [uitgebreide lijst](#) met specifieke organisaties, instanties en voorzieningen voor deze doelgroep. Naast directe verenigingen of stichtingen, kunnen kinderen met een beperking ook indirect worden bereikt. Bijvoorbeeld via:

- De huisarts, sociale wijkteams, fysiotherapeuten en buurtsportcoaches. Zij hebben vaak (een deel van) de doelgroep al in beeld;
- Instanties die het uitlenen van hulpmiddelen regelen (zoals een rolstoel);
- Regelingen waar zij vanwege hun beperking gebruik van maken, zoals de Wmo.

Meer weten?

Wilt u meer weten over de sportdeelname en motieven van mensen met een andere beperking of aandoening? Lees ook de factsheets over mensen met een [lichamelijke beperking](#), een [chronische aandoening](#), [niet-aangeboren hersenletsel](#), een [verstandelijke beperking](#), of met [gedragsproblemen en/of autisme spectrum stoornis](#). De verantwoording van onze bronnen kunt u [hier](#) vinden.

Deze factsheet is een uitgave van Mulier Instituut en Kenniscentrum Sport. Neem voor meer informatie contact op met [Caroline van Lindert](#) (Mulier Instituut) of [Lilian van den Berg](#) (Kenniscentrum Sport).