

Kinderen en jongeren bewegen minder en hun motoriek gaat achteruit

Kinderen en jongeren zijn gezonder als ze vaardiger zijn in bewegen, meer bewegen en aan sport doen

21 juni 2022

Door missiegedreven ontwikkeling van onderzoek en innovatie (MOOI) sport en bewegen starten we een programma waardoor onderzoeks- en innovatie trajecten steeds meer en beter bijdragen aan het oplossen van maatschappelijke uitdagingen waar de samenleving en de sport- en beweeg sector voor staan. We hebben zes wicked problems geprioriteerd waarmee het programma deze beweging inzet. Onder een wicked problem verstaan we een complexe maatschappelijke uitdaging in sport en bewegen waar een doorbraak nodig is, die niet zonder een gezamenlijke inspanning van een brede groep belanghebbenden tot stand komt. De eerst geïdentificeerde wicked problems zijn:

1. *Bewoners in aandachtswijken sporten minder*
2. **Kinderen en jongeren bewegen minder en hun motoriek gaat achteruit**
3. *Sport en bewegen wordt te weinig ingezet binnen de gezondheidszorg*
4. *De waarde van topsport is onvoldoende aantoonbaar*
5. *De sportinfrastructuur wordt te weinig gebruikt*
6. *De betaalbaarheid van sport staat onder druk*

Met deze wicked problems gaan zogenaamde crews (werkgroepen) aan de slag. Deze wicked problem crews worden in de 2e helft van 2022 samengesteld uit vertegenwoordigers uit overheid, bedrijfsleven en wetenschap met een vertegenwoordiging door gebruikers (doelgroepen); de quadruple helix. Wicked problems crews schrijven vervolgens een strategisch business plan met een onderzoeks- en innovatieagenda en hoe dit te financieren (eerste helft 2023). Onderstaande beschrijving van het wicked problem vormt het inhoudelijke kader voor deze opdracht.

Kinderen en jongeren bewegen steeds minder en hun motorisch vaardigheden nemen af. Hun snelheid, kracht, coördinatie, lenigheid en uithoudingsvermogen verminderen. Hierdoor krijgen ze minder plezier bij het sporten en bewegen en hebben ze minder zelfvertrouwen. Ze zijn minder gezond, zowel nu als op latere leeftijd. Hoeveel kinderen en jongeren bewegen en sporten hangt af van de thuissituatie, de buurt en de school. Dat vraagt om een integrale aanpak. Een belangrijke factor hierbij is dat veel tijd achter computerschermjes wordt doorgebracht, waardoor er minder wordt bewogen. Dit onderwerp heeft voor kinderen, ouders, verzorgers en beleidsmakers meer prioriteit nodig. Het probleem groeit en we moeten investeren in de toekomst van onze samenleving. Hoe kunnen we het tij keren?

Nadere omschrijving van het wicked problem

De motorische vaardigheden van kinderen nemen af. Dit heeft negatieve gevolgen voor het plezier in sporten en bewegen, het zelfvertrouwen, de sportdeelname en de gezondheid nu en op latere leeftijd. Sport en bewegen is voor veel kinderen, jongeren, hun ouders/verzorgers en beleidsmakers geen prioriteit en heeft een beperkte waarde in zowel kwantitatieve als kwalitatieve zin. We zien daarnaast ook dat de huidige sportinfrastructuur en het aanbod vooral gericht is op het motorisch betere kind/jongere. Daarnaast zie je ook dat beleidsmakers regelmatig interventies inzetten die vaak de bestaande sporters/bewegers trekken, waarbij geld soms de bepalende factor lijkt te zijn ('iets doen is beter dan niets doen'). Terwijl je geld ook slimmer kunt alloceren door vooraf goed te kijken welk probleem opgelost moet worden.

De oorzaak van de afnemende motorische vaardigheden zijn divers. Het hangt af van de mogelijkheden en prioritering thuis, in de buurt en op school, maar komt ook door onbekendheid van mogelijkheden, beperkte menskracht en de inrichting van de omgeving. Bovendien is er een onuitwisbare invloed van de digitalisering (telefoon), waardoor er minder tijd overblijft om te bewegen en te sporten. Het is essentieel dat we goed aansluiten bij de leefwereld van alle kinderen en jongeren en zorgen voor doorlopende lijnen tussen verschillende contexten waar zij zich in bewegen (o.a. thuissetting, kinderopvang, speeltuinen, op straat, scholen en sport).

Maatschappelijke betekenis en urgentie voor sport en samenleving

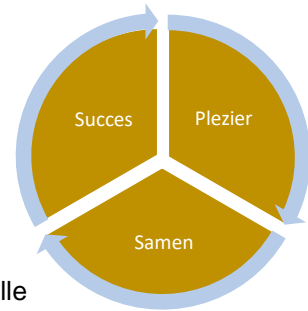
Aanpakken van dit wicked problem is van grote maatschappelijke betekenis omdat een goede motoriek en vroeg voldoende bewegen, belangrijke voorwaarden zijn om een leven lang te kunnen

blijven bewegen en sporten. Motorische vaardigheid en vroeg in het leven al voldoende bewegen hebben immers een voorspellende waarde voor blijvend bewegen op oudere leeftijd. Het is urgent omdat het anders leidt tot sociale isolatie, ongelukken, blessures, beweeginactiviteit, leefstijlgerelateerde ziekten, lagere zelfwaardering, verminderd welbevinden van zowel de fysieke en mentale gezondheid. We moeten zorgen dat kinderen en jongeren zich in alle contexten (kinderopvang, buurten, school, sport) kwantitatief en kwalitatief goed kunnen ontwikkelen in hun beweeg vaardigheden. Plezier is daarbij een belangrijke sleutel en de aandacht moet ook gaan naar een veilig pedagogisch sport- en beweegklimaat en het leggen van een brede motorische basis. Kinderen en jongeren krijgen zo mogelijkheden om zich verder sportspecifiek te ontwikkelen en/of makkelijk te kunnen switchen tussen sporten.

Waarde voor de doelgroep

De waarden voor verschillende doelgroepen zijn groot:

- Voor de kinderen en jongeren, waarbij aandacht is voor de eigen keuzes. Dit betekent dat ze sporten en bewegen leuk kunnen gaan vinden, wat gezond is en goed voor de sociale contacten. Samen bewegen kan leiden tot meer sociale contacten en hogere zelfwaardering. Een betere motoriek zorgt voor een vergrote kans om deel te nemen aan sporten, en heeft bovendien minder ongelukken en blessures tot gevolg. De kans is groter dat zij ook op oudere leeftijd nog goed actief en gezond zijn. Vitale kinderen volgen het onderwijs ook beter. Plezierige, gemeenschappelijke en succesvolle ervaringen leiden tot een leven lang sporten en bewegen.
- Voor de professionals en begeleiders in de zin dat zij plezier, waardering en zingeving ervaren omdat ze van betekenis zijn voor de ontwikkeling van kinderen. Cruciaal daarbij is een professioneel kwalitatief kader in alle contexten die voor alle kinderen en jongeren een passend aanbod en optimale begeleiding biedt. Dat kan vervolgens weer positief werken op het aantrekken van vrijwilligers voor verenigingen.



Partners en inbreng

Dit is nu nog niet op orde, maar wel op orde te brengen. Het gaat hier vooral om samenwerking tussen:

- Omgeving: buurt-school-sport (BIOR) en de overgangen/transities tussen deze verschillende settings
- Professionals: buurtsportcoach, LO-docent, (sport)begeleider/kader, pedagogisch medewerker, GGD, kenniswerkers, clubkadercoach, (gemeente)beleid en professionals uit aanpalende domeinen (zoals kinderopvang/welzijn/armoede/onderwijs).
- Experts op gebied van techniek, sociale media, sociale geografie, planologie en parkinrichting.
- Bedrijven: op het gebied van materialen/omgeving/AI.
- Kinderen, jongeren en ouders/verzorgers zelf. Via ervaringsleren hen mee laten bepalen wat bij hun sport- en beweegidentiteit past.
- Kennisinstellingen: organiseren van actiegericht onderzoek via verschillende broedplaatsen en living labs verspreid over het land.

Daarnaast is het interessant om samenwerking te verkennen met partners van andere landelijke programma's zoals de Gezonde school en de Gezonde kinderopvang. Denk daarbij aan PO-Raad, VO-raad, MBO Raad, RIVM, GGD GHOR Nederland, GGD-en, thema-instituten, vakverenigingen en maatschappelijke organisaties op het gebied van een gezonde leefstijl, NJi, Pharos, Veiligheid NL, TNO, Huis voor beweging. Maar ook bijvoorbeeld organisaties zoals het Expertisecentrum kinderopvang en het Nederlands Centrum Jeugdgezondheid.

De intenties zijn goed. Iedereen ziet het belang dat kinderen voldoende bewegen. Het sluit aan op de HBO agenda (vaardig in bewegen) en op de WO-agenda (vaardige generatie). Er bestaan ook al verschillende netwerken en programma's:

- Living labs verspreid over het land in verschillende contexten
- Consortium vmbo-sportlab (vervolg op de Sandpit-week)
- Lerend netwerk jongeren in beweging
- Consortium dat werkt aan een aanvraag voor LSH subsidie op gebied van jongeren in beweging
- Programma Gezonde School
- Programma Gezonde kinderopvang (bewegen is een thema binnen de gezonde kinderopvang)

- Programma kleuters startvaardig
- Landelijke academie buurtsportcoaches (LAB)

Financiering buiten de rijksoverheid (VWS en OCW) is lastig. Mogelijk is er aansluiting bij het programma Gezonde Generatie van de Vereniging Samenwerkende Gezondheidsfondsen.

Onderzoek en innovatie als oplossing

We willen van het hele systeem waarin het kind (0-18 jaar) de levensloop doorgaat uit gaan, in de diversiteit van contexten en op alle niveaus. Omdat we optimale ontwikkelingskansen en oefenmogelijkheden willen bieden, in alle settings waar zij mee te maken krijgen (thuis, kinderopvang, school, BSO, sportvereniging en de fysieke leefomgeving (speeltuinen etc.)). Het is nodig dat we ervoor zorgen dat er tussen die settings een doorlopende 'ontwikkelingslijn' gaat ontstaan. Naast de contexten zijn ook de verschillende niveaus van belang (politiek en beleid; lokale omgeving en netwerken, familie en school en het kind).

Het is daarnaast belangrijk een beter beeld te krijgen van de verschillende behoeften en ervaringen van kinderen, jongeren, ouders, leerkrachten en sportprofessionals. Daarvoor moeten we in gesprek gaan met hen, praktijkonderzoek doen en daarvan leren. Er kan gebruik gemaakt worden van actiegericht onderzoek, waarbij op basis van de ervaringen geleerd wordt. Kinderen en hun ouders zelf moeten centraal staan zodat vraag en aanbod beter op elkaar aan gaat sluiten.

Mogelijke vraagstellingen voor onderzoek en innovatie die kunnen bijdragen (voorlopig):

- (Lerend ontwikkelgericht) praktijkonderzoek waarbij de eindgebruikers bepalend en betrokken zijn (kinderen/jongeren-ouders-begeleiders). Helder krijgen wat er werkt voor welke doelgroep en in welke context.
- Hoe maken we hierbij gebruik van een systeembenadering in de praktijk?
- Uitvragen bij andere sectoren (school, JGZ, kinderopvang, leefomgeving) wat hun ervaringen zijn met het bieden van mogelijkheden aan kinderen en jongeren om zich te blijven ontwikkelen op het gebied van sport en bewegen.
- De Gezondheidsraad adviseert in een recent uitgebracht rapport Beweegadvies om meer onderzoek te doen naar de relatie tussen beweeggedrag en lang stilzitten bij 0 t/m 4-jarigen.