



Buitenspelen loont

Dr. Sanne de Vries
Lectoraat Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving

DE HAAGSE
HOGESCHOOL

Gebrek aan speelruimte



36% van de schoolpleinen is na schooltijd niet toegankelijk
Bron: Orius, 2010. Online kwantitatief onderzoek 'Spelen op schoolpleinen'.

DE HAAGSE
HOGESCHOOL

Onbereikbare speelplekken



DE HAAGSE
HOGESCHOOL

Kinderen buiten spel



DE HAAGSE
HOGESCHOOL

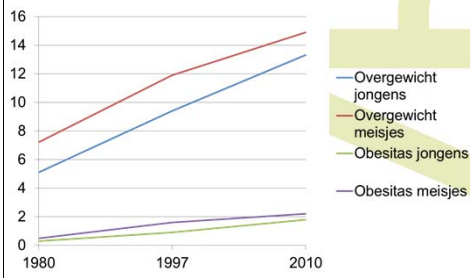
Gevolgen



Bron: TNO, De Vries et al., 2005; TNO, De Vries, 2009; Lancet, Morgan et al., 2012

DE HAAGSE
HOGESCHOOL

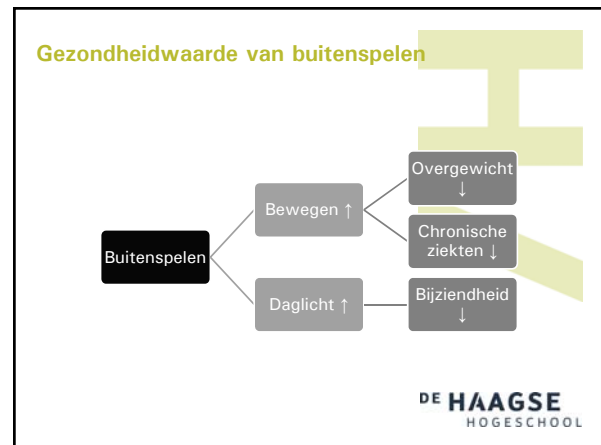
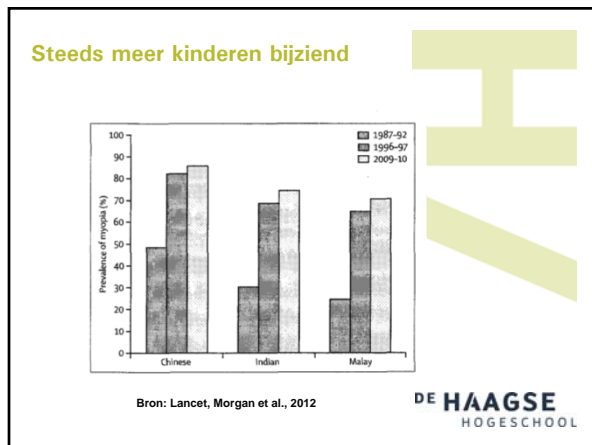
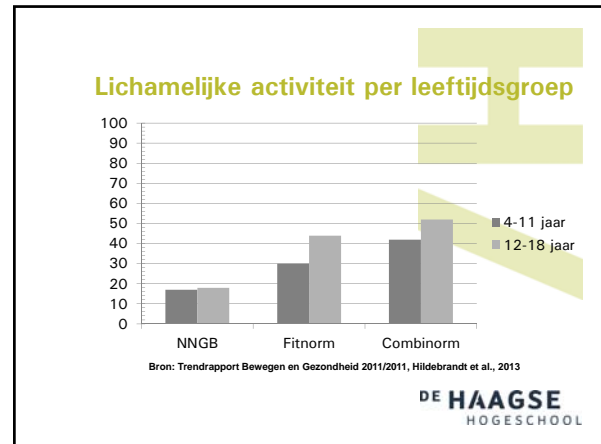
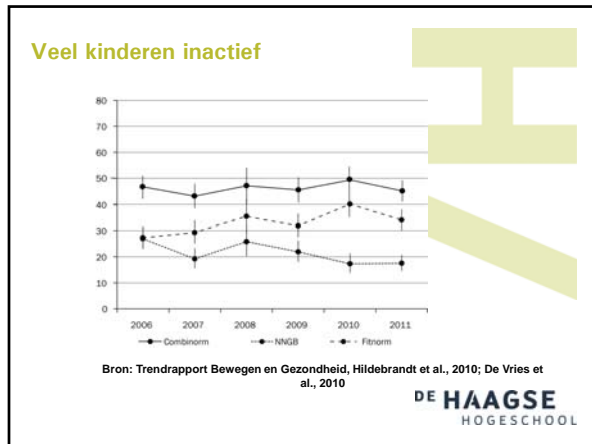
Steeds meer kinderen te dik



— Overgewicht jongens
— Overgewicht meisjes
— Obesitas jongens
— Obesitas meisjes

Bron: Factsheet Resultaten Vijfde Landelijke Groeistudie TNO, 2010

DE HAAGSE
HOGESCHOOL

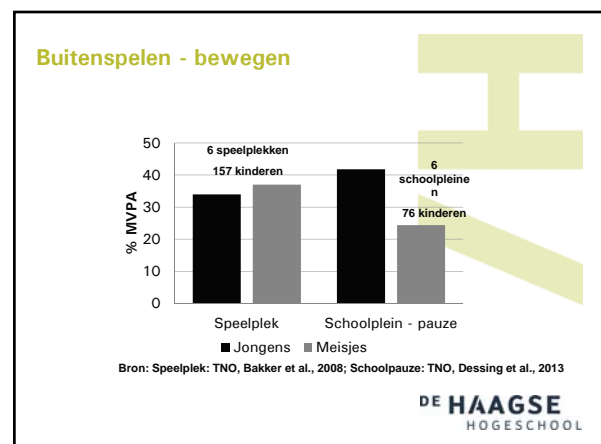


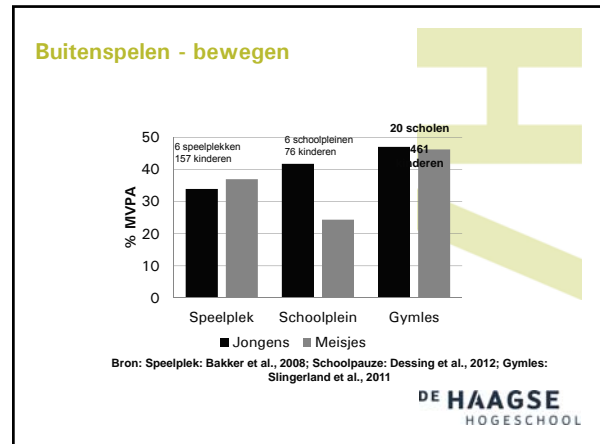
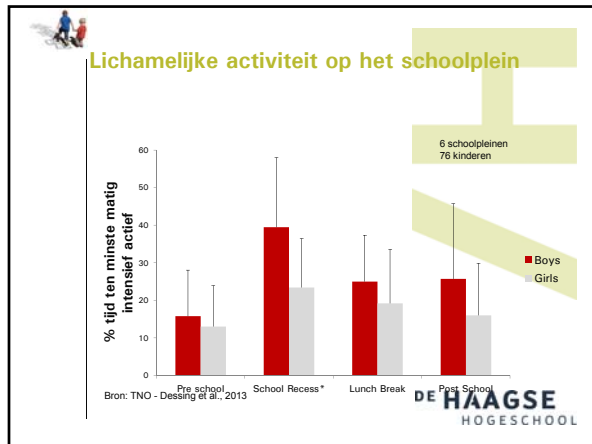
Buitenspelen - bewegen

- Buitenspelen draagt zowel qua tijdsduur als qua intensiteit bij aan het halen van de NNGB
- Kinderen zijn ruim anderhalf uur per dag buitenshuis actief

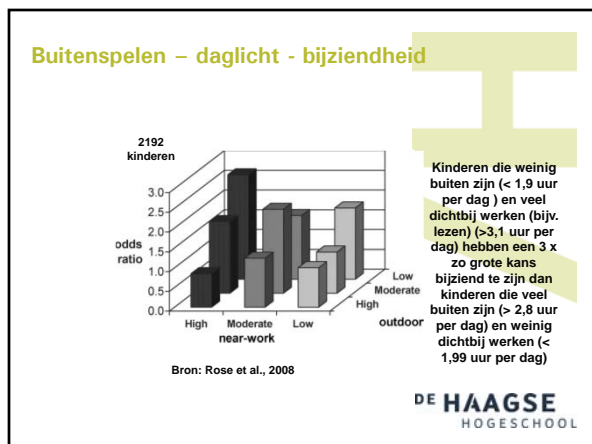
Bron: TNO, De Vries et al., 2011

DE HAAGSE HOGESCHOOL





- ### Groen - buitenspelen- overgewicht
- Groennorm: gemiddeld wel of niet minstens 75 m² openbaar groen binnen 500 meter per woning in het postcodegebied
 - Kinderen uit postcodegebieden waar de aangepaste groennorm wordt gehaald spelen 15% langer buiten
 - 1 uur per dag langer buitenspelen door jongens verlaagt de kans op overgewicht met 25%
- Bron: Alterra, De Vries et al., 2008
- DE HAAGSE HOGESCHOOL



- Schoolpleinen zouden ingezet kunnen worden in de strijd tegen overgewicht en bewegingsarmoede
- DE HAAGSE HOGESCHOOL

Schoolpleinen

- Door wie en voor welk doeleinde worden schoolpleinen momenteel gebruikt in Nederland?
- Wat zijn fysieke en organisatorische kenmerken van succesvolle schoolpleinen?
- Hoe kan het gebruik van het schoolplein worden bevorderd?

DE HAAGSE HOGESCHOOL

Schoolpleinen in Nederland

- 6.807 scholen in het basisonderwijs
- 628 scholen in het speciaal onderwijs
- 646 scholen in het voortgezet onderwijs
- Bron: Stamos, 2011
- ± 1600 brede scholen in het basisonderwijs (deze omvat soms wel 2-3 basisscholen)
- ± 400 brede scholen in voortgezet onderwijs
- Bron: Oberon, 2011

DE HAAGSE HOGESCHOOL

Ontwikkeling brede scholen in Nederland

Figure 1.1 Brede schoolontwikkeling in Nederlandse gemeenten, in procenten (in 2011 n=414)

Year	Bredeschoolontwikkeling (%)	voorkomen om brede scholen vorm te geven (%)	geen bredeschoolontwikkeling (%)
2001	36	35	29
2002	51	35	31
2005	54	34	27
2007	67	17	21
2007	76	15	9
2009	88	8	4
2011	86	9	5

Bron: Oberon, 2011

DE HAAGSE HOGESCHOOL

Door wie wordt het schoolplein gebruikt?

- Onderwijs
 - Basisschool kinderen
 - kinderen in de basisschooleetijd zijn gemiddeld 40 ± 21 minuten per dag op het schoolplein
 - Bron: TNO - Delsing et al., 2013
 - Kinderen van het speciaal onderwijs
 - Kinderen van het middelbaar onderwijs
- Kinderopvang, buitenschoolse opvang
- Welzijnsinstanties
- Buurt
 - Kinderen, jongeren, volwassenen uit de buurt

43% van de leerlingen vindt het schoolplein saai
Bron: Jantje Beton, Spelen op het schoolplein, 2011

DE HAAGSE HOGESCHOOL

Voor welk doeleinde wordt het schoolpleinen gebruikt

- Sport en spel (lichamelijke activiteit)
- Sociale vaardigheden
- Motorische vaardigheden
- Educatie (rekenen, taal, verkeer)
- Voorkomen van pesten
- Bewegingsonderwijs
- Sportdag, naschoolse of buitenschoolse sportactiviteiten
- Zintuiglijke ontwikkeling
- Ontwikkeling van creativiteit en fantasie
- Kennis maken met de natuur

DE HAAGSE HOGESCHOOL

Waarde van buitenspelen

Motorische vaardigheden ↑
Sociale vaardigheden ↑
Cognitieve ontwikkeling ↑
Leerprestaties/ concentratie ↑

DE HAAGSE HOGESCHOOL

Multifunctioneel gebruik van schoolpleinen

- Door wie en voor welk doeleinde worden schoolpleinen momenteel gebruikt in Nederland?
- Wat zijn fysieke en organisatorische kenmerken van succesvolle schoolpleinen?
- Hoe kan het gebruik van het schoolplein worden bevorderd?

DE HAAGSE HOGESCHOOL

Systematische literatuurstudie

```

    graph TD
      A[1073 artikelen uit zoekopdracht] --> B[142 dubbele artikelen]
      B --> C[931 artikelen gescreend op titel en/of samenvatting]
      C --> D[35 artikelen over buitenspelen op schoolpleinen]
      D --> E[33 artikelen geïncludeerd in review]
  
```

Uitkomsten gericht op:

- Bewegen (#28)
- Concentratie (#1)
- Speelplezier (#1)

DE HAAGSE HOGESCHOOL

```

    graph LR
      A[Schoolplein] --> B[Fysieke elementen hardware, software]
      A --> C[Organisatorische elementen (orgware)]
      B --> B1[Oppervlakte]
      B --> B2[Permanente speeltoestellen]
      B --> B3[Loose speelmaterialen]
      B --> B4[Markeringen]
      B --> B5[Speelzones]
      C --> C1[Pauze duur]
      C --> C2[Toezicht]
      C --> C3[Aanmoediging]
  
```

DE HAAGSE HOGESCHOOL

Oppervlakte

- Meer ruimte per kind is geassocieerd met:
 - sedentair gedrag ↓
 - intensief bewegen ↑

Bron: Ridgers, 2010; Cordon 2008; Van Cauwenbergh 2012

DE HAAGSE HOGESCHOOL

Regels schoolpleinen

- Verenging van Nederlandse Gemeenten schrijft de regels voor de grootte van het schoolplein
- Het verharde gedeelte moet tenminste 3m² per kind zijn, met een minimum van 300 m²
- Er zijn geen regels voor het onverharde gedeelte van het schoolplein
- Bron: Wet en Regelgeving Schoolplein, 2011

DE HAAGSE HOGESCHOOL

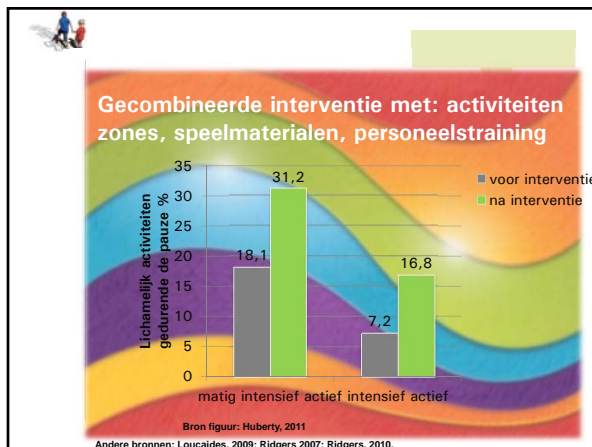
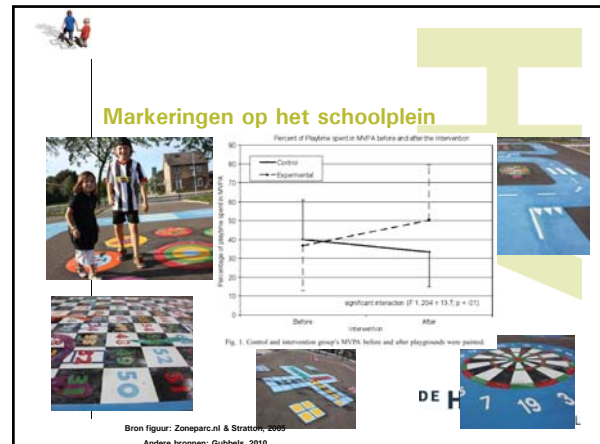
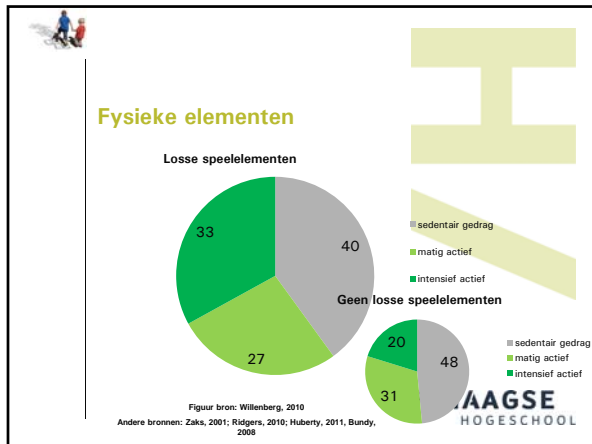
Fysieke elementen: permanente speelfaciliteiten

- De kinderen op scholen met meer permanente speelfaciliteiten laten meer lichamelijke activiteit zien

Number of facilities	Average counts (per minute)
14	~600
18	~700
22	~800
27	~900
31	~800
32	~1100
35	~1200

Bron figuur: Nielsen, 2010
Andere bronnen: Colabianchi 2011; McKenzie, 2010; Taylor, 2011; Nielsen, 2012

DE HAAGSE HOGESCHOOL



Organisatorische elementen

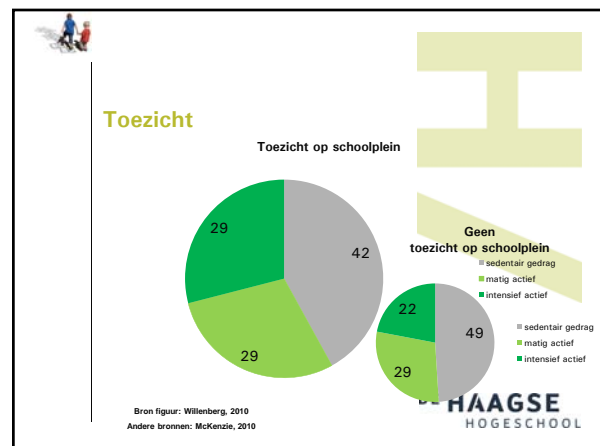
- Pauze duur
- Aanmoediging
- Toezicht op schoolplein


DE HAAGSE HOGESCHOOL

Pauzetijd

- Meer lichaamsbeweging tijdens lunchpauze in vergelijking met de ochtendpauze wat een gevolg is van een langere pauzeduur (Bron: Zaks, 2001; Mota 2005)
- Andere kant: kinderen bewegen relatief langer matief intensief als de schoolpauze niet te lang is (Fairclough, 2006)
- Hoogste concentratie na 20 minuten pauze in vergelijking met 10 of 30 minuten pauze (Holmes, 2006)

DE HAAGSE HOGESCHOOL






Conclusie literatuurstudie

- Schoolpleinen hebben veelal een positief effect op de mate van lichamelijke activiteit van kinderen.
- De grootste effecten werden gevonden bij meisjes en bij kinderen in de basisschoolleeftijd.
- Er is in de wetenschappelijke literatuur nog nauwelijks iets bekend over de effecten van bewegen op het schoolplein op andere uitkomstmaten.

DE HAAGSE
HOGESCHOOL



Conclusie literatuurstudie

- Voor alle leeftijdsgroepen lijkt het aantal kinderen per m² schoolplein een belangrijke succesfactor te zijn.
- Voor jonge kinderen (< 4 jaar) lijken voldoende ruimte en tijd op het schoolplein voldoende te zijn voor een intensief beweegpatroon.
- Voor oudere kinderen zijn naast voldoende ruimte met name vaste speelelementen van belang voor een intensief beweegpatroon.


DE HAAGSE
HOGESCHOOL



Multifunctioneel gebruik van schoolpleinen

- Door wie en voor welk doeleinde worden schoolpleinen momenteel gebruikt in Nederland?
- Wat zijn fysieke en organisatorische kenmerken van succesvolle schoolpleinen?
- Hoe kan het gebruik van het schoolplein worden bevorderd?

DE HAAGSE
HOGESCHOOL



Bevorderen gebruik schoolplein

- Betere fysieke en organisatorische indeling schoolplein
- Brede school/ gebruik door meerdere instanties en doelgroepen
- Openbaar toegankelijk stellen schoolplein

DE HAAGSE
HOGESCHOOL



Succesverhalen uit de praktijk

- www.gelderesportfederatie.nl - Gelderse Sport Federatie - openbaar stellen van schoolpleinen & pimp my schoolyard
- www.jantjebeton.nl - Jantje Beton - een schoolplein voor de buurt & schoolspeelpleinen
- www.nisb.nl - NISB - bewegingsonderwijs in de buitenlucht & groene schoolpleinen
- Fontys Hogeschool - basisschool in beweging & spelenderwijs bewegen
- Cruyff Foundation - schoolplein 14 & school in beweging
- www.beweegwijs.nl - BeweegWijs op het schoolplein

DE HAAGSE
HOGESCHOOL



Websites voor meer inspiratie/ informatie

- www.leraar24.nl/video/1366 - spelling tijdens de gymles
- www.schoolenveiligheid.nl - informatieblad veilig voelen op het schoolplein PO/ VO
- www.in-beweging.net - Alles in beweging - van schoolplein tot speelplein & schoolpleinkaarten

DE HAAGSE
HOGESCHOOL

Buitenspelen loont

- Buitenspelen is gezond
- Schoolpleinen zouden beter ingericht en benut moeten worden
- Buitenspelen is vooral ook erg leuk!



DE HAAGSE
HOGESCHOOL



De Haagse Hogeschool
Centrum voor Lectoraten en Onderzoek
s.i.devries@hhs.nl
www.dehaagsehogeschool.nl

DE HAAGSE
HOGESCHOOL