Sport: een leven lang

Rapportage Sport 2010_4.indd 1 25-11-2010 13:01:00

Rapportage Sport 2010_4.indd 2 25-11-2010 13:01:00

Sport: een leven lang

Rapportage sport 2010

Redactie:
Annet Tiessen-Raaphorst
Desirée Verbeek
Jos de Haan
Koen Breedveld

Sociaal en Cultureel Planbureau/ W.J.H. Mulier Instituut
Den Haag/ 's Hertogenbosch, december 2010

Rapportage Sport 2010_4.indd 3 25-11-2010 13:01:00

Het Sociaal en Cultureel Planbureau is ingesteld bij Koninklijk Besluit van 30 maart 1973.

Het Bureau heeft tot taak:
a wetenschappelijke verkenningen te verrichten met het doel te komen tot een samenhangende beschrijving van de situatie van het sociaal en cultureel welzijn hier te lande en van de op dit gebied te verwachten ontwikkelingen;
b bij te dragen tot een verantwoorde keuze van beleidsdoelen, benevens het aangeven van voor- en nadelen van de verschillende wegen om deze doeleinden te bereiken;
c informatie te verwerven met betrekking tot de uitvoering van interdepartementaal beleid op het gebied van sociaal en cultureel welzijn, teneinde de evaluatie van deze uitvoering mogelijk te maken.

Het Bureau verricht zijn taak in het bijzonder waar problemen in het geding zijn die het beleid van meer dan één departement raken. De minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport is als coördinerend minister voor het sociaal en cultureel welzijn verantwoordelijk voor het door het Bureau te voeren beleid. Omtrent de hoofdzaken van dit beleid treedt de minister in overleg met de minister van Algemene Zaken, van Justitie, van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties, van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap, van Financiën, van Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieubeheer, van Economische Zaken, van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit, van Sociale Zaken en Werkgelegenheid.

© Sociaal en Cultureel Planbureau, Den Haag 2010
SCP-publicatie 2010-29
Zet- en binnenwerk: Textcetera, Den Haag
Figuren: Mantext, Moerkapelle
Vertaling samenvatting: Julian Ross, Carlisle, Engeland
Omslagontwerp: Bureau Stijlzorg, Utrecht
Omslagillustratie: © Herman Zonderland Fotografie

ISBN 978 90 377 0504 1
NUR 740

Over de omslagillustratie:
Hardlopen was de afgelopen jaren de snelst gegroeide sport in Nederland en lopers uit verschillende leeftijdsgroepen doen het. Het kan dus prima het thema van deze rapportage illustreren: *Sport: een leven lang*. Hardlopen is een sport van deze tijd, het kan in clubverband beoefend worden, maar ook alleen of in een informeel groepje, en er zijn vele evenementen waar mensen elkaar weer treffen. Zoals de Bergsche Plasloop van 10 oktober 2010, waar deze foto is genomen.
De finishtijden en -posities van de afgebeelde lopers:

Startnummer	geboorte jaar	tijd	km/uur	tijd/km	plaats
737	1969	48:51	12,282	4:53	113
576	1964	53:35	11,198	5:21	191
798	1968	58:20	10,286	5:50	268
799	1965	56:41	10,585	5:40	252
802	1979	58:20	10,286	5:50	268
906	1960	59:10	10,141	5:55	286

Voorzover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h Auteurswet 1912 dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.repro-recht.nl). Voor het overnemen van (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (art. 16 Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

Sociaal en Cultureel Planbureau
Parnassusplein 5
2511 VX Den Haag
Telefoon (070) 340 70 00
Fax (070) 340 70 44

Website: www.scp.nl
E-mail: info@scp.nl

De auteurs van SCP-publicaties zijn per e-mail te benaderen via de website.

Rapportage Sport 2010_4.indd 4 25-11-2010 13:01:01

Inhoud

Voorwoord		11
Samenvatting		13
1	Een leven lang betrokken bij sport *Annet Tiessen-Raaphorst en Jos de Haan (SCP)*	21
1.1	De belangstelling voor sport van jong tot oud	21
1.2	De vierde Rapportage sport – Sport: een leven lang	23
1.3	Opzet Rapportage sport 2010	25
	Noten	26
	Literatuur	26
2	Transities in de levensloop als context voor sport *Jos de Haan (SCP)*	28
2.1	Transities in de levensloop	28
2.2	Een levensloopindeling	29
2.3	Levenslopen in verandering	32
2.4	Tijdsdruk en vrije tijd	35
2.5	Armoede en sociale uitsluiting	37
2.6	Demografische ontwikkelingen	38
2.7	Ouder worden en beperkingen	40
2.8	Levensloopbeleid	42
	Noten	43
	Literatuur	43
Deel I	Sportieve betrokkenheid	45
3	Sportdeelname *Annet Tiessen-Raaphorst (SCP)*	47
3.1	Sportdeelname door iedereen?	47
3.2	Sportdeelname in verschillende levensfases	48
3.3	Sportdeelname in de loop der jaren	58
3.4	Sportdeelname naar generatie	59
3.5	Periode, leeftijd of generatie: wat bepaalt de toegenomen sportdeelname meer?	61

Rapportage Sport 2010_4.indd 5 25-11-2010 13:01:01

3.6	Conclusies en blik op de toekomst: Nederland sportland?	63
	Noten	66
	Literatuur	67
	Bijlagen bij hoofdstuk 3, te vinden op www.scp.nl bij Rapportage sport 2010	68
4	Vrijwilliger in de sport *Paul Dekker en Joep de Hart (SCP)*	69
4.1	Vrijwilligerswerk: achtergrond en belang	69
4.2	Vrijwilligers in de sport, internationaal en in de tijd	70
4.3	Vrijwilligers in de sport en op andere terreinen	72
4.4	Levensfasen nader beschouwd	77
4.5	Besluit: belangen en belemmeringen	79
	Noten	81
	Literatuur	82
5	Sport volgen vanaf de tribune of de bank *Desirée Verbeek en Annet Tiessen-Raaphorst (SCP)*	85
5.1	Sportbetrokkenheid: een ambitie	85
5.2	Bezoeken van sportwedstrijden	85
5.3	Sport volgen via oude en nieuwe media	91
5.4	Conclusies en blik op de toekomst	99
	Noten	101
	Literatuur	102
	Bijlagen bij hoofdstuk 5, te vinden op www.scp.nl bij Rapportage sport 2010	103
Deel II	Sport en bewegen	105
6	Jeugd: sport, bewegen en onderwijs *Jo Lucassen, Ger van Mossel en Ester Wisse (W.J.H. Mulier Instituut)*	107
6.1	Jeugd en sport: accentverschuivingen in het beleid	107
6.2	Het sport- en beweeggedrag van de jeugd en hun motieven	108
6.3	Verschillende settings voor sport en bewegen	114
6.4	De toekomst – een groeiende noodzaak tot coördinatie	119
	Noten	121
	Literatuur	122

Rapportage Sport 2010_4.indd 6 25-11-2010 13:01:01

7	Volwassenen: sport, bewegen en werk *Vincent Hildebrandt, Astrid Chorus (TNO Kwaliteit van Leven), Annet Tiessen-Raaphorst (SCP)*	125
7.1	Meer volwassenen aan het werk, maar ook in beweging?	125
7.2	Sportdeelname en bewegen door volwassenen	127
7.3	Het werk als bron van beweging en van bewegingsarmoede	129
7.4	De relatie tussen bewegingsarmoede op het werk en beweeggedrag in de vrije tijd	131
7.5	Voorzieningen op het werk en het gebruik daarvan	133
7.6	Conclusies en aanbevelingen	134
	Noot	135
	Literatuur	136
8	Ouderen in beweging: van vitaal belang *Astrid Chorus (TNO), Cretien van Campen en Maaike den Draak (SCP)*	137
8.1	Groeiend aantal ouderen en het belang van vitaliteit	137
8.2	Sporten en het behalen van de beweegnormen	138
8.3	Het beweeggedrag van zelfstandig wonende ouderen	139
8.4	Sedentair gedrag van ouderen	144
8.5	Bewegen door ouderen in instellingen	145
8.6	Conclusies en blik op de toekomst	148
	Noten	150
	Literatuur	150
	Bijlagen bij hoofdstuk 8, te vinden op www.scp.nl bij Rapportage sport 2010	152
9	Levensloop van topsporters: van pril talent tot oud-topsporter *Maarten van Bottenburg (Universiteit Utrecht)*	153
9.1	Het belang van een levensloopperspectief op topsport	153
9.2	Indeling van fasen en transities in de topsport	154
9.3	Kennismakingsfase	156
9.4	Specialisatie- en investeringsfase	158
9.5	Perfectioneringsfase	161
9.6	Beëindigings- en tweede-carrièrefase	164
9.7	Conclusies en blik op de toekomst	166
	Noten	168
	Literatuur	168
	Bijlage bij hoofdstuk 9, te vinden op www.scp.nl bij Rapportage sport 2010	170

Rapportage Sport 2010_4.indd 7 25-11-2010 13:01:01

Deel III Organisatorische voorwaarden 171

10 Georganiseerde sportaanbieders in de levensloop 173
*Koen Breedveld, Paul Hover, Janine van Kalmthout, Caroline van Lindert (W.J.H. Mulier Instituut), Nicolette van Veldhoven (NOC*NSF), Harold van der Werff, Ester Wisse (W.J.H. Mulier Instituut)*

10.1 Georganiseerd sportaanbod 173
10.2 Bonden en verenigingen 174
10.3 Zwembaden 178
10.4 Fitness 180
10.5 Overig aanbod: sportbuurtwerk, playgrounds en sportevenementen 181
10.6 Aanbod voor ouderen 182
10.7 Conclusies 183
Noten 185
Literatuur 186
Bijlage bij hoofdstuk 10, te vinden op www.scp.nl bij Rapportage sport 2010 188

11 Doe-het-zelf in de sport: informele groepen in de sportloopbaan 189
Esther van den Berg en Annet Tiessen-Raaphorst (SCP)

11.1 Informalisering van de sport 189
11.2 Kenmerken van informele sportgroepen 190
11.3 Deelnemers, motieven en betekenissen van sporten in informele sportgroepen 193
11.4 Informele groepen en andere sportverbanden 199
11.5 Een leven lang sporten: wat is het belang van informele sportgroepen? 202
Literatuur 203

12 Ruimte en accommodaties voor sport 204
Remco Hoekman (W.J.H. Mulier Instituut), Frans Knol (SCP) en Hugo van der Poel (UvT/NHTV/W.J.H. Mulier Instituut)

12.1 Veranderingen in ruimte en accommodaties 204
12.2 Vervoermiddel en reistijd voor sportbeoefening 205
12.3 Leeftijdgebonden en regionale verschillen in 2016 en 2018 209
12.4 Conclusies 215
Noot 216
Literatuur 216
Bijlage bij hoofdstuk 12, te vinden op www.scp.nl bij Rapportage sport 2010 218

Rapportage Sport 2010_4.indd 8 25-11-2010 13:01:01

13 Uitgaven aan sport 219
Annet Tiessen-Raaphorst, Desirée Verbeek en Annette Roest (SCP)

13.1 Uitgaven in kaart gebracht 219
13.2 Consumentenbestedingen aan sport 220
13.3 Overheidsuitgaven aan sportvoorzieningen 225
13.4 Deelname aan sport door arme en niet-arme kinderen 226
13.5 Conclusies 229
Noten 230
Literatuur 230
Bijlagen bij hoofdstuk 13, te vinden op www.scp.nl bij Rapportage sport 2010 231

Deel IV Epiloog 233

14 Sport: een leven lang – ook in de toekomst? 235
Annet Tiessen-Raaphorst, Jos de Haan (SCP) en Koen Breedveld (W.J.H. Mulier Instituut)

14.1 Een leven lang actief met sport 235
14.2 Deelname aan en betrokkenheid bij sport in de levensloop 236
14.3 Vizier op de toekomst 241
Noten 248
Literatuur 248

Summary 251

Bijlagen
Bijlage A Definities beweegnormen en inactiviteit 260
Bijlage B Meewerkende organisaties Rapportage sport 2010 261
Bijlage C Overzicht gegevensbronnen, te vinden op www.scp.nl bij Rapportage sport 2010

Publicaties van het Sociaal en Cultureel Planbureau 263

Rapportage Sport 2010_4.indd 9 25-11-2010 13:01:01

Voorwoord

Vele Nederlanders zijn betrokken bij sport: ze sporten zelf, doen vrijwilligerswerk voor de club, volgen sportprestaties van anderen via de media of bezoeken een sportwedstrijd. De sportwereld wil deze betrokkenheid nog verder vergroten; de ambities van NOC*NSF en de partners van de alliantie Olympisch Vuur, die in het Olympisch Plan 2028 benoemd worden, liegen er niet om. Meer sporters, meer mensen die meedoen in de samenleving door sport, een grotere beleving van de sport, meer medailles op topsportevenementen... Er is de komende jaren nog veel werk te verzetten. Inzicht in welke Nederlanders nu al meedoen en wat hun motieven en belemmeringen zijn, is nodig om deze ontwikkelingen in beeld te brengen. Met deze Rapportage sport willen we een bijdrage leveren aan de verdere onderbouwing van deze kennis.

Dit rapport is de vierde editie van de Rapportage sport, geschreven door het Sociaal en Cultureel Planbureau in samenwerking met het W.J.H. Mulier Instituut en een aantal andere onderzoeksorganisaties, in opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Deze Rapportage wijkt af van vorige edities, omdat gekozen is voor een thema: de betrokkenheid bij sport in verschillende levensfases. We besteden aandacht aan zowel het zelf sporten, het verrichten van vrijwilligerswerk in de sport en het volgen van sport via de media of door bezoek aan wedstrijden. In sommige hoofdstukken is de ontwikkeling van deze vormen van betrokkenheid bij sport in opeenvolgende levensfases beschreven. In andere hoofdstukken is een bepaalde levensfase uitgelicht. Zo kunnen verschillende factoren, zoals determinanten van sportdeelname en motieven van betrokkenen, goed in beeld worden gebracht.

Ik dank de medewerkers van de betrokken instituten, het W.J.H. Mulier Instituut, TNO Kwaliteit van Leven, de Universiteit Utrecht, de Universiteit van Tilburg en sportkoepel NOC*NSF, en de leden van de klankbordgroep voor hun bijdragen aan het welslagen van dit project.

Prof. dr. Paul Schnabel
Directeur Sociaal en Cultureel Planbureau

Rapportage Sport 2010_4.indd 11 25-11-2010 13:01:01

Samenvatting

Het belang van aandacht voor de levensloop

Deze vierde *Rapportage sport* heeft anders dan eerdere edities een thema, namelijk 'Sport: een leven lang'. Onderzocht is hoe de betrokkenheid bij sport er in verschillende levensfases uitziet. Die betrokkenheid kan zich uiten in zelf deelnemen als breedte- of topsporter, vrijwilligerswerk verrichten en sport volgen als toeschouwer (live of via de media). Vanwege het belang voor de gezondheid onderzoeken we behalve sport ook het beweeggedrag in verschillende levensfases.
Iedereen heeft in elke levensfase te maken met temporele, sociale, financiële en fysieke mogelijkheden en beperkingen. Door verschillende levensfasen apart onder de loep te nemen ontstaat meer inzicht in de invloed van bepaalde factoren in die fase.
De keuze voor dit thema is mede ingegeven door het sportbeleid, dat een leven lang actief zijn wil stimuleren en graag zicht wil hebben op mogelijke knelpunten in verschillende levensfases. Ook draagt de keuze voor het thema bij aan verdere ontwikkeling van kennis over determinanten van en motieven voor een levenslange betrokkenheid bij sport.
Tabel S.1 toont de belangrijkste cijfers naar leeftijd. Hieronder vatten we de belangrijkste bevindingen uit het onderzoek samen.

Sportieve betrokkenheid gedurende het leven

Sportdeelname

- De frequente sportdeelname van minstens 40 weken per jaar is het hoogst bij kinderen in de basisschoolleeftijd. In de puberteit neemt de sportdeelname sterk af. Daarna blijft deze onder volwassenen tot ongeveer 65 jaar constant. Rond de leeftijd van 70 jaar nemen de wil en de fysieke mogelijkheid om aan sport te doen af.
- Een opvallende dip in de sportdeelname treedt op bij mensen met een gezin met kinderen van 6 jaar of jonger: de hoeveelheid vrije tijd waarover zij beschikken is beperkt.
- De verschillen in sportdeelname tussen leeftijdsgroepen zijn in de loop der jaren steeds kleiner geworden. Vooral mensen die tussen 1940 en 1963 geboren zijn, doen nu veel meer aan sport dan eerdere cohorten.
- Verschillen tussen cohorten zijn een belangrijke verklarende factor voor de toegenomen sportdeelname: latere cohorten zijn actiever dan eerdere cohorten. Periode en levensfase zijn in mindere mate van belang.
- Op basis van demografische ontwikkelingen lijkt het percentage sporters de komende jaren gelijk te blijven; de afname door de vergrijzing lijkt te worden gecompenseerd door de toename van het opleidingsniveau.
- In absolute zin is tot 2028 in ieder geval een groei te verwachten van bijna een half miljoen sporters, doordat de bevolking als geheel groeit.
- Kansen voor toekomstige groei in de sportdeelname liggen in het op peil houden van de sportdeelname van jongeren na hun 12e jaar, sportmogelijkheden bieden voor ouders van jonge kinderen en sportdeelname van ouderen stimuleren tot op hogere leeftijd.

Rapportage Sport 2010_4.indd 13 25-11-2010 13:01:01

Vrijwilligerswerk

- Vrijwilligerswerk in de sport is vooral het terrein van jongeren (12-24-jarigen) en volwassenen (35-54-jarigen). Deze laatste groep lijkt voornamelijk te bestaan uit ouders die meehelpen bij de sportbeoefening van hun kinderen.
- Het percentage van de bevolking dat vrijwilligerswerk in de sport doet, was in de jaren tachtig groter dan in de jaren negentig, maar is sindsdien constant.
- De deelname aan vrijwilligerswerk in zijn totaliteit is de afgelopen decennia minder sterk gedaald dan de deelname aan vrijwilligerswerk op afzonderlijke terreinen (sport, cultuur, politiek). Dit suggereert dat vrijwilligers zich voorheen op meerdere terreinen, maar nu op een bepaalde sector van vrijwilligerswerk richten.
- De motieven om aan vrijwilligerswerk te doen verschillen enigszins voor leeftijdsgroepen en het soort vrijwilligerswerk. Sportvrijwilligers willen graag waardering krijgen voor hun taak en ervaring opdoen die nuttig is voor het werkende leven. Kunnen handelen overeenkomstig politieke of geloofsovertuiging is voor hen minder belangrijk.

Sport volgen

- Bijna de helft van de jongeren tussen 12 en 17 jaar gaat eenmaal per jaar naar een sportwedstrijd kijken tegen slechts een tiende van de 75-plussers.
- Onder de sporttoeschouwers geldt dat de verschillende leeftijdsgroepen ongeveer even vaak sportwedstrijden bijwonen. Een klein aandeel ouderen bezoekt sportwedstrijden, maar de ouderen die sportwedstrijden bezoeken, doen dat niet minder frequent dan andere leeftijdsgroepen. Kleine uitzonderingen vormen de 25-34-jarigen die iets minder vaak gaan (gezien de drukke levensfase waarin carrière en de zorg voor kinderen gecombineerd worden) en de 35-44-jarigen die iets vaker gaan (om de sportwedstrijden van hun kinderen bij te wonen).
- Sportwedstrijden volgen via radio of tv kent in het algemeen minder differentiatie naar leeftijd; de intensiteit waarmee dit gedaan wordt echter wel.
- Ouderen informeren zich vaker via tv, radio en geschreven media dan jongeren. Jongeren gebruiken daarnaast ook het internet om het sportnieuws te volgen en om zich aan te sluiten bij sportgerelateerde community's.
- Verdere informatisering – met name via internet – biedt kansen het aanbod en de keuzevrijheid te vergroten.
- In de huidige samenleving is men op zoek naar 'belevingen'. Kijken naar sport kan zo'n beleving zijn.

Sporten en bewegen in verschillende levensfases

Jeugd

- Jongeren doen naar verhouding vaak aan sport, zijn vaak lid van een sportvereniging en doen vaak mee aan training en competitie.
- Het *Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs* beoogt voor 2012 dat de helft van de schoolgaande jeugd aan de combinorm voldoet: dagelijks een uur matig intensief bewegen of drie keer per week 20 minuten intensief bewegen. De 6-11-jarigen haalden deze norm al in 2009, maar de 12-24-jarigen niet.

Rapportage Sport 2010_4.indd 14 25-11-2010 13:01:01

– Scholieren besteden de meeste tijd aan clubsport en doen ook het meest aan buiten bewegen en sporten in de vrije tijd. Basisscholieren doen bij het bewegen vaak aan voetbal en buiten spelen, de middelbare scholieren het meest aan voetbal en hardlopen. Ook bij de clubsport is voetbal voor beide groepen het populairst.
– In het voortgezet onderwijs neemt 7% van de scholieren geen deel aan de lessen bewegingsonderwijs en bij vmbo-(praktijk)leerlingen zelfs 13%.
– Het aanbod aan vrijetijdsactiviteiten voor jongeren zal naar verwachting verder toenemen, met veel gebruik van digitale media. De concurrentieslag om de jongere sportconsument zal heviger worden, te meer omdat het aantal jongeren gaat afnemen.
– Het *Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs* streeft naar elke dag sporten en bewegen voor de schoolgaande jongeren. Om dit te bereiken is een nauwere samenwerking tussen alle betrokkenen nodig, die goed wordt gecoördineerd en een kwalitatief hoog gehalte heeft. In de sport zijn de eerste tekenen van zo'n ketenaanpak zichtbaar, zowel in de praktijk (sport-zorgtrajecten, combinatiefuncties) als in de methodiekontwikkeling, maar er is nog wel werk te verzetten.

Volwassenen

– Meer volwassenen tussen de 18 en 64 jaar zijn de afgelopen jaren aan sport gaan doen: van 39% in 1991 naar 47% in 2007. Rond de 70% voldoet aan de combinorm voor volwassenen: minstens vijf dagen per week een half uur matig intensief bewegen of drie keer per week twintig minuten intensief bewegen.
– Werkende mensen sporten meer, maar voldoen minder vaak aan de combinorm dan mensen die niet werken. De deelname aan sport compenseert niet geheel het onvoldoende bewegen.
– Het preventiebeleid geeft aandacht aan bewegingsarmoede en steeds meer ook aan de sedentaire leefstijl (meer dan 360 minuten per dag zitten of liggen, exclusief slaaptijd) die kan leiden tot ernstige gezondheidsschade.
– Er lijkt een soort tweedeling te bestaan onder de Nederlandse werkende bevolking. Aan de ene kant werknemers die werk hebben waarin ze veel bewegen en ook in hun vrije tijd relatief veel bewegen, waardoor ze voldoen aan de beweegnormen en weinig sedentair zijn. Aan de andere kant werknemers die bewegingsarm werk hebben, ook in hun vrije tijd relatief weinig bewegen en vaak een sedentair leven leiden. Deze tweede groep voldoet veel minder vaak aan de beweegnormen en loopt daarmee gezondheidsrisico's.
– Te weinig bewegen en een sedentaire leefstijl vragen om een bewegingsstimuleringsbeleid in bedrijven; enerzijds vanwege het arbeidsrisico waarvoor de werkgever mede verantwoordelijkheid draagt, anderzijds omdat onvoldoende bewegende werknemers de arbeidsparticipatie en het bedrijfsrendement ongunstig beïnvloeden.
– Meer bewegen is te stimuleren door sport en beweging buiten het bedrijf en buiten werktijd aan te bieden, maar wellicht is het lucratiever om het werk zelf beweeglijker te maken.

Ouderen

– Het sport- en beweeggedrag van zelfstandig wonende ouderen in Nederland heeft in het afgelopen decennium een gunstige ontwikkeling doorgemaakt; meer ouderen voldoen aan de beweegnormen en minder ouderen zijn inactief.

Rapportage Sport 2010_4.indd 15 25-11-2010 13:01:01

- De gunstige trend lijkt echter enigszins af te vlakken en de vraag is of met de huidige maatregelen een verdere toename van een actieve leefstijl onder ouderen haalbaar is.
- Levensgebeurtenissen als een chronische ziekte, functionele beperkingen, cognitieve achteruitgang, een partner verliezen en een ziekenhuisopname hebben negatieve gevolgen voor het sport- en beweeggedrag.
- Onvoldoende bewegen komt veel vaker voor bij ouderen die in een instelling wonen dan bij zelfstandig wonende ouderen. In instellingen zijn het vooral vrouwen met motorische beperkingen die minder bewegen; leeftijd en opleiding van de bewoners zijn niet van invloed.

Topsporters

- In de levensloop van topsporters zijn vier fases te onderscheiden.
  - De kennismakingsfase, waarin kinderen bekend raken met een of meerdere takken van sport en waarin talenten geselecteerd worden.
  - De specialisatie- en investeringsfase, met keuze voor één tak van sport en vele uren training. Dit vergt steeds meer toewijding, waarbij topsport prioriteit krijgt boven het sociale leven en andere hobby's.
  - De perfectioneringsfase, waarin veel in het teken staat van topsport. Voor een beperkt aantal topsporters levert dit succes op. In de loop der tijd blijken velen echter niet goed genoeg te zijn en voortijdig af te haken vanwege blessures, motivatieverlies of verandering in interesses.
  - De beëindigings- en tweede-carrièrefase, waarin topsporters een nieuwe leefstijl en levensinvulling moeten vinden. De meesten kijken positief terug op hun topsportcarrière ondanks de fysieke, mentale, sociale en financiële investeringen. Vooral degenen die er noodgedwongen een einde aan moesten maken, ontmoeten problemen en zoeken hulp bij het vinden van een nieuwe identiteit en levensinvulling.
- De beperkte voorspelbaarheid van later succes geeft aan dat sportorganisaties voorzichtig moeten zijn met de selectie van talenten op steeds jongere leeftijd. Dit geldt des te meer aangezien een sterk accent op gerichte in plaats van speelse beoefening het plezier in sporten kan wegnemen en de kans op blessures, burn-out en drop-out vergroot.
- Bestudering van de levensloop van topsporters moet niet alleen betrekking hebben op hoe zij kampioen worden, maar ook op hun leven naast en na de topsportloopbaan. Zo kunnen de dilemma's waar topsporters voor staan en de impact van hun beslissingen op de rest van hun levensloop beter worden begrepen.

Organisatorische voorwaarden

Georganiseerde sportaanbieders

- Van de sportbonden die de leeftijd van hun leden registreren, hebben sportbonden op het terrein van bridge, kegelen en jeu de boules de meeste oudere leden (45-plus) en die op het terrein van taekwondo, karate en american football de meeste jongere leden (tot en met 24 jaar).
- De populariteit van georganiseerde sportaanbieders verschilt per levensfase (zie tabel S.1). Zwembaden bedienen baby's vanaf 0 jaar en zijn in alle leeftijdsgroepen

Rapportage Sport 2010_4.indd 16 25-11-2010 13:01:01

populair, inclusief de groeiende groep ouderen. Sportevenementen trekken, net als fitnesscentra, vooral de volwassenen. De activiteiten op en rond playgrounds blijken toch vooral de jeugd te trekken.
– Georganiseerde sportaanbieders lijken deels hun eigen niches in de levensloop te bedienen. Allemaal hebben ze echter moeite om volwassen sporters aan zich te binden.
– Met de nadere vergrijzing vormen ouderen een interessante, in toenemende mate zelfbewuste doelgroep. Oudere sporters hechten aan een kwalitatief goed aanbod (vriendelijk personeel, advies, netheid), voelen zich sneller onveilig en zijn kostenbewust.

Informele sportgroepen

– Vooral volwassenen en ouderen sporten in informele geroepen, dat wil zeggen in een groep van minimaal drie personen die regelmatig bij elkaar komt.
– Bij de jongere volwassenen spelen prestaties en de sociale setting van de vereniging nog steeds een rol en worden informele groepen gebruikt om extra te trainen.
– Het 'spitsuur van het leven' (kleine kinderen verzorgen en werken) werkt informalisering van de sport in de hand.
– Vooral mensen die belemmeringen zien voor het verenigingslidmaatschap (te duur, te tijdrovend, te hoog niveau) gaan informeel sporten.
– Oudere sporters vinden in informele groepen de mogelijkheid om in een kleine groep met mensen van vergelijkbaar niveau dicht bij huis te sporten.

Ruimte en accommodaties voor sport

– Afstand of reistijd wordt nauwelijks als een belemmering voor sportdeelname ervaren. Het sportstimuleringsbeleid hoeft dus geen prioriteit te geven aan het verkleinen van de afstand of reistijd.
– Hoewel het absolute aantal sporters de komende jaren zal toenemen, zal er door de vergrijzing en demografische krimp ten oosten van de lijn Rotterdam-Groningen nauwelijks een kwantitatief tekort aan accommodaties optreden (mogelijk met uitzondering van de centra van steden zoals Arnhem, Eindhoven en Nijmegen). Onderbezetting van accommodaties is een grotere dreiging, omdat bij eventuele sluiting de reistijd alsnog een belemmering kan worden voor sportdeelname.
– Ten westen van de lijn Rotterdam-Groningen dreigt wel een tekort aan accommodaties, zeker in de steden. Tekort aan sportvoorzieningen en wachtlijsten bij sportverenigingen kunnen de groei van de sportdeelname belemmeren. Dit effect kan versterkt worden doordat het bodemgebruik voor sport in de periode 1993-2003 in de stedelijke gebieden is teruggelopen, terwijl stadsbewoners al veel minder sportaccommodaties hebben dan bewoners van omliggende gebieden (slechts de helft tot een derde).
– Andere factoren (zoals welvaartsstijging, veranderingen in leefstijl en gezondheidsbewustzijn, multifunctioneel gebruik van en technologische ontwikkelingen voor accommodaties) zouden wel eens van veel groter belang kunnen zijn voor toekomstig sportgedrag en de behoefte aan ruimte en accommodaties voor sport dan demografische ontwikkelingen alleen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 17 25-11-2010 13:01:01

Tabel S.1

Betrokkenheid bij sport, bevolking van 6 jaar en ouder, 2005, 2007 en 2008/2009 (in procenten)

	sportdeelname[a] en beweeggedrag[b]		sporten[c]		sportaanbieder[d]		vrijwilligerswerk[e]		volgen van sport[f]	
6-11 jaar	sportdeelname	75	zwemmen	31	sportvereniging	80			wedstrijdbezoek	35
	combinorm	55	veldvoetbal	23	commercieel aanbod	20			tv/radio	-
			gymnastiek	11	zelfgeorganiseerde groep	30			gedrukte media	-
					alleen	20			internet	-
12-17 jaar	sportdeelname	63	veldvoetbal	38	sportvereniging	76	sport	13	wedstrijdbezoek	49
	combinorm	43	zwemmen	14	commercieel aanbod	23	algemeen	25	tv/radio	66
			gymnastiek	5	zelfgeorganiseerde groep	34			gedrukte media	31
					alleen	32			internet	14
18-24 jaar	sportdeelname	47	veldvoetbal	24	sportvereniging	57	sport	13	wedstrijdbezoek	48
	combinorm	74	zwemmen	15	commercieel aanbod	42	algemeen	32	tv/radio	59
			fitness/aerobics	15	zelfgeorganiseerde groep	41			gedrukte media	38
					alleen	49			internet	15
25-34 jaar	sportdeelname	47	fitness/aerobics	19	sportvereniging	51	sport	9	wedstrijdbezoek	32
	combinorm	70	zwemmen	12	commercieel aanbod	44	algemeen	29	tv/radio	53
			hardlopen	11	zelfgeorganiseerde groep	38			gedrukte media	29
					alleen	53			internet	12
35-44 jaar	sportdeelname	45	fitness/aerobics	22	sportvereniging	46	sport	13	wedstrijdbezoek	37
	combinorm	69	zwemmen	19	commercieel aanbod	35	algemeen	38	tv/radio	49
			hardlopen	16	zelfgeorganiseerde groep	37			gedrukte media	36
					alleen	49			internet	8
45-54 jaar	sportdeelname	48	fitness/aerobics	19	sportvereniging	41	sport	15	wedstrijdbezoek	38
	combinorm	73	zwemmen	16	commercieel aanbod	33	algemeen	37	tv/radio	54
			fietssport	16	zelfgeorganiseerde groep	35			gedrukte media	39
					alleen	51			internet	4

Rapportage Sport 2010_4.indd 18 25-11-2010 13:01:01

Tabel S.1 (vervolg)

	sportdeelname[a] en beweeggedrag[b]		sporten[c]		sportaanbieder[d]		vrijwilligerswerk[e]		volgen van sport[f]	
55-64 jaar	sportdeelname	46	fietssport	21	sportvereniging	42	sport	8	wedstrijdbezoek	25
	combinorm	67	wandelsport	20	commercieel aanbod	30	algemeen	37	tv/radio	56
			zwemmen	17	zelfgeorganiseerde groep	31			gedrukte media	44
					alleen	56			internet	2
65-74 jaar	sportdeelname	38	fietssport	21	sportvereniging	45	sport	6	wedstrijdbezoek	21
	combinorm	64	zwemmen	18	commercieel aanbod	23	algemeen	36	tv/radio	54
			gymnastiek	14	zelfgeorganiseerde groep	32			gedrukte media	37
					alleen	33			internet	0
75 jaar en ouder[g]	sportdeelname	15					sport	2	wedstrijdbezoek	9
	combinorm	49					algemeen	18		

a Minstens 40 weken per jaar.
b Minstens vijf dagen per week een half uur (voor jongeren tot 18 jaar dagelijks een uur) matig intensief actief of minstens drie dagen per week minstens 20 minuten intensief actief.
c Sporttakken die men minstens 40 weken per jaar beoefent.
d Het gebruik van sportaanbod door sporters die minstens 12 weken per jaar sporten.
e Vanaf 16 jaar gevraagd.
f Wedstrijdbezoek gaat om minstens één keer per jaar. Volgen van de sport via tv/radio, gedrukte media of internet gaat om geïnteresseerden in sport. Het gebruik van media om sport te volgen is niet bekend voor 6-11 jarigen.
g Een aantal kolommen kan niet apart voor 75-plussers ingevuld worden vanwege te kleine aantallen. In die gevallen verwijzen de gegevens in de rij van 65-74-jarigen naar de 65-plussers.

Bron: SCP (TBO'05), SCP/CBS (AVO'07), TNO (OBiN'08/'09)

Rapportage Sport 2010_4.indd 19 25-11-2010 13:01:01

Uitgaven aan sport

– De uitgaven van consumenten aan sportbeoefening zijn tussen 2000 en 2007 sterker gestegen dan de consumptieve bestedingen in totaal. Vooral paren ouder dan 40 jaar zijn meer gaan uitgeven. Gezinnen met kinderen van 7 jaar of ouder geven het meeste geld uit aan sportbeoefening, namelijk 908 euro per gezin per jaar.
– Ook sportwedstrijden bijwonen kost geld. Gemiddeld kost een bezoek ruim 7 euro per persoon. Het bezoek aan professionele (voetbal-)wedstrijden kost ruim twee keer zo veel. Gezinnen met kinderen tot en met 12 jaar geven minder geld uit aan sportwedstrijden bezoeken dan mensen in andere levensfases.
– De sportuitgaven van de overheid gaan grotendeels naar sportaccommodaties (77%). Vooral jongeren profiteren daarvan, doordat ze veel sporten en bewegingsonderwijs volgen.
– Het overheidsbeleid geeft aandacht aan kinderen in een achterstandssituatie door financiële ondersteuning. De lagere sportdeelname van kinderen uit arme gezinnen heeft echter slechts beperkt te maken met minder geld hebben. Belangrijker verklarende factoren zijn de beperkte sociale participatie van de ouders, een laag opleidingsniveau van de ouders, en de herkomst van de ouders. Ouders stimuleren lijkt dan ook effectiever dan een financiële bijdrage.

Epiloog

Sport: een leven lang – ook in de toekomst?

Een derde van de bevolking vertoont geen enkele sportieve interesse: niet om structureel zelf te sporten of vrijwilligerswerk te verrichten, niet om te bezoeken en ook niet om regelmatig thuis op tv naar te kijken. In het streven Nederland naar een olympisch niveau te brengen is de grootste uitdaging om deze groep te interesseren voor sport. Vertrouwen op continuering van de positieve ontwikkelingen van de afgelopen decennia is niet genoeg. Zowel externe ontwikkelingen (de groeiende rol van digitale media, behoefte aan belevenissen, vergrijzing van de samenleving en een hogere arbeidsparticipatie van vooral vrouwen) als interne ontwikkelingen (professionalisering van de sport, aanbod beter aansluiten op de wensen van sporters en de noodzakelijke samenwerking tussen betrokken partijen) bieden hiervoor zowel kansen als bedreigingen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 20 25-11-2010 13:01:01

1 Een leven lang betrokken bij sport

Annet Tiessen-Raaphorst en Jos de Haan (SCP)

1.1 De belangstelling voor sport van jong tot oud

Sport is uit de huidige samenleving niet meer weg te denken. Veel mensen beoefenen een sport, zijn als vrijwilliger actief of kijken naar sport. Om nog meer mensen betrokken te krijgen bij sport is in het Olympisch Plan 2028 door de sportwereld en aanverwante partijen de ambitie geformuleerd om in 2016 heel Nederland op een olympisch niveau te hebben (NOC*NSF 2009). De term 'olympisch' is breed opgevat. Niet alleen topsporters moeten grote prestaties gaan leveren, ook de breedtesport moet naar een hoger niveau. NOC*NSF (2009: 19) streeft ernaar minimaal 75% van de Nederlanders uit alle lagen van de (multiculturele) samenleving in 2016 regelmatig (minstens twaalf keer per jaar) aan het sporten te krijgen. Zo ver is het nog niet. In 2007 deed 65% van de Nederlandse bevolking van 6-79 jaar regelmatig aan sport (Kamphuis en Van den Dool 2008). Dit gemiddelde verhult echter dat er grote verschillen zijn tussen bevolkingsgroepen, die voor een belangrijk deel samenhangen met leeftijd: jongeren sporten (nog steeds) veel meer en zijn vaker lid van sportverenigingen dan ouderen.

Dat de komende jaren de sportdeelname toeneemt lijkt op het eerste gezicht realistisch. Het percentage Nederlanders dat minstens één keer per jaar aan sport doet steeg van 53 in 1979 naar 71 in 2007. Die stijging is in belangrijke mate, maar niet uitsluitend, te danken aan het grotere aandeel sporters onder de 35-79-jarigen. Sport is allang niet meer bij uitstek voor jonge mensen. De vraag is of dit sportieve enthousiasme verder zal groeien. De gemiddelde leeftijd van de bevolking stijgt en ook onder de jongste generaties neemt de sportdeelname af naarmate men ouder wordt. Bovendien neemt door de vergrijzing de druk toe om langer door te werken. Voor de spaarzame vrije tijd doen zich daarnaast steeds meer verleidingen voor: digitale apparaten, zoals e-books, smartphones en laptops, en wellnesscentra nodigen uit tot neervlijen op de (sauna)bank in plaats van bewegen.
Een belangrijk motief om te sporten is gezond blijven. Of die interesse ook blijft als de medische industrie een technisch middel, zoals een pil, uitvindt tegen obesitas of suikerziekte, valt te bezien. Ofwel: de sport mag zich in een stijgende populariteit verheugen, maar vanzelfsprekend wordt die populariteit nooit.

Niet alleen sporten steeds meer Nederlander in diverse leeftijdsgroepen, breedtesport brengt ook op andere manieren enthousiasme teweeg, zoals betrokken zijn als vrijwilliger of het bezoeken van sportwedstrijden. Veel ouders beleven de sportieve prestaties van hun kinderen intens (waarbij ze in hun enthousiasme de regels van de sportiviteit soms overschrijden) en zouden graag zien dat zij de top bereiken of in ieder geval langdurig plezier aan hun sport beleven. Ook topsportwedstrijden zijn te

Rapportage Sport 2010_4.indd 21 25-11-2010 13:01:01

bezoeken; vaker nog worden ze gevolgd via oude en nieuwe media. Met de Olympische Winterspelen in Vancouver en het wereldkampioenschap (WK) voetbal in Zuid-Afrika was 2010 een emotievol sportjaar. Ruim vijf miljoen mensen zagen schaatser Sven Kramer de 10 kilometer verliezen door een verkeerde baanwissel. Evenzoveel mensen keken naar de nabeschouwing (SKO 2010a). De volgende dag had iedereen het over 'de foute wissel' en vooral de mogelijke gevolgen voor de samenwerking tussen Kramer en zijn trainer Gerard Kemkers werden in de media breed uitgemeten. Een half jaar later zorgde het WK voetbal door de goede prestaties van het Nederlands elftal voor nieuwe kijkcijferrecords: 8,5 miljoen Nederlanders bekeken de finale Nederland-Spanje en een zelfde aantal de halve finale Nederland-Uruguay (SKO 2010b). Hoewel 'we' de finale verloren en er veel kritiek was op het harde spel, barstte alsnog een volksfeest los; een teken van de omvang van de betrokkenheid, slim benut door de organisatoren van massale tv-festijnen.

Topsport zorgt niet alleen voor beleving en emotie, maar wordt ook als nastrevenswaardig gezien: presteren en excelleren mag weer (VWS 2009). In de jaren zestig en zeventig stond men gereserveerder tegenover prestatiesport, al leefde men in 1974 ook hartstochtelijk mee met het Nederlands voetbalelftal. In de *Nota sportbeleid* uit dat jaar hadden 'prestatie en wedijver' echter nog een negatieve bijklank en moest vooral de 'sportieve recreatie' worden gestimuleerd (CRM 1974, in Breedveld en Tiessen-Raaphorst 2006: 382). Het huidige sportbeleid (NOC*NSF 2007, VWS 2005) is erop gericht dat iedereen meedoet of althans de mogelijkheden krijgt om mee te doen. Op menig niet-sporter wordt een appel gedaan om actief te worden in de strijd tegen overgewicht of 'gewoon' ter bevordering van de gezondheid.
De sociale druk om te sporten gaat volgens sommigen lijken op een morele verplichting (Vanreusel en Renson 1984). De vraag is of deze van boven af opgelegde verplichting weerklank vindt bij het publiek (vgl. Horstman 2010). Zij geldt overigens ook voor andere terreinen dan sport. In de huidige participatiemaatschappij moet iedereen meedoen. Meer mensen moeten aan het werk; in de praktijk zijn dit vooral vrouwen die in grotere getale en met meer uren aan de slag moeten (Cloïn et al. 2010), waarbij vrijwilligerswerk als een goede opstap naar betaalde arbeid wordt gezien (VWS 2009).

Maatschappelijke betrokkenheid en 'meedoen' tijdens alle levensfases wordt in de huidige samenleving als belangrijk gezien. Ondanks de hoge sportdeelname door jongeren, worden er volop plannen ontwikkeld om ook hun deelname naar een (nog) hoger niveau te tillen. Plezier in sporten staat daarbij meestal voorop, maar ook het idee 'jong geleerd is oud gedaan' speelt zeker mee, evenals de sociale contacten met leeftijdgenoten en het belang van gezondheid. Zo komen er in totaal 2250 fulltime eenheden (fte's) combinatiefunctionarissen in 2012, van wie 1125 in de sport (www.combinatiefuncties.nl), die de samenwerking tussen onderwijs en sport-(verenigingen) gaan stimuleren om meer jongeren aan het sporten te krijgen en te houden. Ook de oproep van kroonprins Willem-Alexander tot meer vakleerkrachten in het primair onderwijs (NOS 2010) kan als een signaal worden gezien van het belang van goed bewegingsonderwijs.

Rapportage Sport 2010_4.indd 22 25-11-2010 13:01:01

Aan de andere kant van het spectrum zijn ouderen in het vizier gekomen als belangrijke doelgroep. Geïnspireerd door de Seniorgames in 2009 in Zeeland is een netwerk van organisaties ontstaan om ouderen fit te houden (Fit for Life) en hen meer te laten sporten en bewegen.

1.2 De vierde Rapportage sport – Sport: een leven lang

Keuze voor een thema

Deze rapportage vormt de vierde in een reeks (Breedveld 2003, Breedveld en Tiessen-Raaphorst 2006, Breedveld et al. 2008). De doelstelling van de *Rapportage sport 2010* blijft geïnteresseerden binnen en buiten het sportveld te voorzien van tijdige en accurate informatie over trends en ontwikkelingen in de sport en licht te werpen op actuele vraagstukken op sportgebied. Deze keer dienden zich bij de auteurs en de opdrachtgever echter de wens en behoefte aan om het verdiepende en analytische gedeelte van de rapportage uit te bouwen, wat aansluit bij de Kennisagenda Sport die beoogt meer inzicht te krijgen in de voorwaarden en determinanten van sportdeelname en in de motieven van sporters (Breedveld et al. 2010). Bovendien vormde het ontbreken van nieuwe trendgegevens over sportdeelname, sportbezoek en sportorganisaties een uitdaging om meer uit de bestaande gegevens te halen.
De verdieping is gezocht in de keuze voor een thema. In samenspraak met de opdrachtgever, de Directie Sport van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS), is gekozen voor de betrokkenheid bij sport in verschillende fases van het leven. Die betrokkenheid is niet alleen zelf actief deelnemen aan (top)sport, maar ook vrijwilligerswerk doen of sport volgen als toeschouwer of via de media.

Levensloop en levensfases

Het thema 'Sport: een leven lang' is een maatschappelijk en wetenschappelijk interessant perspectief. Vanuit maatschappelijk of beleidsperspectief is er veel aandacht voor een leven lang actief zijn (VWS 2009, NOC*NSF 2007, 2009). Er is behoefte aan informatie over het verloop van betrokkenheid bij sport in verschillende levensfases en mogelijke knelpunten. Vanuit wetenschappelijk perspectief draagt het thema bij aan ontwikkeling van kennis over determinanten van en motieven voor een levenslange betrokkenheid bij sport. Aan de sport, zeker de wedstrijdsport, kleeft het beeld dat die vooral zijn plaats heeft aan het begin van de vrijetijdslevensloop, en minder aan het einde (waar activiteiten als tuinieren, buurt- en familiecontacten en cultuur meer voorkomen). De vraag is of dat nog zo is.
In de maatschappij is veel aandacht voor ontwikkelingen in de totale levensloop van mensen. De levensloop is te zien als een opeenvolging van levensfases die een persoon doorloopt. Steeds meer mensen hebben daarbij de keuze om hun leven in te richten zoals ze zelf willen (de zogenaamde keuzebiografie), als gevolg waarvan er meer diversiteit in levenslopen ontstaat (zie ook hoofdstuk 2). Levenslopen kunnen verschillende domeinen betreffen, zoals het demografische (huwelijk, kinderen krijgen, het lege nest, het weduwschap) of het sociaaleconomische (opleiding, werk, pensionering). Daarnaast kennen veel mensen een levensloop van vrijetijdsbestedingen. Grote gebeurtenis-

Rapportage Sport 2010_4.indd 23 25-11-2010 13:01:01

sen (ook wel transities genoemd) markeren de overgang van de ene levensfase naar de volgende.

De centrale vraag in de *Rapportage sport 2010* is hoe de betrokkenheid bij sport er in verschillende levensfases uitziet. Tevens beschrijven we determinanten en motieven die met deze betrokkenheid verband houden. Sommige hoofdstukken beschrijven de ontwikkeling van verschillende vormen van sportbetrokkenheid in opeenvolgende levensfasen. Andere hoofdstukken belichten een bepaalde levensfase.
Aangezien er geen longitudinale gegevens op persoonsniveau beschikbaar zijn,[1] kunnen we de ontwikkeling van betrokkenheid bij sport niet op individueel niveau beschrijven en evenmin de feitelijke invloed van een levensgebeurtenis onderzoeken. Daarom vergelijken we binnen bepaalde levensfasen groepen personen met verschillende kenmerken.

Afbakening van het begrip sport

Welke activiteiten tot sport gerekend worden, lijkt op het eerste gezicht eenvoudig. Eigenlijk heeft iedereen wel een beeld van wat sport is. Het definiëren van sport blijkt echter verrassend moeilijk. Vaak wordt sport geassocieerd met lichamelijke inspanning, maar die doet zich ook voor bij fysieke beroepen. De definitie in de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO) is nog het meest onderscheidend en kent drie aspecten: de mogelijkheid om sport in georganiseerd verband te beoefenen, het gebruik van een specifieke ruimtelijke voorziening of omgeving en het regelgestuurde karakter van de activiteiten (zie Hoyng et al. 2003).
Minstens zo belangrijk als een heldere definitie is de manier waarop sport in onderzoek gemeten wordt (Breedveld en Tiessen-Raaphorst 2009). Dat kan met een toonblad waarop vele verschillende sporten vermeld staan, zoals in het Aanvullend Voorzieningengebruik Onderzoek (AVO) gebruikt wordt. Respondenten kunnen maximaal 27 verschillende sportieve activiteiten van het afgelopen jaar aankruisen. Denksporten staan niet op de lijst (zie bijlage C voor meer informatie over het AVO en andere gebruikte onderzoeken). Door deze manier van vragen hoeven sportieve activiteiten echter niet aan de drie aspecten van de RSO-definitie te voldoen. Het onderscheid tussen sport, sportieve recreatie en ander beweeggedrag blijft lastig aan te geven (vgl. Steenbergen 2004). Wanneer is fietsen sport of recreatie?[2] En wat is fietsen naar het werk dan? In het AVO hangt het van de perceptie van de respondenten af of zij hun activiteiten als sport beschouwen of niet. Daarbij komt dat het begrip sport de afgelopen decennia is opgerekt tot ver buiten de klassieke wedstrijdgerichte verenigingssport. Evenals in de vorige Rapportages sport vormen deze verschuivingen vertrekpunt en niet object van studie. Discussie daarover valt buiten het bestek van deze publicatie.

Met welke frequentie moet iemand sporten om als sporter aangemerkt te worden? In de Rapportages sport 2003 en 2006 werd gewerkt met een wel heel tolerante ondergrens van één keer per jaar. In de Rapportage sport 2008 is de inmiddels gangbare afbakening van minimaal twaalf keer per jaar (de zogenaamde RSO-norm) toegevoegd. Ook de doelstellingen van VWS en het Olympisch Plan 2028 hanteren deze begrenzing. Als het gaat om gezondheidswaarde, maar naar het lijkt ook om maatschappelijk 'meedoen',

Rapportage Sport 2010_4.indd 24 25-11-2010 13:01:01

dan is een zekere regelmaat echter van belang (Jehoel-Gijsbers 2009). We hebben ons afgevraagd of dit voor minimaal twaalf keer per jaar wel van toepassing is. Daarom gebruiken we in de meeste hoofdstukken van deze rapportage een engere definitie voor frequentie, namelijk minstens 40 weken per jaar. Deze afbakening is afgeleid van de aanbodkant van sport. Veel verenigingen en commerciële aanbieders organiseren sport buiten de schoolvakanties: het aanbod start in september als de scholen weer beginnen en eindigt eind mei, vlak voor de zomervakantie. Dit komt overeen met ongeveer 40 weken (zie ook Van 't Verlaat en Van den Dool 2009). Veel mensen blijken in dit aanbod mee te gaan en hun eigen sportfrequentie hieraan aan te passen.

Uit het oogpunt van gezondheidsbevordering is het van belang breder te kijken dan alleen sport. In deze rapportage presenteren we daarom ook voldoende bewegen volgens de combinorm: minimaal vijf dagen per week een half uur (voor mensen jonger dan 18 jaar is de norm dagelijks minimaal één uur) matig intensief bewegen of drie dagen per week 20 minuten intensief (zie bijlage A of Hildebrandt et al. 2010).

1.3 Opzet Rapportage sport 2010

Vrijetijdsbesteding en sport staan niet los van demografische en sociaaleconomische ontwikkelingen. Om sport in een bredere context te plaatsen kijken we in hoofdstuk 2 eerst naar algemene maatschappelijke tendensen en beschrijven we het begrip levensloop. Ooit was er sprake van een soort standaardlevensloop, maar door de grotere mogelijkheden om zelf te kiezen is er meer variatie tussen individuen gekomen. Welke veranderingen zijn opgetreden in de levensloop?
Vervolgens is het rapport opgebouwd uit drie delen. De afzonderlijke hoofdstukken beginnen met relevante aspecten van het sportbeleid en worden afgesloten met een blik op de toekomst in de slotparagraaf.
In Deel I brengen we de participatiemogelijkheden (zelf aan sport doen, vrijwilligerswerk in de sport doen, kijken naar en volgen van sport) in verband met ontwikkelingen in de tijd door te kijken naar leeftijd of levensfase en de determinanten en motieven van deze deelnemers.
In Deel II gaan we in vier hoofdstukken nader in op specifieke aspecten van verschillende levensfases, zoals de rol van het onderwijs in het stimuleren van sportdeelname, de kans op bewegingsarmoede van werknemers, gezondheidsaspecten van ouderen in relatie tot sport en bewegen, en de loopbaan van topsporters.
Deel III behandelt de organisatorische kant van het streven mensen hun hele leven actief bij sport betrokken te houden. We onderzoeken de activiteiten van de georganiseerde sportaanbieders (verenigingen, commerciële centra als fitnesscentra en zwembaden) om al dan niet diverse leeftijdsgroepen binnen te krijgen en te houden, de betekenis van informele sportgroepen in het algemeen en in verschillende levensfases in het bijzonder en de ruimtelijke faciliteiten die nodig zijn voor sportdeelname in alle levensfases. Tot slot belichten we de financiële kant van sportbeoefening: hoeveel wordt er in verschillende levensfases aan sport uitgegeven en zijn er financiële belemmeringen om aan sport te doen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 25 25-11-2010 13:01:01

Het rapport sluit af met de epiloog, waarin de belangrijkste bevindingen uit het rapport met elkaar in verband worden gebracht. Op die manier wordt inzichtelijk waar kansen en beperkingen liggen om mensen hun hele leven lang bij sport betrokken te houden.

Noten

1 In het Amsterdamse Groei- en Gezondheidsonderzoek zijn longitudinale gegevens over groei, gezondheid en leefstijl beschikbaar. Sinds 1976 zijn 250 mensen gevolgd via negen metingen. Sportdeelname is echter beperkt en niet in alle metingen meegenomen.

2 In de AVO-vragenlijst is bij wandelen en fietsen de nadruk meer op het sportieve karakter gelegd door sinds 1991 te vragen naar 'wandelsport' i.p.v. 'wandelen' en 'toerfietsen/wielrennen' in plaats van 'fietsen/wielrennen'.

Literatuur

Breedveld, K. (red.) (2003). *Rapportage sport 2003*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Breedveld, K. en A. Tiessen-Raaphorst (red.) (2006). *Rapportage sport 2006*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Breedveld, K., C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.) (2008). *Rapportage sport 2008*. Den Haag / 's-Hertogenbosch: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

Breedveld, K. en A. Tiessen-Raaphorst (2009). *Sporten gemeten; methodologische implicaties van sportonderzoek*. Den Haag / 's-Hertogenbosch: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

Breedveld, K., G. Molleman, F. Smits en N. Reijgersberg (2010). *Kennisagenda sport 2011-2016*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut / Bureau Maat.

Cloïn, M., M. Schols en A. van den Broek (2010). *Tijd op orde*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Hildebrandt, V.H., A.M.J. Chorus en J.H. Stubbe (red.) (2010). *Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2008/2009*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

Horstman, K. (2010). Mobiliseer de dikkerds, de rokers en de drinkers. In: *De Volkskrant*, 10 juli 2010, het Vervolg p. 9.

Hoyng, J., C. Roques en M. van Bottenburg (2003). *Kerngegevens sportdeelname; sportdeelname in Nederlandse gemeenten*. 's-Hertogenbosch / Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut / Arko Sports Media.

Jehoel-Gijsbers. G. (2009). *Kunnen alle kinderen meedoen?* Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Kamphuis, C. en R. van den Dool (2008). Sportdeelname. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008* (p.74-100). Den Haag / 's-Hertogenbosch: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

NOC*NSF (2007). *Sport groeit! Sportagenda 2012*. Arnhem: NOC*NSF.

NOC*NSF (2009). *Olympisch Plan 2028; heel Nederland naar Olympisch niveau, plan van aanpak op hoofdlijnen*. Arnhem: NOC*NSF.

NOS (2010). http://nos.nl/os2010/video/140591-prins-gymleraar-op-elke-basisschool.html, geraadpleegd op 11 september 2010.

SKO (2010a). *Persbericht kijkcijfers Kijktotaal februari 2010*. www.kijkonderzoek.nl, geraadpleegd op 11 september 2010.

SKO (2010b). *Kijkcijfers WK voetbal*. www.kijkonderzoek.nl, geraadpleegd op 11 september 2010.

Steenbergen, J. (2004). *Grenzen aan de sport; een theoretische analyse van het sportbegrip*. Maarssen: Elsevier.

Rapportage Sport 2010_4.indd 26 25-11-2010 13:01:01

Vanreusel, B. en R. Renson (1984). Sport als subcultuur; een andere kijk op sport als vrijetijdsgedrag. In: *Vrijetijd en samenleving*, jg. 2, nr. 3, p. 243-272.

Verlaat, M. van 't en R. van den Dool (2009). Marktaandelen in soorten en maten; een heranalyse van de AVO-data over lidmaatschap van sportverenigingen. In: Breedveld, K. en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Sporten gemeten; methodologische implicaties van sportonderzoek*. Den Haag / 's-Hertogenbosch: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

VWS (2005). *Tijd voor sport*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

VWS (2009). *Uitblinken op alle niveaus; kabinetsstandpunt bij het Olympisch Plan 2028*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Rapportage Sport 2010_4.indd 27 25-11-2010 13:01:01

2 Transities in de levensloop als context voor sport

Jos de Haan (SCP)

2.1 Transities in de levensloop

Gedurende het leven veranderen de condities om aan sport te doen. Elke levensfase kent een mix van mogelijkheden en restricties om zelf te sporten, om zich als vrijwilliger in te zetten of om live of via de media sport te volgen. Het aantal te onderscheiden levensfasen verschilt in publicaties. Een halve eeuw geleden was er een heel algemene indeling in periodes van leren, dan werken (voor mannen) of zorgen (voor vrouwen) en daarna pensionering en ouderdom. Dit gold als een soort standaardmodel, dat vooral onderscheid bracht voor de seksen. Na een relatief korte periode van scholing volgde een lang werkzaam leven op de werkvloer of in het huishouden, het laatste met zorg voor een vrij grote kinderschare. Op oudere leeftijd waren dan nog enkele jaren van betrekkelijke rust gegund (Liefbroer en Dykstra 2000). Een andere indeling legt minder de nadruk op arbeid en meer op huishouden. In dat model trouwden mensen uit huis, ze kregen kinderen die vooral door de vrouw werden opgevoed en als de kinderen uit huis waren beleefden de echtparen een lege-nestperiode totdat een van beide overleed (De Hoog 2002). Door verlengde leerwegen, latere partnerkeuze, uitgesteld ouderschap, combinaties van werk en zorg en een hogere levensverwachting met vrij veel gezonde jaren – ook na de pensionering – is het standaardmodel ter discussie komen te staan.
De individuele keuzevrijheid is groter geworden. Mensen kunnen zelf beslissen over de duur en inhoud van scholing, over een vaste liefdesrelatie en het moment van samenwonen, over de komst van het eerste kind, of er daarna nog meer bijkomen en hoeveel. Langere studietijd betekent ook latere intrede op de arbeidsmarkt en dat geldt steeds vaker voor zowel mannen als vrouwen. Dat gebeurt ook vaak in deeltijdaanstellingen in combinatie met gedeelde zorg voor kinderen en huishouden. Zijn de kinderen het huis uit, dan kunnen mensen nog steeds beslissen om eerder te stoppen met werken of juist langer door te gaan. Er is dus meer differentiatie en diversiteit in levenslopen ontstaan.

Ondanks de grotere vrijheid om zelf te kiezen zijn er wel systematische verschillen blijven bestaan tussen bevolkingsgroepen. Vrouwen nemen nog steeds meer zorgtaken op zich dan mannen en werken vaker in deeltijd. De levenslopen van vrouwen zijn over het algemeen diverser en minder voorspelbaar dan die van mannen. Ook zijn er verschillen tussen sociale klassen en etnische groepen. Personen uit lagere sociale klassen en allochtone groepen volgen korter onderwijs, gaan eerder werken en vrouwen uit deze groepen krijgen over het algemeen op veel jongere leeftijd hun eerste kind.
De keuzevrijheid is vergroot door onder meer de afbrokkeling van religieuze en ideologische zuilen, de vervaging van grenzen tussen maatschappelijke klassen en de verruiming van scholings- en carrièremogelijkheden. Men spreekt daarom wel van een keuzebiografie. Individuen maken vaker dan voorheen flexibele combinaties van taken

Rapportage Sport 2010_4.indd 28 25-11-2010 13:01:02

en activiteiten in meerdere levenssferen tegelijk, zoals betaald werk, zorg, scholing en vrijwilligerswerk (RMO 2002). Maar ook in die keuzebiografieën zijn nog steeds transities waar te nemen die de structuur van een leven voor een groot deel bepalen, zoals de overgang van school naar werk, van vrijgezel naar een leven met een vaste partner en van het krijgen van een kind. Op basis van dergelijke transities kunnen indelingen in de levensloop gemaakt worden, ook al zal niet iedereen de overgangen in dezelfde volgorde of op hetzelfde moment meemaken.

De condities van verschillende levensfasen beïnvloeden hoeveel vrije tijd iemand heeft, welke financiële middelen ter beschikking staan en hoe uitgebreid en divers de sociale netwerken zijn. Deze factoren beïnvloeden of en ook hoe vaak iemand aan sport doet. Iedereen maakt in de levensloop tevens een fysieke en psychische ontwikkeling door die voorwaarden schept voor soort en intensiteit van sportbeoefening en andere betrokkenheid bij sport. Dit hoofdstuk beschrijft in welke sociale verbanden mensen leven en hoe hun arbeidsmarktpositie verandert gedurende hun leven. Die hebben gevolgen voor hun hoeveelheid vrije tijd en hun financiële middelen. De temporele en financiële mogelijkheden om aan sport te doen, om vrijwilliger te zijn of sport als toeschouwer of via de media te volgen, scheppen in verschillende levensfases uiteenlopende mogelijkheden of restricties.

2.2 Een levensloopindeling

Veranderingen in onderwijs, arbeidsmarktpositie en woonsituatie vallen zelden samen en vinden lang niet meer voor iedereen in dezelfde volgorde plaats. Het is daarom niet mogelijk eenduidige grenzen te trekken tussen de levensstadia van Nederlanders. Daarom hebben we gekozen voor een neutralere indeling op basis van leeftijd (zie tabel 2.1) en daarin zo veel mogelijk de transities te lokaliseren. Zo hopen we een indeling in levensfasen te creëren waarmee we de context voor de sportdeelname, het vrijwilligerswerk en het kijken naar sportwedstrijden in de levensloop kunnen schetsen. Hoe onderscheiden verschillende fases zich van elkaar en hoe worden ze gekenmerkt?

Tabel 2.1
Levensfases met gesimplificeerde kenmerken

leeftijd	kenmerken
0-3	thuis, opvang
4-11	basisschool
12-17	voortgezet onderwijs, beroepsonderwijs
18-24	studie of werk
25-34	werk, carrière
35-44	werk, gezin met jonge kinderen
45-64	werk, gezin met oudere kinderen
65-74	pensioen
75+	zelfstandig of zorginstelling

Rapportage Sport 2010_4.indd 29 25-11-2010 13:01:02

In de eerste levensjaren is een kind aangewezen op de verzorging door ouders en speelt het leven zich vooral in de huiselijke omgeving af, ook al brengen kinderen van werkende ouders soms veel tijd in de kinderopvang door. Leren lopen is een belangrijke uitdaging en verschillende voorzieningen richten zich op het beweeggedrag van kinderen. Bij kleuters lopen fantasie en werkelijkheid vaak in elkaar over. Wat kleuters op televisie zien, uit een sprookjesboek voorgelezen krijgen of op een computerspelletje beleven, is net zo echt als wat zij om zich heen zien.
Rond het vierde levensjaar gaan kinderen naar de basisschool, komen daar dagelijks met leeftijdgenootjes in contact en spelenderwijs leren maakt plaats voor cognitief leren. Vanaf het zesde levensjaar is het denkvermogen zo ver ontwikkeld dat een kind wel onderscheid kan maken tussen werkelijkheid en fantasie. Het leert in die tijd onder meer lengte en hoeveelheid vergelijken, ordenen, tellen en rekenen en figuratief denken. Het kind ontwikkelt vertrouwen in het eigen kunnen (zelfvertrouwen) tussen 6 en 9 jaar. Ook motorische vaardigheden komen in de basisschoolleeftijd goed tot ontwikkeling en competitie gaat een rol spelen in spel en sport. De periode tussen 9 en 12 jaar wordt wel als een 'gevoelige periode' gezien waarin de basis voor sportieve prestaties wordt gelegd. Gymnastiek op school zorgt voor kennismaking met sporten en veel kinderen vinden in deze levensfase hun weg naar de sportverenigingen.

In de tienertijd doorlopen kinderen het voorgezet onderwijs, hoeven zij nog relatief weinig verantwoordelijkheid te dragen en ontwikkelen zij mede door seksuele rijping een eigen identiteit. Die identiteitsontwikkeling speelt zich vooral af in de groep leeftijdsgenoten. De *peer group* is ook belangrijk voor het ontwikkelen van smaak op het terrein van mode, muziek en amusement. Daarnaast komen tieners cognitief in een ander ontwikkelingsstadium. Rond het elfde jaar begint het kind ruimtelijk, abstract en logisch te denken. Sporthelden op televisie en in andere media zijn vooral voor jongens bakens in de identiteitsontwikkeling. Alle leerlingen raken door de vakleerkracht in het bewegingsonderwijs bekend met meerdere takken van sport. In de sportverenigingen spelen gedurende deze levensfase de vragen of zij doorgaan of stoppen in dit georganiseerde verband, en of zij zich verder willen ontwikkelen in de prestatiesport of liever willen sporten voor sociaal contact en gezelligheid. De keuze voor intensieve sportbeoefening en deelname aan prestatiesport wordt mede ingegeven door de differentiatie in fysieke ontwikkeling en sportief talent.

Tussen het 18e en 24ste levensjaar valt een belangrijke differentiatie in levenslopen te noteren. Een deel van de jongvolwassenen gaat studeren, terwijl een groot deel aan het werk gaat (tabel 2.2). Voor een minderheid geldt dat zij het ouderlijk huis verlaten en op zichzelf gaan wonen, de studenten vaak met andere studenten en de werkende jongeren relatief vaak met een vaste partner.

Rapportage Sport 2010_4.indd 30 25-11-2010 13:01:02

Tabel 2.2

Maatschappelijke positie naar leeftijd, bevolking van 12-64 jaar, 2008 (in procenten)

	12-17 jaar	18-24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar
betaald werkend	4	44	82	81	77	47
werkloos	0	3	4	6	10	20
scholier/student	95	51	4	1	0	0
huisvrouw/-man	0	2	9	12	12	20
gepensioneerd	0	0	0	0	0	14

Bron: CBS (EBB'08)

Tabel 2.3

Gezinssituatie naar leeftijd, bevolking van 18 jaar en ouder, 2009 (in procenten)

	18-24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar	65 -74 jaar	75 jaar en ouder
inwonend kind	58	10	2	1	0	0	0
eenpersoons-huishouden	21	23	14	14	17	23	49
paar	13	28	12	22	63	71	45
paar met kind(eren)	4	34	65	56	16	3	1
eenoudergezin	1	3	6	7	3	2	2
niet-gezinshuis-houden	3	2	1	1	1	1	2
	100	100	100	100	100	100	100

Bron: VROM (WOON'09)

Tussen 25 en 34 jaar vinden ook de hoogopgeleiden hun weg naar de arbeidsmarkt en maakt de keuze voor een vaste partner een einde aan het wonen in studentenhuizen. De stabiliteit van een vaste partner, eigen huis en eigen inkomen gaat vaak samen met kinderen krijgen. Tegenwoordig is de gemiddelde leeftijd waarop een vrouw haar eerste kind krijgt 29 jaar. Het moment van de keuze voor een baan, een partner en de komst van kinderen verschilt per opleidingsniveau. Hoogopgeleiden beginnen niet alleen later met werken dan lageropgeleiden, ze gaan ook later samenwonen en trouwen, en beginnen later aan kinderen (Liefbroer en Dykstra 2000).

Tussen 35 en 45 jaar, globaal genomen, staan voor de meeste mensen gezin en kinderen centraal (tabel 2.3). Het is de drukke middenfase van het leven waarin velen werken en zorgen combineren, het 'spitsuur in het leven' (Knulst en Van Beek 1990). Geringe vrije tijd en de binding aan huis vanwege de kinderen beperken uithuizige vrijetijdsactiviteiten. Verschillen tussen mannen en vrouwen komen prominenter naar voren aangezien mannen vaker een baan hebben en gemiddeld meer uren werken dan vrouwen. Als reden om in deeltijd te werken noemen vrouwen de zorg voor de kinderen, het huishouden en tijd voor hobby's en andere vrijetijdsactiviteiten (Cloïn 2010). Gezondheidsproblemen

Rapportage Sport 2010_4.indd 31 25-11-2010 13:01:02

zijn er nog relatief weinig, maar het besef dat (intensief) bewegen nodig is om gezondheid en gewicht op peil te houden dringt wel door.

Ook tussen de 45 en 65 jaar domineert werk in combinatie met zorgtaken het dagelijkse leven. Wel wordt de directe zorg voor kinderen minder als zij het ouderlijk huis verlaten (tabel 2.3) en speelt voor werkenden in deze levensfase de vraag wanneer zij met werken zullen stoppen. Regelingen voor vervroegde uittreding zijn sinds midden jaren negentig aangepast. De VUT na 40 dienstjaren is afgeschaft en de VUT-gerechtigde leeftijd is geleidelijk verhoogd. De versoberde regels voor flexibele pensionering leiden ertoe dat meer mensen langer doorwerken aangezien werknemers zelf ook de kosten van vervroegd uittreden moeten dragen (Rouwendal 2006). In 2008 was bijna de helft van de 55-64-jarigen nog aan het werk.
Met de verhoging van de AOW-leeftijd zal de gemiddelde leeftijd van pensionering verder stijgen. In 2008 werkte slechts 47% van de 55-plussers, al was dat aanzienlijk hoger dan de 35% in 2001 (CBS 2009). In deze levensfase neemt de kans op gezondheidsproblemen wel toe, maar de meeste personen zijn nog steeds gezond en genieten van een actieve levensstijl.

De fase van ongeveer 65 tot 75 jaar is die van de actieve ouderdom. De overgang tussen werken en rusten vormt een scharniermoment in de levensloop, al moet dat rusten niet al te letterlijk worden genomen. Hoewel ouderen vaak niet meer actief zijn in het arbeidsproces, zijn zij nog wel op vele andere manieren betrokken bij de samenleving. De periode na het werkzame leven wordt ook wel de 'derde leeftijd' genoemd (Svendsen 1997: 128-129). Ouderdom komt wel met lichamelijke beperkingen, maar dat hoeft nog niet te betekenen dat sportdeelname of andere lichamelijke activiteit onmogelijk is. Ook is het nog mogelijk om vrijwilligerswerk in de sport te doen of om toeschouwer te zijn bij wedstrijden.

In de laatste levensfase – hier benoemd als 75 jaar en ouder – trekken mensen zich langzaam terug uit het maatschappelijke leven en raken aangewezen op de zorg van anderen. Het bereiken van de fase van intensieve verzorging is sterk afhankelijk van de lichamelijke of geestelijke ontwikkeling. Een deel van de mensen zal deze fase helemaal niet doormaken, terwijl een ander deel al op jongere leeftijd afhankelijk van zorg zal worden.

2.3 Levenslopen in verandering

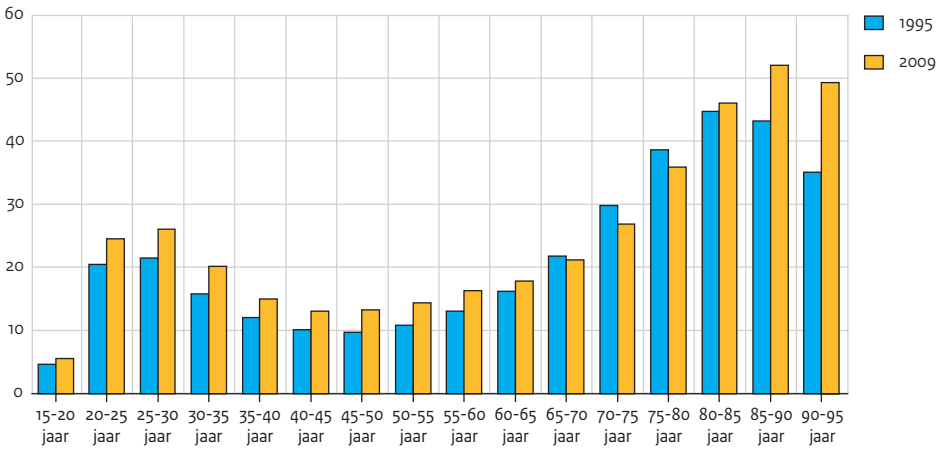
De standaardlevensloop zag er ooit ongeveer als volgt uit: na een periode van scholing volgt een onafgebroken periode van voltijdwerk voor mannen en zorg voor kinderen en huishouden voor vrouwen en daarna rest dan de welverdiende rust in financiële welstand. Historisch bezien heeft deze standaard eigenlijk alleen bestaan voor de cohorten die in de jaren dertig van de twintigste eeuw zijn geboren. Onder latere generaties kwam de combinatie van arbeid en zorg onder zowel mannen als vrouwen al weer vaker voor (Liefbroer en Dykstra 2000). Inmiddels ziet de levensloop van de meeste Nederlanders er heel anders uit dan die van hun ouders of grootouders (Van der Lippe et al. 2007).

Rapportage Sport 2010_4.indd 32 25-11-2010 13:01:02

De gemiddelde duur van de opleidingsperiode is in de afgelopen eeuw, vooral sinds de jaren zestig, sterk gestegen. Van degenen die tussen 1900 en 1910 zijn geboren had de helft op hun dertiende het voltijdonderwijs verlaten. Van de cohorten geboren in de jaren zestig had de helft dat pas op hun twintigste gedaan (Liefbroer en Dykstra 2000). Nederlanders verlaten gemiddeld op steeds jongere leeftijd hun ouderlijk huis om zelfstandig te gaan wonen. Generaties die voor de Tweede Wereldoorlog zijn geboren bleven gemiddeld drie jaar langer thuis wonen dan de meest recente generaties. Daarentegen stijgt de leeftijd waarop men gaat samenwonen of trouwen. Door de combinatie van die ontwikkelingen wonen steeds meer mensen een periode alleen (Liefbroer en Dykstra 2000). Het aantal alleenwonenden is in de leeftijd van 20 tot 35 jaar in de periode 1995-2009 met ongeveer 5 procentpunt gestegen (figuur 2.1). Deze stijging kan als een stimulans voor de sportdeelname gezien worden, aangezien alleenwonenden onder de 40 jaar over het algemeen meer aan sport doen dan leeftijdsgenoten die samenwonen, al dan niet met kinderen (Van der Meulen 2003).

Figuur 2.1

Aandeel alleenwonenden, naar leeftijd, bevolking van 15-95 jaar, 1995 en 2009 (in procenten)



Bron: CBS (StatLine)

Na 1970 werd het krijgen van kinderen steeds langer uitgesteld. In 1970 kwam het eerste kind gemiddeld als de moeder net 24 jaar was, in 2010 is dat gemiddeld vijf jaar later (CBS Bevolkingsstatistiek). Dit uitstel komt onder meer doordat vrouwen langer onderwijs zijn gaan volgen en meer betaald werk doen (Beets en Dourleijn 2001). De mogelijkheid om de komst van kinderen te plannen en aan te passen aan andere levensomstandigheden is door de pil sterk verruimd (Liefbroer en Dykstra 2000). Nederlandse vrouwen krijgen niet alleen steeds later kinderen, ze krijgen er ook minder. Het gemiddelde aantal kinderen per gezin is gedaald van 3,0 in 1950 naar 1,8 in 2008 (CBS Bevolkingsstatistiek). Bovendien blijven vrouwen steeds vaker kinderloos: van de

Rapportage Sport 2010_4.indd 33 25-11-2010 13:01:02

huidige generatie vrouwen in de vruchtbare leeftijd naar verwachting ongeveer 20%. Van de vrouwen die nu 65 jaar zijn heeft 11% geen kinderen gekregen en in de leeftijdscategorie rond de 50 jaar is 17% kinderloos (CBS StatLine).

Het onderdeel van de standaardlevensloop dat mannen werken en vrouwen zorgen brokkelt snel af. De afgelopen decennia is het aandeel taakcombineerders – mensen tussen de 20 en 64 jaar met ten minste twaalf uur betaald werk en ten minste twaalf uur zorg voor huishouden en kinderen per week – sterk toegenomen. Hun aandeel steeg van 14% in 1975 naar 38% in 2005. In 2005 kon 44% van de vrouwen en 32% van de mannen tot de taakcombineerders gerekend worden (Breedveld et al. 2006, Cloïn en Souren 2009). Zowel vrouwen als mannen (in de leeftijd van 20-64 jaar) waren hierdoor meer tijd aan verplichtingen kwijt: beide seksen kregen het tussen 1975 en 2005 rond de vijf uur per week drukker. Aangezien de tijd die mensen besteden aan slaap, rust, eten en persoonlijke verzorging vrij constant bleef, nam de omvang van de vrije tijd af (Breedveld et al. 2006). Of vrouwen of mannen het drukst zijn, wisselt door de decennia heen: in de jaren tachtig waren vrouwen meer tijd kwijt aan verplichtingen, in de jaren negentig waren mannen drukker, en in 2005/2006 zijn zij nagenoeg even druk (Cloïn en Souren 2009).

Nederlanders stoppen steeds later met werken en deze trend zal zich in de toekomst voortzetten. Latere generaties weten dat zij vermoedelijk tot zelfs na hun 65ste jaar moeten doorwerken. Doordat mannen langer doorwerken en steeds meer vrouwen ook actief zijn op de arbeidsmarkt is de arbeidsdeelname onder 55-65-jarigen gestegen. Dat neemt niet weg dat, door de stijging van de gemiddelde leeftijdsverwachting, ouderen een langere periode van vrijstelling van betaalde arbeid kennen dan eerdere generaties. De levensverwachting van in Nederland geboren meisjes steeg van 79,2 jaar in 1980 naar 82,3 jaar in 2008. Voor jongens was die levensverwachting in 2008 weliswaar lager dan die van meisjes (78,3 jaar), maar sinds 1980 (72,5 jaar) wel relatief sterk gestegen (CBS StatLine). Bovendien leven ouderen langer in gezondheid en is er dus meer ruimte om de actieve levensstijl, waaraan zij gewend zijn en waarvoor zij nog steeds de financiële middelen hebben, vol te houden.

Er wordt wel gesproken over de destandaardisering van de levensloop. De belangrijkste verandering in de standaardlevensloop is dat nu veel meer vrouwen werken in plaats van uitsluitend voor het huishouden zorgen. Verder is er eigenlijk vooral sprake van oprekking en krimp van bepaalde episodes. Jongeren volgen gemiddeld langer onderwijs en een groter deel woont langer alleen. Ook huwelijk en de komst van kinderen wordt langer uitgesteld, vooral door hoogopgeleiden. Omdat er gemiddeld per huishouden minder kinderen geboren worden, is de tijd dat gezinnen 'in de kinderen zitten' gekrompen. Aan het einde van de twintigste eeuw was vervroegde pensionering populair, maar sinds de eeuwwisseling stijgt het aandeel werkenden in de leeftijd tussen 55 en 65 jaar weer. Bij elkaar genomen heeft dat er wel toe geleid dat de arbeidsloopbaan korter duurt, terwijl de periode na de pensionering steeds langer wordt. De volgorde van de levensfasen is over het algemeen niet veranderd, maar de duur van verschillende fasen

Rapportage Sport 2010_4.indd 34 25-11-2010 13:01:02

wel. Van een destandaardisering is dan ook maar in beperkt opzicht sprake (De Hoog 2002: 138). Wel lijken de mogelijkheden toegenomen om te kiezen wanneer welke transitie plaatsvindt en door deze keuzevrijheid binnen jongere cohorten is de diversiteit in levensfasen groter dan in oudere cohorten.

2.4 Tijdsdruk en vrije tijd

Sporten, vrijwilligerswerk in de sport en bezoek aan sportwedstrijden zijn allemaal vrijetijdsactiviteiten. De omvang van de vrije tijd legt dus in meer of mindere mate restricties op aan deze vrijetijdsbesteding. Deze omvang wordt in sterke mate bepaald door de hoeveelheid verplichtingen (onderwijs, werk en zorg voor huishouden en kinderen). De tijdsdruk is de afgelopen decennia vooral toegenomen door de groei van het aantal tweeverdieners. Steeds meer Nederlanders combineren 'verplichte' activiteiten op het terrein van werk, huishouden en zorg voor kinderen of ouderen. Die taakcombinatie legt de grootste tijdsklem bij werkende partners die samen een huishouden met jonge kinderen runnen (tabel 2.4). Het traditionele kostwinner/huisvrouw-model brengt de minste verplichtingen met zich mee. In dit model richten vrouwen zich geheel op zorgtaken, wat overigens niet betekent, dat zij binnen dit pakket niet geheel uiteenlopende taken combineren. In vergelijking met dit model zijn tweeverdieners gemiddeld ruim negen uur meer tijd kwijt aan verplichtingen. Deze grotere tijdsdruk ligt grotendeels bij vrouwen. De aanwezigheid van jonge kinderen legt nog eens extra druk op de beschikbare vrije tijd (Cloïn et al. 2010).

Tabel 2.4

Verplichtingen en taakcombinatie, naar huiselijke situatie en sekse, bevolking van 20-64 jaar, 2005 (in uren per week en in procenten)

	verplichtingen (uren per week)			taakcombinatie (%)		
	allen	mannen	vrouwen	allen	mannen	vrouwen
mannelijke kostwinners resp. huisvrouwen	46,9	53,8	40,1	18	36	0
tweeverdieners	56,1	55,8	55,8	56	43	56
ouders van jonge kinderen (tot 14 jaar)	57,5	58,4	56,6	56	56	56
tweeverdienende ouders van jonge kinderen (tot 14 jaar)	59,1	59,1	59,1	71	62	79

Bron: SCP (TBO 2005)

Nederlanders hebben in 30 jaar tijd gemiddeld zo'n drie uur vrije tijd per week ingeleverd. In de periode 1975-2005 daalde de vrije tijd van 47,9 uur naar 44,7 uur per week (tabel 2.5). Dat heeft deels te maken met economische conjunctuur. Na de economische recessie in de eerste helft van de jaren tachtig was de werkloosheid relatief hoog en de gemiddelde omvang van de vrije tijd ook. Maar de trend wijst wel op een dalende omvang van de vrije tijd.

Rapportage Sport 2010_4.indd 35 25-11-2010 13:01:02

Dalende vrije tijd geldt niet in gelijke mate voor verschillende leeftijdsgroepen, en dus ook niet voor verschillende levensfasen. Vooral personen jonger dan 50 jaar hadden te maken met krimpende vrije tijd (Van den Broek et al. 1999, Breedveld et al. 2006). Voor tieners viel die daling nog wel mee, maar in de spitsuurleeftijd zagen de 35-49-jarigen de wekelijkse vrije tijd met bijna negen uur teruglopen. Deze sterke daling valt ook waar te nemen bij de ouders met kinderen onder de 12 jaar en bij werkenden. Ruim in de vrije tijd zitten de 65-plussers; tot 1985 steeg hun vrije tijd zelfs nog om daarna ook een dalende trend in te zetten.

Tabel 2.5

Omvang van de vrije tijd naar achtergrondkenmerken, bevolking vanaf 12 jaar, 1975-2005 (in uren per week)

	1975	1980	1985	1990	1995	2000	2005
totaal	47,9	47,0	49,0	47,2	47,3	44,8	44,7
leeftijd							
12-17 jaar	41,0	40,6	41,8	39,1	40,3	37,0	42,0
18-24 jaar	47,5	45,3	45,0	42,4	43,5	40,0	42,3
25-34 jaar	44,8	43,2	45,2	43,3	42,0	38,6	38,7
35-44 jaar	46,6	44,4	46,2	43,6	43,6	39,3	36,6
45-64 jaar	49,7	50,3	52,4	52,9	51,0	48,2	47,1
65-74 jaar	57,9	57,1	61,7	60,7	61,6	60,2	59,6
75 jaar en ouder	51,7	58,8	61,3	55,4	57,1	55,6	55,8
sekse							
man	49,6	48,8	50,5	48,2	47,9	45,5	46,1
vrouw	46,2	45,2	47,6	46,2	46,8	44,1	43,4
gezinspositie							
thuiswonend kind	44,2	42,5	43,3	40,6	42,1	38,6	42,2
alleenstaande	56,6	56,0	56,2	53,6	54,3	50,9	50,6
paar zonder kinderen	50,3	51,4	54,4	51,8	51,7	49,0	50,3
ouder(s)	47,0	44,9	46,6	45,1	43,9	40,7	38,3
opleidingsniveau							
lo, lbo, mavo, vmbo	47,9	46,8	50,6	48,9	49,8	47,7	48,1
mbo, havo, vwo	47,6	45,4	46,8	44,7	44,8	42,1	42,7
hbo, wo	47,6	48,7	46,6	46,9	46,4	44,1	43,5
arbeidsmarktpositie							
werkend	45,1	43,3	43,7	42,5	41,1	39,9	38,4
niet werkzaam, niet studerend	52,8	52,6	56,7	55,0	56,9	54,8	54,8
scholier/student	42,6	42,4	43,0	41,0	42,1	38,5	42,8

Bron: SCP (TBO 1975-2005)

Ondanks de toegenomen tijdsdruk weten Nederlanders hun sportieve activiteit goed op peil te houden. Sterker nog: het gemiddelde aantal uren per week besteed aan sport en bewegen is sinds medio jaren zeventig zelfs meer dan verdubbeld: 0,7 uur in 1975 en

Rapportage Sport 2010_4.indd 36 25-11-2010 13:01:02

1,6 uur in 2005 (tabel 2.6). Voor een deel komt dat doordat meer Nederlanders zijn gaan sporten (Kamphuis en Van den Dool 2008), maar opmerkelijk genoeg hebben de deelnemers ook de tijd voor sporten en bewegen opgevoerd van 2,8 uur in 1975 naar 3,6 uur in 2005 (die stijging kreeg grotendeels haar beslag tussen 1975 en 1985). Met een krimpende hoeveelheid vrije tijd heeft de sport zich meer dan goed weten te handhaven. Uitgedrukt als het percentage van de vrije tijd is het aandeel sport en bewegen zelfs spectaculair toegenomen. Op het eerste gezicht heeft de toegenomen drukte dus geen invloed gehad op het sporten en bewegen in Nederland. In hoeverre het sporten zich ook staande heeft weten te houden tijdens het 'spitsuur in het leven' valt nog te bezien.

Tabel 2.6

Omvang van de vrije tijd en sportdeelname, bevolking vanaf 12 jaar, 1975-2005 (in uren per week en in procenten)

	1975	1985	1995	2005
gemiddeld aantal uren vrije tijd	47,9	49,0	47,3	44,3
gemiddeld aantal uren per week besteed aan sport en bewegen	0,7	1,2	1,4	1,6
percentage sporters	25,9	35,2	39,9	45,2
gem. aantal uren sport van sporters	2,8	3,5	3,4	3,6
tijd besteed (door allen) aan sport als % van de beschikbare vrije tijd	1,4	2,4	3,0	3,6
tijd besteed (door sporters) aan sport als % van de beschikbare vrije tijd	5,8	7,1	7,2	8,1
tijd besteed aan sport als % van de totale beschikbare tijd	0,4	0,7	0,8	1,0

Bron: SCP (TBO'75-'05)

2.5 Armoede en sociale uitsluiting

Armoede legt beperkingen op aan activiteiten in de vrije tijd. In onderzoek naar armoede en sociale uitsluiting vormt sportdeelname een onderdeel van sociale participatie. Wie op verschillende sociaal-culturele en economisch-structurele domeinen[1] niet kan meedoen, geldt als sociaal uitgesloten. Geldgebrek is een van de factoren die de kans op sociale uitsluiting vergroten. Financiële restricties spelen bij een beperkt deel van de bevolking ook een rol om aan sport te doen, lid te zijn van een sportvereniging of toegang tot sportevenementen te betalen. Wie een inkomen heeft onder 105% van het sociaal minimum, maar ook een inkomen op 105%-130% van het sociaal minimum, heeft een grotere kans om niet aan sport en andere activiteiten op cultureel terrein en in verenigingen deel te nemen, dan wie een hoger inkomen heeft (Jehoel-Gijsbers 2004). Personen die niet sporten zijn nog niet meteen sociaal uitgesloten, want zij kunnen wel activiteiten op andere terreinen ontplooid hebben.

De kans op sociale uitsluiting neemt toe bij een cumulatie van risicofactoren: laag inkomen, laag opleidingsniveau, slechte gezondheid, alleenstaand ouderschap en geen werk hebben. Bij slechts een klein deel van de bevolking zijn al deze factoren (circa 1%) of bijna al deze factoren (4-5%) gelijktijdig aanwezig. Relatief vaak komt een cumulatie van factoren voor bij etnische minderheden, met name bij Turkse en Marokkaanse

Rapportage Sport 2010_4.indd 37 25-11-2010 13:01:02

Nederlanders, bij ouderen en bij alleenstaanden (Jehoel-Gijsbers 2004).
Deels hangen deze factoren ook samen met fasen in de levensloop. Kinderen in eenoudergezinnen, van wie die ouder laag opgeleid en zonder werk is, lopen het risico niet te kunnen deelnemen aan tal van activiteiten zoals sport (zie hoofdstuk 13). Volwassenen die geen werk vinden en aangewezen zijn op een uitkering lopen ook een verhoogd risico. Hetzelfde geldt voor ouderen, zeker als zij een slechte gezondheid hebben.

2.6 Demografische ontwikkelingen

Voor een beter zicht op de belangstelling voor sport in Nederland moeten we niet alleen weten in welke mate mensen in een bepaalde levensfase sporten, als vrijwilliger actief zijn of sport via de media volgen, maar ook hoeveel personen in die levensfase verkeren. Neemt het aantal mensen in een levensfase waarin bijvoorbeeld weinig gesport wordt toe, dan weegt dit door in de sportdeelname van de gehele bevolking. Demografische veranderingen zijn dus van invloed op de ontwikkelingen in de sportdeelname.
Een factor van belang is de vergrijzing. In de periode tussen 1983 en 2010 is het aandeel 65-plussers in de Nederlandse samenleving toegenomen van 1,7 miljoen naar 2,5 miljoen (tabel 2.7). Aangezien de omvang van de gehele bevolking steeg, is de procentuele stijging van de groep ouderen relatief klein (van 13 naar 16). De babyboomgeneratie, die nu de pensioenleeftijd bereikt, is echter groot in aantal. Verwacht wordt dat het aantal 65-plussers tot 2028 verder zal stijgen tot 4,0 miljoen (24% van de bevolking).
Vergrijzing gaat gepaard met ontgroening. Zowel absoluut als relatief komen er minder jongeren. Het aantal jongeren tussen de 6 en 24 jaar daalde al van 4,4 miljoen in 1983 naar 3,8 miljoen in 2010 en een verdere daling tot 3,6 miljoen in 2028 wordt verwacht (2,6 procentpunten). De groep 25-64-jarigen neemt ook in omvang af: die groep telt in 2028 0,42 miljoen minder mensen dan in 2010.

Tabel 2.7
Verdeling Nederlandse bevolking naar leeftijd, 1983-2028 (in procenten en in miljoenen)

	1983	2007	2010	2016	2021	2028	verschil 2010-2028
% 6-24–jarigen	33	25	25	24	23	22	–2,6
% 25-64-jarigen	54	60	59	57	55	53	–5,4
% 65+	13	16	16	19	21	24	8,0
aantal 6-24–jarigen	4,4	3,8	3,8	3,8	3,7	3,6	–0,23
aantal 25-64–jarigen	7,2	9,1	9,1	8,9	8,8	8,7	–0,42
aantal 65+	1,7	2,4	2,5	3,1	3,4	4,0	1,42

Bron: CBS StatLine, SCP-bewerking

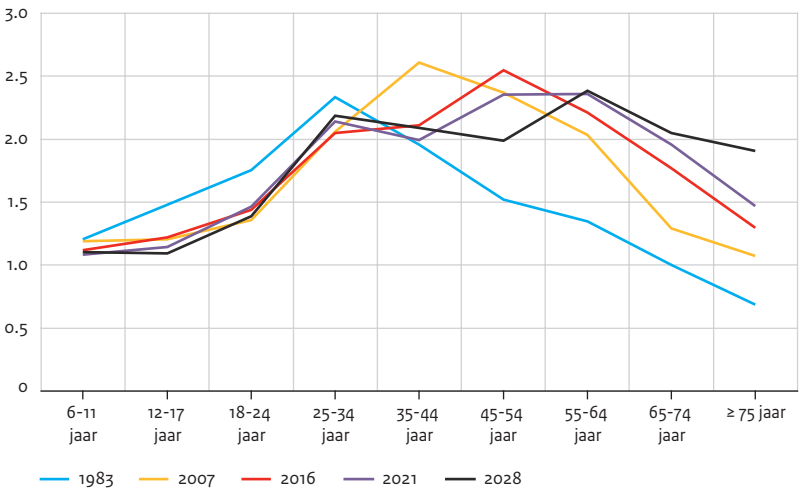
In figuur 2.2 is de vergrijzing duidelijk zichtbaar: de piek van de grootste leeftijdsgroep in de Nederlandse bevolking verschuift steeds meer naar rechts. Niet alleen doen steeds meer ouderen aan sport, de omvang van de groep ouderen is ook groter geworden. Beide

Rapportage Sport 2010_4.indd 38 25-11-2010 13:01:02

ontwikkelingen dragen eraan bij dat het absolute aantal sportende ouderen is gestegen. Dit kan consequenties hebben voor het sportaanbod (hoofdstuk 10) en de benodigde accommodaties (hoofdstuk 12).

Figuur 2.2

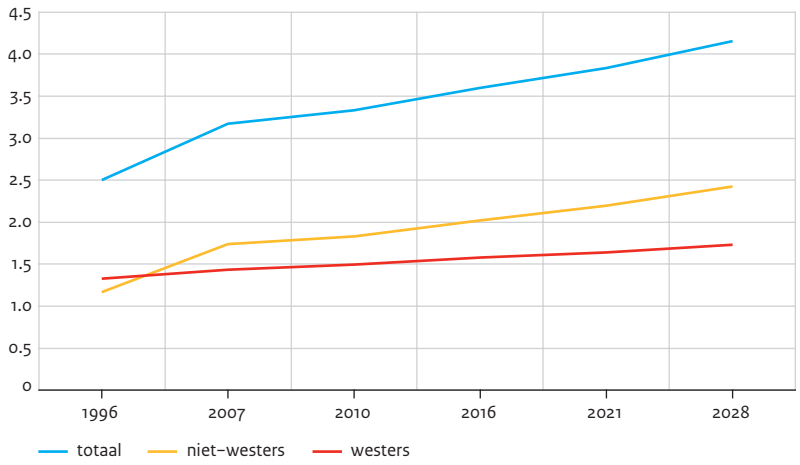
Samenstelling Nederlandse bevolking, naar leeftijd, 1983-2028 (in absolute aantallen, miljoenen)



Het aantal migranten en hun kinderen onder de Nederlandse bevolking is sinds 1980 sterk gestegen. Het aantal niet-westerse migranten groeide van bijna 0,5 miljoen in 1980 naar 1,8 miljoen in 2008. Ook het aantal westerse migranten is in die periode gegroeid, zij het minder snel. Van degenen jonger dan 20 jaar is thans een op de zes afkomstig uit een niet-westers gezin, van de 20-65-jarigen een op de tien. De bevolkingsprognoses laten zien dat het aantal migranten tot 2028 zal toenemen tot 4,2 miljoen, waarvan 1,7 miljoen van westerse origine en 2,4 miljoen van niet-westerse (figuur 2.3). De groei van de bevolking komt geheel voor rekening van migranten. Het aantal autochtone Nederlanders daalt tot 2028 licht, en daarna sneller. Het aandeel migranten in de bevolking stijgt als gevolg van die ontwikkelingen van 11% in 1980 via 19% in 2008 naar 24% in 2028. In de grote steden liggen die percentages beduidend hoger, nu en in de toekomst.

Rapportage Sport 2010_4.indd 39 25-11-2010 13:01:02

Figuur 2.3
Aantal migranten en hun kinderen in Nederland, 1980-2028 (in absolute aantallen, miljoenen)



Bron: CBS (StatLine)

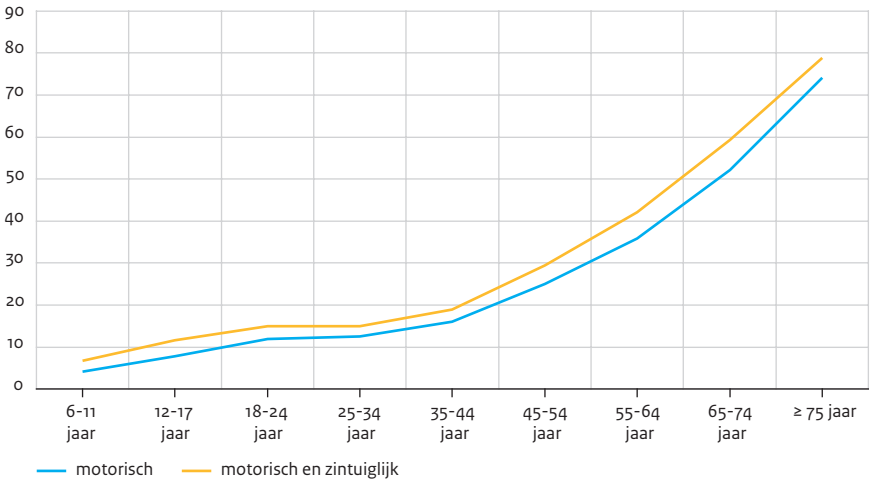
2.7 Ouder worden en beperkingen

Ouderdom komt met gebreken. Dat gezegde kent iedereen en velen hebben het ook aan den lijve ondervonden. Naarmate de lichamelijke beperkingen toenemen wordt sporten lastiger. Hoeveel Nederlanders ervaren in verschillende levensfasen eigenlijk lichamelijke beperkingen, en hoe ernstig zijn deze?
We maken gebruik van de SCP-maat voor lichamelijke beperkingen (De Klerk et al. 2006). In deze maat zijn zowel motorische als zintuiglijke beperkingen opgenomen. De motorische beperkingen zijn belemmeringen die mensen ervaren bij zitten en staan, bij algemene dagelijkse levensverrichtingen als wassen, opstaan en verplaatsen, en bij huishoudelijke activiteiten.
Uiteraard blijkt dat naarmate mensen ouder worden ze meer kans hebben op lichamelijke beperkingen. Toch is onder de oudste leeftijdsgroep (75-plus) nog ruim een vijfde geheel zonder beperkingen en ondervindt omgekeerd van de kinderen en tieners nog altijd een tiende wel lichamelijke hinder (figuur 2.4). Vanaf 45 jaar neemt de kans op lichamelijke beperkingen sterk toe. Dat betekent nog niet dat die beperkingen een belemmering zijn om te sporten.[2]

Rapportage Sport 2010_4.indd 40 25-11-2010 13:01:02

Figuur 2.4

Lichamelijke beperkingen (motorische beperkingen en totaal), naar leeftijd, bevolking vanaf 6 jaar, 2003 (in procenten)



Bron: SCP (AVO'03)

Het is aannemelijk dat naarmate de ernst van die beperkingen toeneemt de mogelijkheden en motivatie om te sporten verminderen. De beperkingenmaat onderscheidt mensen die geen, lichte, matige en ernstige beperkingen ervaren. In tabel 2.8 is deze verdeling weergegeven voor personen van 45 jaar en ouder. Mensen die jonger zijn hebben relatief weinig hinder van lichamelijke beperkingen en als dit al het geval is zijn het vooral lichte beperkingen. Boven de 45 jaar zijn het ook nog vooral lichte beperkingen, al neemt de omvang van de groep personen met matige beperkingen ook serieuze vormen aan. Ernstige beperkingen komen er vooral vanaf 65 jaar. Van de 75-plussers ervaart bijna een kwart ernstige beperkingen.

Tabel 2.8

Lichamelijke beperkingen, naar ernst en naar leeftijd, bevolking vanaf 45 jaar, 2003 (in procenten)

	geen	licht	matig	ernstig
45-54 jaar	70,5	18,8	8,3	2,3
55-64 jaar	57,9	25,3	13,5	3,3
65-74 jaar	40,6	31,4	21,6	6,4
75 jaar en ouder	21,2	24,1	31,7	23,1

Bron: SCP (AVO'03)

Rapportage Sport 2010_4.indd 41 25-11-2010 13:01:02

Het toenemen van beperkingen met het stijgen van de leeftijd is in de tijd constant, al kan die uitspraak slechts over een betrekkelijk korte periode (1995-2003) onderbouwd worden. Op langere termijn bezien is het aannemelijk dat met de afname van fysiek belastend werk, gezondere leefomstandigheden, betere voeding en verbeterde medische zorg ook het aandeel mensen met beperkingen per leeftijdsgroep gedaald is. Los daarvan betekent een constante stijging van het percentage mensen met beperkingen naar leeftijd nog niet dat het aantal mensen met beperkingen onder de gehele Nederlandse bevolking ook constant blijft. De vergrijzing leidt ook tot meer mensen met beperkingen. Het aandeel mensen met matige en ernstige beperkingen is gestegen van 8,2% (1995) via 9,5% (1999) naar 10,5% (2003). Deze stijging wordt ook weerspiegeld in het toenemend aandeel hulpbehoevende ouderen onder de bevolking (De Klerk et al. 2006: 77).

2.8 Levensloopbeleid

Zowel op academisch als op beleidsniveau vindt het zogeheten levensloopperspectief of de levensloopbenadering steeds meer ingang. De levensloopbenadering gaat uit van de mogelijkheid om de beroepsactiviteiten naar eigen inzicht te spreiden over de gehele levensloop en houdt ook rekening met andere productieve activiteiten dan betaalde arbeid. Het doel van de levensloopbenadering is om mensen beter in staat te stellen activiteiten in bepaalde levensfasen te combineren en af te wisselen en hun de vrije tijd te geven om daarin eigen keuzes en afwegingen te maken (RMO 2002). Deze benadering wijkt daarmee duidelijk af van de standaardlevensloop van achtereenvolgens leren-werken of zorgen-rusten. Deze laatste kent echter een sterke verankering in het gevoerde beleid en de daaruit volgende wet- en regelgeving (RMO 2002).
Een levensloopbestendig sociaal beleid streeft ernaar dat de sociale bescherming niet langer afhankelijk is van het voltijds verrichten van arbeid gedurende een bepaalde fase van het leven, maar bewaard blijft in elk gedeelte van een steeds meer geïndividualiseerde levensloop. De invoering van een dergelijke levensloopbenadering kan belangrijke gevolgen hebben voor het sociaal beleid en sociaal recht. In het kader van deze benadering wordt vorm gegeven aan het 'leven lang leren'. Om het combineren van arbeid en zorg mogelijk temaken, zijn arbeidsvoorwaardelijke en wettelijke regelingen tot stand gebracht. Verder bieden regelingen rond aanvullende pensioenen voorwaarden voor een flexibele uittrede uit het arbeidsproces. Het levensloopbeleid tracht een oplossing te bieden voor diverse knelpunten, waaronder tijdsdruk, in de planning van arbeid en zorgtaken (Goudswaard en Riemers 2004).

Het levensloopbeleid raakt aan verschillende andere beleidsinitiatieven. Ook in het kader van Stimuleringsmaatregel Dagindeling uit 1999 is in een groot aantal projecten geëxperimenteerd met oplossingen voor problemen bij het combineren van arbeid en zorg. Daarnaast is vanaf begin jaren negentig fors geïnvesteerd in de uitbreiding van de formele kinderopvang, is in 2006 het langdurig zorgverlof in de wet opgenomen en vanaf 2007 worden onder de noemer Tijdbeleid maatregelen getroffen om het voor mannen en vrouwen makkelijker te maken om werk en privé te combineren (Cloïn et al. 2010).

Rapportage Sport 2010_4.indd 42 25-11-2010 13:01:02

Ook in de ouderenzorg wordt nagedacht over het ondersteunen bij levensloopkeuzen om ouderen uitdagende mogelijkheden te bieden (Houben 2002).
Een goede balans tussen werk, zorgtaken en vrije tijd schept tevens een aantrekkelijke voorwaarde om op verschillende manieren bij sport betrokken te zijn. Of het nu gaat om zelf sporten, om vrijwilligerswerk in de sport of om het volgen van sportieve prestaties van anderen, in iedere levensfase zijn gunstige voorwaarden stimulerend.

Noten

1 Sociaal-culturele uitsluiting heeft betrekking op onvoldoende sociale participatie en onvoldoende culturele/normatieve integratie. Economisch-structurele uitsluiting betreft materiële deprivatie en onvoldoende toegang tot (semi-)overheidsvoorzieningen.
2 De gegevens zijn gebaseerd op het Aanvullend Voorzieningengebruik Onderzoek uit 2003. Voor AVO'07 is nog geen beperkingenmaat beschikbaar.

Literatuur

Beets, G. en E. Dourleijn (2001). Vrouw steeds ouder bij geboorte eerste kind; onderwijs verklaart helft uitstelgedrag. In: *Demos*, jg. 17, nr. 5, p. 37-40.

Breedveld, K., A. van den Broek, J. de Haan, L. Harms, F. Huysmans en E. van Ingen (2006). *De tijd als spiegel*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Broek, A. van den, W.P. Knulst en K. Breedveld (1999). *Naar Andere Tijden?* Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

CBS (2009). Meer 55-plussers aan het werk. In: *CBS Webmagazine*, woensdag 27 mei 2009.

Cloïn, M. (2010). *Het werken waard; het arbeidsaanbod van laagopgeleide vrouwen vanuit een economisch en sociologisch perspectief*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Cloïn, M. en M. Souren (2009). Onbetaalde arbeid en de combinatie van arbeid en zorg. In: A. Merens en B. Hermans (red.), *Emancipatiemonitor*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Cloïn, M., M. Schols en A. van den Broek (2010). *Tijd op orde*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Goudswaard, K.P. en T. Riemens (2004). Levensloopbeleid: hype of noodzaak? In: *Economisch Statistische Berichten*, jg. 89, nr. 4427, p. 3-6.

Jehoel-Gijsbers, G. (2004). *Sociale uitsluiting in Nederland*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Hoog, C. de (2002). Is er sprake van destandaardisering van de levensloop? In: *Tijdschrift voor Familie- en Jeugdrecht*, jg. 24, nr. 5, p. 134-139.

Houben, P.P.J. (2002). *Levensloopbeleid; interactief levensloopbeleid ontwerpen in de tweede levenshelft*. Amsterdam: Reed Business.

Kamphuis, C. en R. van den Dool (2008). Sportdeelname. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst, *Rapportage sport 2008*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Klerk, M. de, J. Iedema en C. van Campen (2006). *SCP-maat voor lichamelijke beperkingen op basis van AVO 2003* (werkdocument 121). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Knulst, W. en P. van Beek (1990). *Tijd komt met de jaren*. Rijswijk: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Liefbroer, A. en P. Dykstra (2000). *Levenslopen in verandering: een studie naar ontwikkelingen in de levenslopen van Nederlanders geboren tussen 1900 en 1970*. Den Haag: Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid.

Rapportage Sport 2010_4.indd 43 25-11-2010 13:01:02

Lippe T. van der, P.A. Dykstra, G. Kraaykamp, J. Schippers (2007). *De maakbaarheid van de levensloop*. Assen: Van Gorcum.

Meulen, R. van der (2003). Beoefening. In: K. Breedveld (red.) (2003). *Rapportage sport 2003*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

RMO (2002). *Levensloop als perspectief: kanttekeningen bij de Verkenning Levensloop – beleidsopties voor leren, werken, zorgen en wonen* (advies 20). Den Haag: Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling.

Rouwendal, J. (2006). *Vergrijzing, eigen woningbezit en vervroegde uittreding* (Netspar Discussion Paper 2006–033, 6 oktober 2006).

Svendsen, E.N. (1997). History Is Too Big for A Panel!, p. 127-130. In: U. Carlsson (red.), *Beyond Media Uses and Effects*. Göteborg: NORDICOM-Sweden.

Rapportage Sport 2010_4.indd 44 25-11-2010 13:01:02

DEEL I

Sportieve betrokkenheid gedurende het leven

3 Sportdeelname

Annet Tiessen-Raaphorst (SCP)[1]

3.1 Sportdeelname door iedereen?

De sport in Nederland heeft zich in de afgelopen eeuw ontwikkeld van een activiteit van voornamelijk welgestelden tot een vorm van vrijetijdsbesteding van miljoenen mensen. Was sport vroeger voornamelijk een 'jongmenselijke' activiteit (Rijsdorp 1957), nu doen ook veel ouderen aan sport (Kamphuis en Van den Dool 2008). Beleidsdoelstellingen zijn er op gericht om Nederlanders hun leven lang aan sport te laten deelnemen. In het beleid van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) komt dit tot uitdrukking in aandacht voor verschillende groepen in de samenleving, zoals mensen in een bepaalde leeftijd of levensfase. Vooral jongeren tot 18 jaar krijgen veel aandacht, zoals in de *Impuls brede scholen, sport en cultuur* (VWS 2007a), *Meedoen allochtone jeugd door sport* (VWS 2005) en het *Beleidskader sport, bewegen en onderwijs* (VWS/OCW 2008). Het *Nationaal actieplan sport en bewegen* (VWS 2007b) is onder meer gericht op volwassenen – en dan vooral de werknemers – en ouderen.
NOC*NSF (2007) heeft een leven lang sporten tot een van zijn speerpunten verklaard in de *Sportagenda 2012*, en participeert in de genoemde programma's van VWS. Een uitvoering van die programma's is Proeftuinen nieuwe sportmogelijkheden, waarbij het aanbod van de georganiseerde sport beter afgestemd wordt op verschillende levensfases en motieven om te sporten (NOC*NSF 2009c). De sportkoepel kijkt zowel naar de mogelijkheden binnen een tak van sport als naar de verbinding tussen takken van sport. Mensen beoefenen namelijk vaak meerdere takken van sport, deels tegelijkertijd, deels achtereenvolgens (Elling 2007).
De meest recente ontwikkeling is het *Olympisch Plan 2028* (NOC*NSF 2009b), waarin NOC*NSF en andere betrokken partijen de ambitie hebben dat minstens 75% van de bevolking in 2016 regelmatig aan sport doet. Het kabinet ondersteunt dit plan en trekt de ambitie breder, namelijk dat zo veel mogelijk mensen moeten meedoen in de samenleving, waaronder in de sport (VWS 2009).

Al met al is er veel aandacht voor de stimulering van sportdeelname in verschillende leeftijdsgroepen. Bekend is dat de sportdeelname in de bevolking als geheel in de afgelopen jaren is gestegen (Kamphuis en Van den Dool 2008). Komt dat door de stimulerende maatregelen, of spelen andere aspecten een rol, zoals algemene ontwikkelingen in de tijd of de jonge leeftijd waarop mensen in aanraking komen met sport, waardoor ze ook op latere leeftijd blijven sporten? In de beantwoording van deze vragen spelen levensfase (deelname op verschillende leeftijden), periode (ontwikkeling in de tijd) en generatie (de periode waarin je opgroeit) een belangrijke rol.
In dit hoofdstuk bespreken we levensfase (§ 3.2), periode (§ 3.3) en generatie (§ 3.4) eerst afzonderlijk. Vervolgens bekijken we levensfase, periode en generatie gezamenlijk om

Rapportage Sport 2010_4.indd 47 25-11-2010 13:01:04

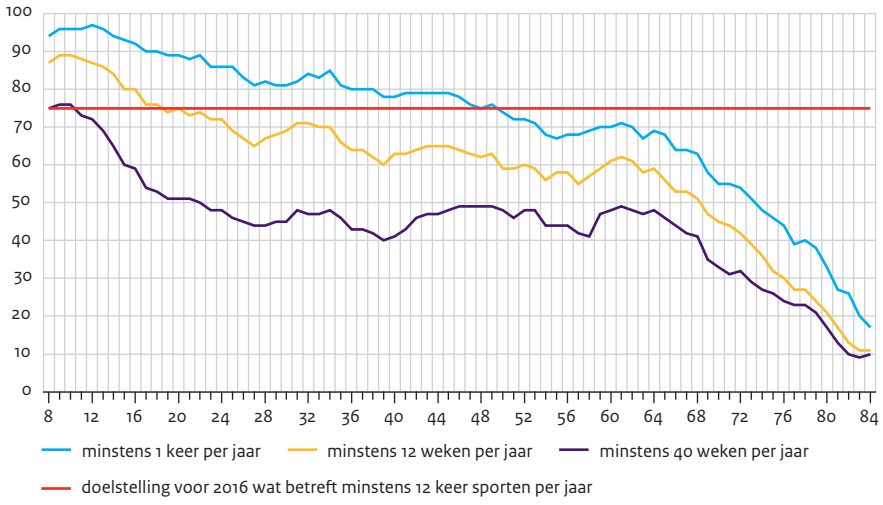
de relatieve bijdrage van ieder aspect op waarde te kunnen schatten (§ 3.5). In de slotparagraaf 3.6 gebruiken we deze analyse om een beeld te schetsen van de sportdeelname in de toekomst.

3.2 Sportdeelname in verschillende levensfases

De sportdeelname is niet voor alle leeftijden gelijk: meer jongeren doen aan sport dan ouderen. Dit verschil blijft bestaan wanneer we naar de frequenties van sporten kijken. In figuur 3.1 geven we de sportdeelname weer in drie frequenties: minstens één keer per jaar, minstens twaalf weken per jaar en minstens 40 weken per jaar (zie ook hoofdstuk 1).[2] In het vervolg van dit hoofdstuk gaan we voor de overzichtelijkheid meestal uit van deze laatste groep die we frequente sporters noemen. Het verloop is het meest geleidelijk bij de sportdeelname van minstens één keer per jaar en het minst bij de frequente sportdeelname.

Figuur 3.1

Sportdeelname in frequenties naar leeftijd, bevolking van 6 jaar en ouder, 2007 (in procenten, voortschrijdend gemiddelde over vijf leeftijden)



Bron: SCP (AVO'07a)

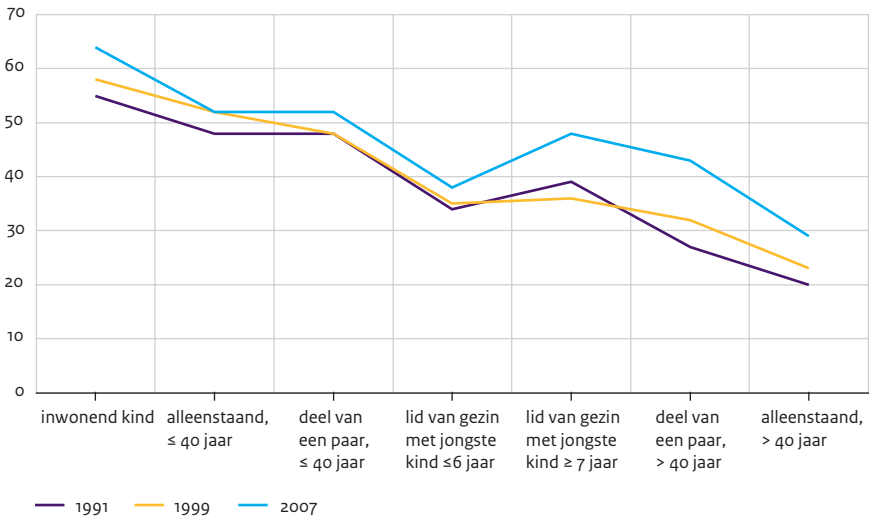
Bij de meeste kinderen begint de sportloopbaan met zwemles: 36% van de 6-7-jarigen zat in 2007 op zwemles, 55% had minstens één diploma (Herweijer et al. 2008). Als een of meerdere zwemdiploma's gehaald zijn, mogen kinderen een andere sport kiezen. Rond de leeftijd van 10 jaar is de sportdeelname het hoogst. Daarna loopt die duidelijk terug. Op 18-jarige leeftijd doet nog ruim de helft frequent aan sport. De puberteit – met haar veranderende interesses en vormen van vrijetijdsbesteding – wordt vaak

Rapportage Sport 2010_4.indd 48 25-11-2010 13:01:04

aangewezen als transitiefase; de sportdeelname neemt sterk af rond 15 jaar. Deze knik is in de meting van 2007 echter niet zichtbaar; de sportdeelname neemt al af vanaf 12 jaar en daalt in een continue lijn tot de leeftijd van 18 jaar.

In de leeftijdsgroep van 18 tot 65 jaar is de frequente sportdeelname redelijk constant: tussen de 44% en 50% doet regelmatig aan sport. Een fase waarin de sportdeelname wel lager ligt, is wanneer er jonge kinderen in het gezin aanwezig zijn (figuur 3.2). Dit is helemaal het geval bij eenoudergezinnen (zie tabel 3.1). De combinatie van werk en jonge kinderen laat weinig vrije tijd over (zie ook hoofdstuk 2). De sportdeelname van volwassenen uit gezinnen waarin het jongste kind 6 jaar of jonger is ligt duidelijk lager dan die van mensen zonder kinderen of met oudere kinderen. Er is geen verschil tussen mannen en vrouwen, al kiezen ze wel voor verschillende organisatievormen (zie hoofdstuk 10 en 11).
Opvallend is dat de sportdeelname van mensen van oudere leeftijd of met oudere kinderen weer terug gaat naar het niveau van die van alleenstaanden of paren jonger dan 40 jaar; dit was in eerdere metingen niet het geval.

Figuur 3.2
Frequente sportdeelname naar levensfase, bevolking van 6 jaar en ouder, 1991–2007 (in procenten)



Bron: SCP (AVO'91–'07a)

In 2007 daalt de frequente sportdeelname na 65 jaar (figuur 3.1), de transitie van werkend naar gepensioneerd. Hoewel mensen dan meer vrije tijd krijgen en veel ouderen tegenwoordig langer gezond zijn, sporten ze minder. Op een zekere leeftijd worden de fysieke mogelijkheden voor sport kleiner en verandert de motivatie om te sporten (zie ook tabel 3.3).[3]

Rapportage Sport 2010_4.indd 49 25-11-2010 13:01:04

Etniciteit, opleiding, werk en inkomen ook van belang

Behalve leeftijd houden ook andere achtergrondkenmerken verband met de deelname aan sport (tabel 3.1).

Tabel 3.1

Frequente sportdeelname naar achtergrondkenmerken, naar leeftijdsgroep, bevolking van 6 jaar en ouder, 2007 (in procenten)

	6-11 jaar	12-17 jaar	18-24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar	65 -74 jaar	75 jaar en ouder
man	78	65	54	48	42	50	44	38	17
vrouw	73	61	47	43	45	47	46	38	15
werk	–	66	51	48	46	50	49	42	–
huishouding	–	–	–	–	45	41	45	41	10
werkloos/ arbeidsongeschikt	–	–	–	38	24	44	29	–	–
pensioen/VUT	–	–	–	–	–	–	50	38	19
lo, lbo, mavo[a]	–	63	39	31	32	35	38	31	15
havo, vwo, mbo	–	48	56	43	46	54	46	47	14
hbo, wo	–	–	58	57	55	59	61	54	26
alleenstaande	–	–	52	52	51	41	35	26	13
volwassenen zonder kinderen	–	–	55	52	46	48	49	43	19
eenoudergezin met kinderen	65	54	38	18	30	40	41	–	–
tweeoudergezin met kinderen	75	66	54	38	44	51	44	–	–
laag huishoudinkomen	63	49	53	41	36	41	36	28	14
midden huishoudinkomen	80	64	43	46	47	45	41	47	21
hoog huis-houdinkomen	80	74	52	50	50	54	59	45	19
geen of lichte beperkingen	75	65	51	46	45	50	49	41	30
matige of ernstige beperkingen	–	–	–	–	28	36	23	26	5

a Exclusief scholieren en studenten.
– Niet van toepassing of aantal respondenten < 20.

Bron: SCP/CBS (AVO'07a)

Rapportage Sport 2010_4.indd 50 25-11-2010 13:01:04

Bij de jeugd tot en met 17 jaar zijn drie kenmerken van belang. De eerste is de etnische achtergrond: niet-westerse jongeren, vooral van Turkse herkomst, doen minder aan sport dan autochtone Nederlandse jongeren (tabel 3.2). Ten tweede speelt het huishoudinkomen een rol: jongeren uit rijkere gezinnen doen meer aan sport dan jongeren uit armere gezinnen (tabel 3.1, zie ook hoofdstuk 13). Hier hangt het derde kenmerk ook mee samen: kinderen uit eenoudergezinnen sporten minder dan kinderen uit een gezin met twee ouders.
Bij de 18-34-jarigen spelen opleidingsniveau en etniciteit een rol van betekenis. Mensen met een hogere opleiding en autochtone Nederlanders doen vaker aan sport. Ten slotte sporten alleen bij deze leeftijdsgroep mannen significant meer dan vrouwen.
Bij de 35-64-jarigen zijn het daarentegen de vrouwen die meer aan sport doen dan de mannen. Daarnaast relateren de dagelijkse bezigheden met de sportdeelname: mensen die werken of de huishouding doen sporten frequenter dan werklozen of arbeidsongeschikten (tabel 3.1, zie ook hoofdstuk 7). Ook hier zijn etniciteit, opleidingsniveau en huishoudinkomen een bepalende factor, waarbij het verband dezelfde richting heeft als bij de andere leeftijdsgroepen.
Tot slot hangt de sportdeelname van mensen van 65 jaar en ouder vooral samen met hun fysieke mogelijkheden: mensen met matige of ernstige beperkingen doen minder aan sport (tabel 3.1, zie ook hoofdstuk 8). Mensen met een partner doen meer aan sport dan alleenstaanden. Ook bij de 65-plussers heeft een lager huishoudinkomen een negatief verband met sportdeelname.

Tabel 3.2

Frequente sportdeelname[a] naar etniciteit, naar leeftijdsgroep, bevolking van 15 jaar en ouder, 2006 (in procenten)

	15-17 jaar	18-24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar	65 jaar en ouder[b]
Turken	58	46	38	30	31	26	13
Marokkanen	70	59	41	29	19	8	5
Surinamers	67	62	49	53	43	26	23
Antillianen	74	56	57	46	28	40	13
autochtonen	76	66	65	59	57	51	34

a Sport minstens één keer per week.
b Deze leeftijdsgroep was te klein om ook in een groep 75 jaar en ouder opgesplitst te worden.

Bron: SCP (SIM'06)

Motieven en beoefende takken van sport

Motieven om aan sport te doen verschillen per leeftijdsgroep (tabel 3.3). Alle leeftijdsgroepen noemen frequent het plezier in het sporten, het belang van een goede gezondheid en bewegen, het verbeteren van de conditie en de gezelligheid; de rangorde verschilt echter.
Scholieren tot en met 17 jaar beoefenen hun sport vooral vanwege het plezier (74-77%); het belang van een goede gezondheid komt op de tweede plaats (68%).

Rapportage Sport 2010_4.indd 51 25-11-2010 13:01:04

Gezondheid staat bij de volwassenen echter op de eerste plaats: 79% tot 86% noemt dit als belangrijkste motief, terwijl plezier op de tweede of derde plaats komt. Verbetering van de conditie wordt door de 18-34-jarigen als tweede motief benoemd, na gezondheid en beweging. Ook bij de 35-64-jarigen staat fitheid hoog in het vaandel, namelijk op de derde plaats. Bij de 75-plussers zijn gezelligheid en sociale contacten een belangrijk motief.

Tabel 3.3

Drie belangrijkste motieven voor sportdeelname, naar leeftijdsgroep, sporters[a] van 6 jaar en ouder, 2008 (in procenten)

	motief 1	motief 2	motief 3
6-11 jaar	plezier (74%)	gezondheid (68%)	uitlaatklep (48%)
12-17 jaar	plezier (77%)	gezondheid (68%)	gezelligheid (62%)
18-24 jaar	gezondheid (84%)	conditie (72%)	plezier (55%)
25-34 jaar	gezondheid (80%)	conditie (61%)	plezier (59%)
35-44 jaar	gezondheid (81%)	plezier (59%)	conditie (58%)
45-54 jaar	gezondheid (81%)	plezier (61%)	conditie (59%)
55-64 jaar	gezondheid (86%)	plezier (58%)	conditie (55%)
65-74 jaar	gezondheid (81%)	plezier (66%)	conditie (46%)
75 jaar en ouder	gezondheid (79%)	plezier (76%)	gezelligheid (66%)

a Minstens twaalf keer per jaar sporten.

Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor 2008)

De verschillende motieven vinden hun weerslag in de sporten die in verschillende leeftijdscategorieën beoefend worden. Zwemmen is een sport die door veel jongeren beoefend wordt (tabel 3.4). Veel kinderen beginnen dan ook hun sportloopbaan met zwemles. Hoewel het palet aan mogelijkheden groot is, komen de meeste jongens daarna nog steeds bij de voetbalvereniging terecht en gaan meisjes 'op gym'.
Bij de volwassenen komen fitness/aerobics en hardlopen meer in beeld. Ook gaan mensen van 35 jaar en ouder steeds meer aan fiets- en wandelsport doen. Deze behoren tot de meest beoefende sporten door 65-plussers.

Er is een verschil tussen sporten die bij veel sporters populair zijn en sporten die meer frequent beoefend worden (minstens 40 weken per jaar). Zwemmen is bijvoorbeeld een sport die veel mensen wel beoefenen, maar de meesten niet frequent. Zo doet 75% van de 6-11-jarige sporters aan zwemmen (tabel 3.4), maar slechts 31% doet dit minstens 40 weken per jaar (tabel 3.5).[4]

Bij de 12-24-jarigen staat voetbal op de eerste plaats van frequent beoefende sporten. De frequente sporters van 25-54 jaar beoefenen het vaakst fitness en aerobics. Het belang van gezondheid en beweging, maar ook van conditie, kracht en lenigheid is duidelijk in verband te brengen met deze sport. Die motieven passen ook bij zwemmen en hardlopen. 55-plussers zijn frequente beoefenaars van minder intensieve duursporten als wandelen, fietsen en zwemmen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 52 25-11-2010 13:01:04

Tabel 3.4

Top vijf van meest beoefende sporttakken naar leeftijd, frequente sporters van 6 jaar en ouder, 2007 (in procenten)

	1	2	3	4	5
6-11 jaar	zwemmen (75%)	veldvoetbal (39%)	gymnastiek/turnen (27%)	skeeleren/skaten (26%)	schaatsen (14%)
12-17 jaar	zwemmen (62%)	veldvoetbal (56%)	hardlopen (39%)	tafeltennis (28%)	badminton (27%)
18-24 jaar	zwemmen (54%)	fitness/aerobics (51%)	hardlopen (51%)	veldvoetbal (40%)	fietssport (27%)
25-34 jaar	fitness/aerobics (48%)	zwemmen (47%)	hardlopen (41%)	fietssport (27%)	veldvoetbal (18%)
35-44 jaar	zwemmen (44%)	fitness/aerobics (44%)	fietssport (34%)	hardlopen (34%)	wandelsport (24%)
45-54 jaar	fietssport (40%)	fitness/aerobics (40%)	zwemmen (36%)	wandelsport (35%)	hardlopen (29%)
55-64 jaar	wandelsport (48%)	fietssport (48%)	fitness/aerobics (32%)	zwemmen (28%)	tennis (14%)
65 jaar en ouder[a]	fietssport (46%)	wandelsport (38%)	zwemmen (33%)	fitness/aerobics (23%)	gymnastiek/turnen (22%)

a Deze leeftijdsgroep was te klein om ook in een groep 75 jaar en ouder opgesplitst te worden.

Bron: SCP/CBS (AVO'07a)

Tabel 3.5

Top vijf van sporttakken die minstens 40 weken per jaar worden beoefend naar leeftijd, frequente sporters van 6 jaar en ouder, 2007 (in procenten)

	1	2	3	4	5
6-11 jaar	zwemmen (31%)	veldvoetbal (23%)	gymnastiek/turnen (11%)	paardrijden (4%)	vecht-/verdedigingssport (4%)
12-17 jaar	veldvoetbal (38%)	zwemmen (14%)	gymnastiek/turnen (5%)	hardlopen (5%)	tennis (5%)
18-24 jaar	veldvoetbal (24%)	zwemmen (15%)	fitness/aerobics (15%)	hardlopen (11%)	fietssport (4%)
25-34 jaar	fitness/aerobics (19%)	zwemmen (12%)	hardlopen (11%)	veldvoetbal (9%)	fietssport (8%)
35-44 jaar	fitness/aerobics (22%)	zwemmen (19%)	hardlopen (16%)	fietssport (12%)	wandelsport (9%)
45-54 jaar	fitness/aerobics (19%)	zwemmen (16%)	toerfietsen/wielrennen (16%)	wandelsport (16%)	hardlopen (13%)
55-64 jaar	fietssport (21%)	wandelsport (20%)	zwemmen (17%)	fitness/aerobics (16%)	tennis (8%)
65 jaar en ouder[a]	fietssport (21%)	zwemmen (18%)	gymnastiek/turnen (14%)	wandelsport (12%)	fitness/aerobics (12%)

a Deze leeftijdsgroep was te klein om ook in een groep 75 jaar en ouder opgesplitst te worden.

Bron: SCP/CBS (AVO'07a)

Rapportage Sport 2010_4.indd 53 25-11-2010 13:01:04

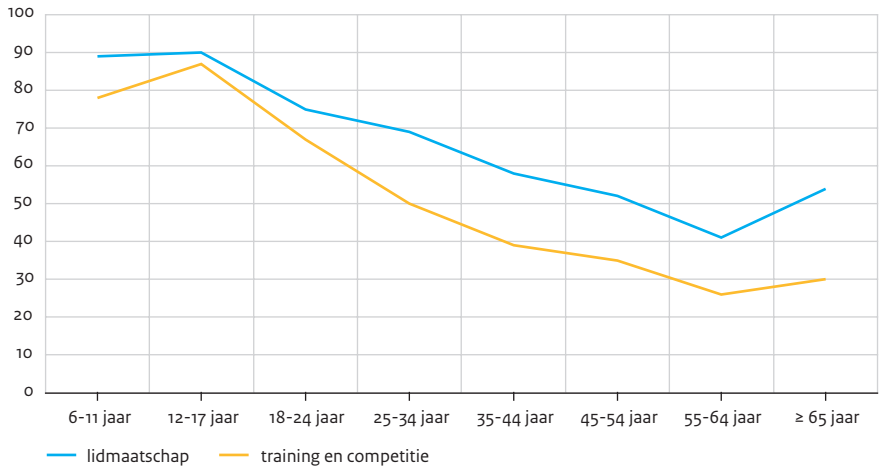
Verenigingslidmaatschap en deelname aan training en competitie

Niet alleen het sporten zelf, ook het verenigingslidmaatschap en de deelname aan training en competitie zijn populairder bij jongeren dan bij ouderen (figuur 3.3). Rond de 90% van de 6-17-jarige frequente sporters is lid van een sportvereniging. Voor het meedoen aan training of competitie ligt het percentage vooral lager voor de 6-11-jarigen (78). Bij de 12-17-jarigen doen bijna net zoveel jongeren mee met training of competitie als dat ze lid zijn van een sportvereniging. Met het oplopen van de leeftijd nemen zowel verenigingslidmaatschap als deelname aan training en competitie sterk terug. Opvallend is dat de frequent sportende 65-plussers in 2007 vaker lid zijn van een sportvereniging en meedoen aan training of competitie dan de 55-64-jarigen. Wellicht zoeken ze daar de gezelligheid en het plezier dat ze belangrijk vinden voor hun sportieve activiteiten? In voorgaande metingen steeg het percentage 65-plussers dat lid was of deelnam aan training of competitie al wel, maar was deze knik nog niet zichtbaar (niet in figuur). Wellicht hebben de extra activiteiten om ouderen meer aan het sporten te krijgen invloed (zie ook hoofdstuk 10)?

Het hebben van een gezin met jonge kinderen heeft geen verband met het verenigingslidmaatschap of de deelname aan training/competitie (niet in figuur). Na de drukke gezinsfase nemen deze ook niet meer toe, anders dan de sportdeelname. Een verklaring kan zijn dat mensen andere takken van sport gaan beoefenen en daardoor een andere sportaanbieder dan de sportvereniging kiezen (zie ook tabel 3.5).

Figuur 3.3

Verenigingslidmaatschap en deelname aan training en competitie naar leeftijd, frequente sporters, 2007 (in procenten)



Bron: SCP/CBS (AVO'07)

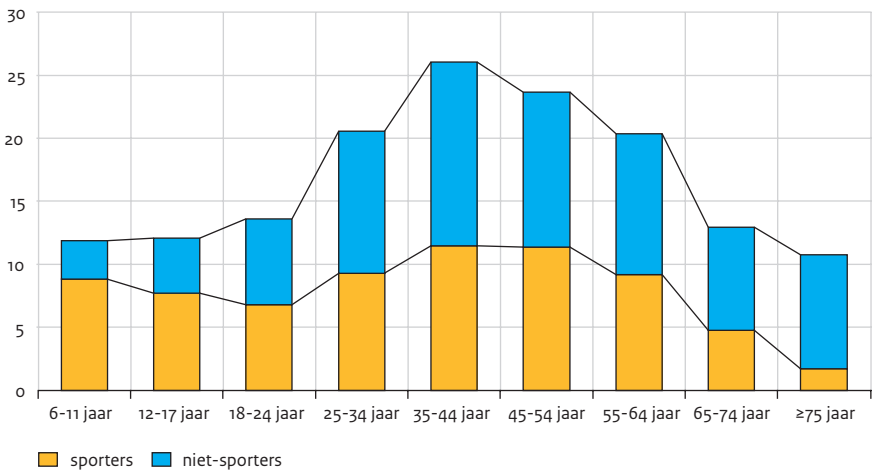
Rapportage Sport 2010_4.indd 54 25-11-2010 13:01:04

Absolute aantallen sporters en niet-sporters

De sportdeelname van verschillende leeftijdsgroepen is geprojecteerd op de absolute aantallen Nederlanders in die groepen (figuur 3.4). Twee punten vallen op. Ten eerste blijken jongeren, hoewel ze procentueel gezien het meest aan sport doen, in absolute zin niet de grootste groep sporters. Meer dan de helft van de sporters (68%) is namelijk tussen de 18 en 64 jaar. Deze sporters hebben andere wensen en motieven om aan sport te doen. In het aanbieden van sport en accommodaties moet hier terdege rekening mee gehouden worden (zie ook hoofdstuk 10 en 11).
Ten tweede zijn de volwassenen ook bij de niet-sporters in absolute zin de grootste groep. In 2007 is namelijk 70% van de niet frequent sportende Nederlanders tussen de 18 en 64 jaar. Dit komt overeen met 5,6 miljoen Nederlanders.

Figuur 3.4

Frequente sporters en niet-sporters[a] naar totale omvang naar leeftijdsgroep, bevolking van 6 jaar en ouder, 2007 (in absolute aantallen (x 100.000))



a Niet-sporters zijn mensen die niet minstens 40 weken per jaar aan sport doen.

Bron: SCP/CBS (AVO'07a), bewerking op basis van CBS-bevolkingscijfers over 2007

Niet-sporters: achtergrondkenmerken en motieven

Ondanks de wens van de overheid en sportorganisaties om zo veel mogelijk mensen te laten sporten, zijn er nog velen die dat niet willen of kunnen. Dat heeft niet alleen met leeftijd te maken, maar ook met andere achtergrondkenmerken.
Jongeren die niet frequent sporten hebben vaker een niet-westerse etnische achtergrond, groeien vaker op in een gezin met één ouder en met lager opgeleide ouders, en hebben vaker overgewicht (Elling 2010). Daarnaast spelen ook motieven een rol (tabel 3.6). De meest genoemde reden van jongeren om niet te sporten is dat ze al voldoende lichaamsbeweging hebben (31% van de 6-11-jarigen en 38% van de 12-17-jarigen). Dit is

Rapportage Sport 2010_4.indd 55 25-11-2010 13:01:04

echter in schril contrast met cijfers over het beweeggedrag: 55% van de 6-11-jarigen en slechts 43% van de 12-17-jarigen voldoet aan de combinorm (tabel 3.7, zie ook hoofdstuk 6). Het is daarmee overigens niet gezegd dat mensen die niet sporten per definitie onvoldoende bewegen (Elling 2010). Een tweede reden die jongeren noemen is dat ze sport te duur vinden (28% van de 6-11-jarigen en 23% van de 12-17-jarigen). Uit ander onderzoek blijkt dat deze reden vaker gegeven wordt door ouders uit arme gezinnen (Roest et al. 2010, zie ook hoofdstuk 13). We weten alleen niet of ze misschien voorrang geven aan andere uitgaven dan sport. Een derde reden voor jongeren om niet te sporten is dat ze belangstelling hebben voor andere bezigheden (20% resp. 29%). Het is een bekend fenomeen dat met name jongeren in de puberteit andere interesses gaan ontwikkelen en een breder vrijetijdspatroon krijgen.

Volwassenen die niet sporten, hebben vaker een niet-westerse etnische achtergrond, overgewicht en een lage opleiding. Daarnaast speelt werkloosheid een rol (Elling 2010). Volwassenen noemen tijdgebrek het vaakst als reden om niet aan sport te doen. Werk en gezin kunnen zo veel tijd vergen dat sport geen prioriteit meer krijgt (tabel 3.6).

Tabel 3.6

Belangrijkste motieven van niet-sporters[a] om niet aan sport te doen, mensen die minder dan 12 keer per jaar sporten, 2008 (in procenten)

	motief 1	motief 2	motief 3
6-11 jaar	voldoende lichaamsbeweging (31%)	te duur (28%)	voorkeur voor andere vrijetijdsbezigheden (20%)
12-17 jaar	voldoende lichaamsbeweging (38%)	voorkeur voor andere vrijetijdsbezigheden (29%)	te duur (23%)
18-24 jaar	geen tijd voor vanwege werk/gezin (39%)	geen gewoonte (29%)	te duur (24%)
25-34 jaar	geen tijd voor vanwege werk/gezin (43%)	geen gewoonte (28%)	te duur (23%)
35-44 jaar	geen tijd voor vanwege werk/gezin (34%)	geen gewoonte (23%)	gezondheid (23%)
45-54 jaar	gezondheid (34%)	geen tijd voor vanwege werk/gezin (28%)	voorkeur voor andere vrijetijdsbezigheden (23%)
55-64 jaar	gezondheid (39%)	voldoende lichaamsbeweging (22%)	voorkeur voor andere vrijetijdsbezigheden (18%)
65-74 jaar	te oud (37%)	voldoende lichaamsbeweging (35%)	gezondheid (33%)
75 jaar en ouder	te oud (75%)	gezondheid (30%)	voldoende lichaamsbeweging (18%)

a Vragenlijst voor 6-14-jarigen is door de ouders ingevuld.

Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor 2008)

Rapportage Sport 2010_4.indd 56 25-11-2010 13:01:04

Een tweede reden die niet-sporters tussen de 18 en 44 jaar relatief vaak noemen is dat sport geen gewoonte is. Hoewel zij opgroeiden in een tijd waarin sportdeelname steeds gangbaarder is geworden, hebben zij de sportbeoefening uit hun jeugd niet doorgezet of zijn ze in hun jeugd niet in aanraking gekomen met sport (vgl. Breedveld 2006, Bourdieu 1988). Ook geven de 18-34-jarigen nog relatief vaak aan dat ze sport te duur vinden. Vanaf 45 jaar begint gezondheid een factor van betekenis te worden voor het niet-sporten. De 45-64-jarigen noemen een slechte gezondheid als belangrijkste reden. Ook vinden ze dat ze voldoende lichaamsbeweging krijgen zonder aan sport te doen (vgl. tabel 3.7) of doen ze liever iets anders in hun vrije tijd. Bij 65-plussers is de leeftijd de reden om niet te sporten: ze vinden zichzelf te oud of ongezond.

Bewegen

Sport is uiteraard niet de enige vorm van bewegen. Slechts 5-10% van alle fysieke activiteiten bestaat uit sport (Ooijendijk et al. 2008). Andere beweegactiviteiten zijn werken of naar school gaan, woon-werkverkeer, huishouding, klussen of tuinieren. Of mensen voldoende bewegen wordt afgemeten aan diverse beweegnormen (bijlage A). Het overheidsbeleid hanteert de combinorm (VWS 2005). Sinds 2000 is het percentage van de bevolking dat aan deze norm voldoet, gestegen van 52 naar 68 in 2009 (Chorus en Hildebrandt 2010). 55% van de jongeren tussen 6 en 11 jaar voldoet aan de combinorm, bij de 12-17-jarigen is dit 43%. Het percentage volwassenen dat aan de combinorm voldoet ligt veel hoger dan bij de jongeren. Dit komt voornamelijk door de strengere norm voor jongeren, die alle dagen van de week minstens een uur moeten bewegen, voor volwassenen is een half uur gedurende vijf dagen per week voldoende.

Tabel 3.7

Voldoen aan beweegnormen[a] naar leeftijd, bevolking van 6 jaar en ouder, 2008/2009 (in procenten)

	voldoet aan beweegnorm[b]	voldoet aan fitnorm	voldoet aan combinorm
6-11 jaar	27	39	55
12-17 jaar	20	32	43
18-24 jaar	59	46	74
25-34 jaar	63	24	70
35-44 jaar	63	22	69
45-54 jaar	67	22	73
55-64 jaar	59	20	67
65-74 jaar	58	13	64
75 jaar en ouder	44	5	49

a Voor de beweegnormen zie bijlage A.
b Voor jongeren tot en met 17 jaar wordt uitgegaan van minimaal 60 minuten per dag, bij 18 jaar en ouder is dit minimaal 30 minuten per dag.

Bron: TNO (OBiN'08/'09)

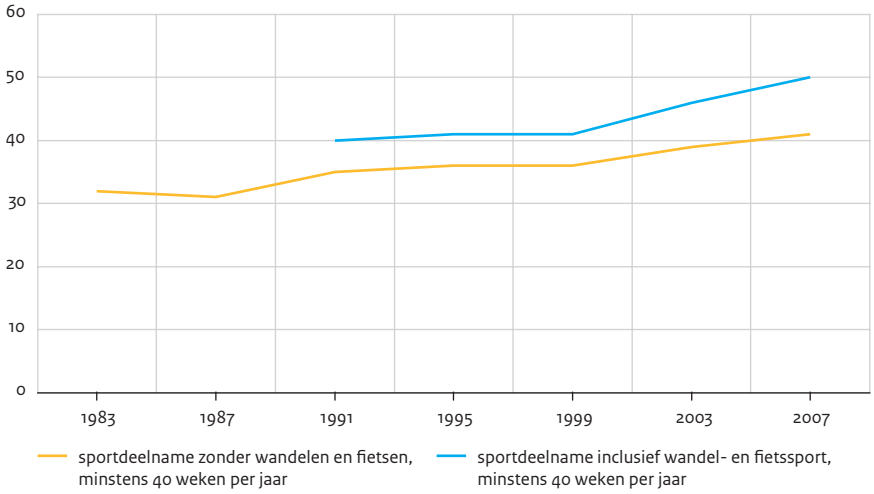
Rapportage Sport 2010_4.indd 57 25-11-2010 13:01:04

3.3 Sportdeelname in de loop der jaren

De sportdeelname verschilt niet alleen tussen leeftijdsgroepen, maar is ook in de loop der jaren toegenomen. In 1983 deed 32% van de bevolking frequent aan sport (exclusief wandelen en fietsen), in 2007 is dit toegenomen tot 41%.[5] Als we de wandel- en fietssport wel meenemen, dan doet in 2007 de helft van de bevolking (50%) frequent aan sport (zie figuur 3.5).

Figuur 3.5

Frequente sportdeelname, bevolking van 6 jaar en ouder, 1983-2007 (in procenten)[6]



Bron: SCP (AVO'83-'07a)

Deze groei in sportdeelname is te duiden aan de hand van een aantal ontwikkelingen. Ten eerste wordt vanuit het beleid meer – en op andere wijze – belang gehecht aan sportdeelname. Dit kwam aanvankelijk tot uiting in de voorwaardenscheppende sfeer, zoals de bouw van sportaccommodaties, en vanaf de jaren zeventig werd de sportieve recreatie een speerpunt (De Heer 2000). In het huidige beleid wordt sport vaker als middel gezien – om overgewicht te verminderen of sociale cohesie te bevorderen – dan als doel op zich (VWS 2005, VWS 2007b).

Ten tweede is de vraag naar het type sportaanbod veranderd. Steeds meer mensen doen aan sport, maar de wens tot wedijveren is afgenomen (vgl. Crum 1991). Dit blijkt bijvoorbeeld uit het ontstaan van tal van nieuwe sporten waarin andere motieven leidend zijn, zoals verbetering van de fitheid en lenigheid (zoals fitness) of deel willen uitmaken van een lifestyle (zoals skaten of surfen, Wheaton 2005). Onder andere door deze verbreding in beschikbare sporten lijkt sport voor meer mensen aantrekkelijk geworden.

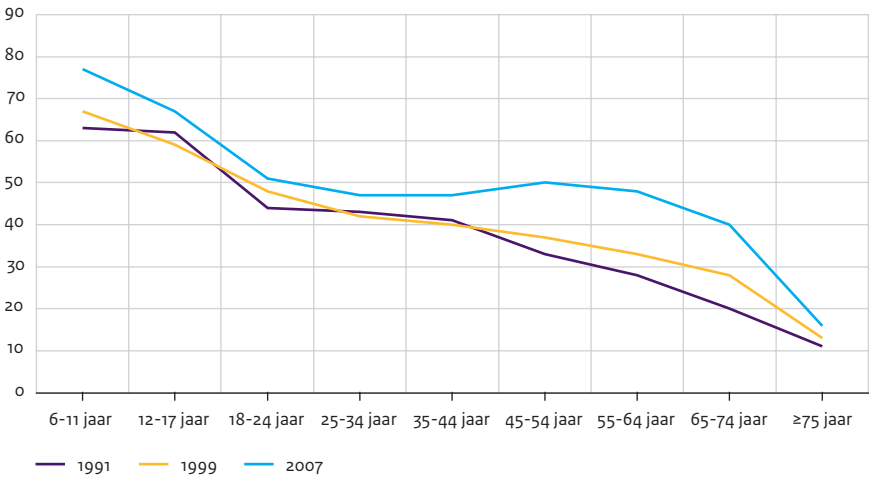
Ten derde is sport voor meer groepen een vorm van normatief gedrag geworden: 'Je zou best wat aan sport kunnen gaan doen' (Vanreusel en Renson 1984, p. 251). Mannen en

Rapportage Sport 2010_4.indd 58 25-11-2010 13:01:04

vrouwen doen anno 2010 evenveel aan sport. Leeftijd is minder een factor van betekenis, al sporten jongeren nog steeds meer dan ouderen. Ook een handicap hoeft geen belemmering meer te zijn, al blijkt dit in de praktijk nog wel het geval (Van Lindert et al. 2008).

Niet alle leeftijdsgroepen zijn in de loop der jaren meer aan sport gaan doen. Er zijn een paar opvallende punten. Ten eerste zijn sinds 1991 de 6-11-jarigen duidelijk meer gaan sporten, terwijl de sportdeelname van de 12-17-jarigen vrij constant is gebleven (figuur 3.6, voor cijfers zie bijlagetabel B3.1). De knik in sportdeelname in de puberteit, vroeger vaak toegeschreven aan veranderende interesses, is hierdoor niet meer zichtbaar.
Ten tweede valt op dat in 2007 vanaf 18 jaar de sportdeelname constant blijft totdat men 65 jaar is geworden (zie ook figuur 3.1). In voorgaande jaren was dit niet het geval. Toen begon tussen de 35 en 40 jaar de sportdeelname duidelijk af te nemen. In 2007 daalt de sportdeelname pas nadat men ouder is dan 64 jaar; de transitie van werkend naar gepensioneerd. Dat deze transitie in eerdere jaren niet zichtbaar was, komt doordat de sportdeelname van Nederlanders jonger dan 64 jaar zo sterk is toegenomen. Wellicht zien meer mensen tegenwoordig het belang van sporten en bewegen voor de gezondheid. Daarnaast zijn ouderen ook langer gezond, waardoor zij blijven sporten (Van Lindert 2009).

Figuur 3.6
Frequente sportdeelname naar leeftijd, bevolking van 6 jaar en ouder, 1991-2007 (in procenten)



Bron: SCP (AVO'91-'07a)

3.4 Sportdeelname naar generatie

In de sportdeelname zijn generaties te onderscheiden. Een generatie is een groep mensen van ongeveer dezelfde leeftijd met een gemeenschappelijke ervaring van het tijdperk waarin ze werden gevormd, zoals kenmerkende historische, sociale of economische

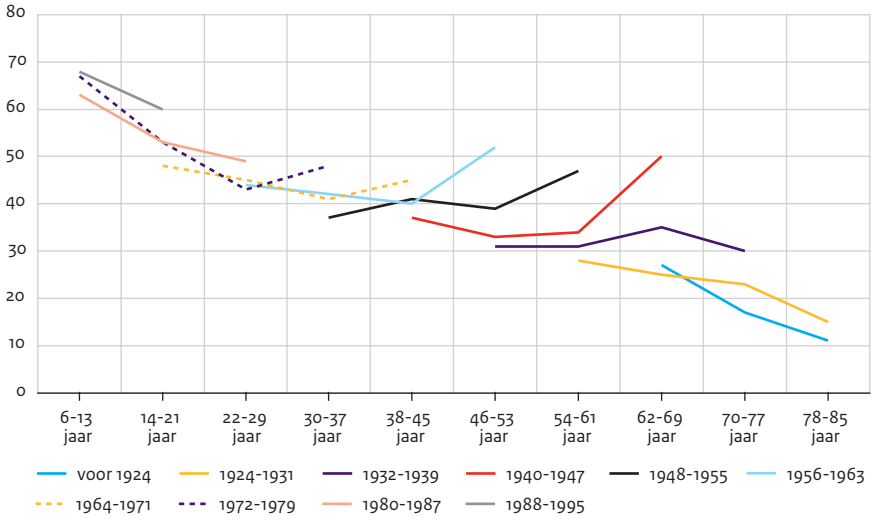
Rapportage Sport 2010_4.indd 59 25-11-2010 13:01:04

omstandigheden. Door deze kenmerken blijven generatiegenoten zich in hun denken en handelen onderscheiden van mensen uit eerdere of latere generaties. Zo zijn verschillende generaties wel of niet met sport opgegroeid. Mensen die in hun jeugd of als jongvolwassene aan sport deden, hebben een grotere kans om later sportief actief te blijven dan mensen die niet op jonge leeftijd hebben gesport (Breedveld 2006). De huidige ouderen, geboren tijdens of na de Tweede Wereldoorlog, doen al veel vaker aan sport dan de generaties daarvoor (zie figuur 3.4). Ook is er sprake van overdracht tussen generaties. Het sportief gedrag van de ouders hangt sterk samen met het sportief kapitaal van kinderen (Bourdieu 1988, Scheerder 2004, Breedveld 2006).

Verschillen in sportdeelname tussen generaties kunnen we zichtbaar maken door geboortecohorten, dat wil zeggen groepen mensen die in eenzelfde periode zijn geboren (figuur 3.7, voor cijfers zie bijlagetabel B3.2). De sportdeelname van elf geboortecohorten is weergegeven. Het eerste cohort bestaat uit mensen die geboren zijn vóór 1924, de leden van het laatste cohort zijn geboren tussen 1988 en 1995. Deze cohorten kunnen gevolgd worden in de tijd door de verschillende metingen in het AVO. Daardoor kan ook gevolgd worden wat er gebeurt met de sportdeelname als leden uit een cohort ouder worden en maatschappelijke omstandigheden veranderen. De lijnen in de figuur geven voor de onderscheiden cohorten voor verschillende leeftijden (op de x-as) en perioden weer hoeveel procent frequent sport beoefende.

Figuur 3.7

Frequente sportdeelname, bevolking van 6 jaar en ouder, naar leeftijd en cohort, 1991-2007 (in procenten)



Bron: SCP (AVO'91-'07a)

Rapportage Sport 2010_4.indd 60 25-11-2010 13:01:04

Zoals eerder bleek is de frequente sportdeelname het hoogst op jonge leeftijd. Daarna daalt de deelname in de verschillende cohorten totdat men tussen de 22 en 29 jaar oud is. Vanaf de leeftijdsgroep 30-37 jaar, stijgt de sportdeelname in de laatste meting. Dit is zichtbaar in de opwaarts lopende lijnen vanaf het cohort 1972-1979 tot het cohort 1940-1947. Is men tussen de 62 en 69 jaar geweest, dan lijkt vooralsnog de sportdeelname echt af te nemen, gezien de neergaande lijn. De cohorten die deze leeftijd hebben gepasseerd, zijn geboren vóór 1939. Hun fysieke toestand zal waarschijnlijk een reden zijn om niet meer actief aan sport deel te nemen (Van Lindert 2009, zie ook tabel 3.3). In het laatste meetjaar waren zij immers al 70 jaar of ouder. Een andere verklaring kan zijn dat ze nog niet met een sportcultuur zijn opgegroeid (Middelkoop 2004, Bourdieu 1988).

De stijgende sportdeelname in opeenvolgende cohorten geeft aan dat steeds meer mensen op alle leeftijden blijven sporten of aan sport gaan doen. Vooral de mensen die nu tussen de 46 en 69 jaar zijn, onderscheiden zich in positieve zin van voorgaande cohorten. Voor het sporten lijkt het gezegde 'jong geleerd is oud gedaan' van toepassing. Deze positieve ontwikkeling kan in de toekomst leiden tot een groter aandeel van de bevolking dat aan sport doet, doordat de oudste cohorten overlijden en nieuwe cohorten ontstaan. Dit is al zichtbaar in de toegenomen sportdeelname op jonge leeftijd.

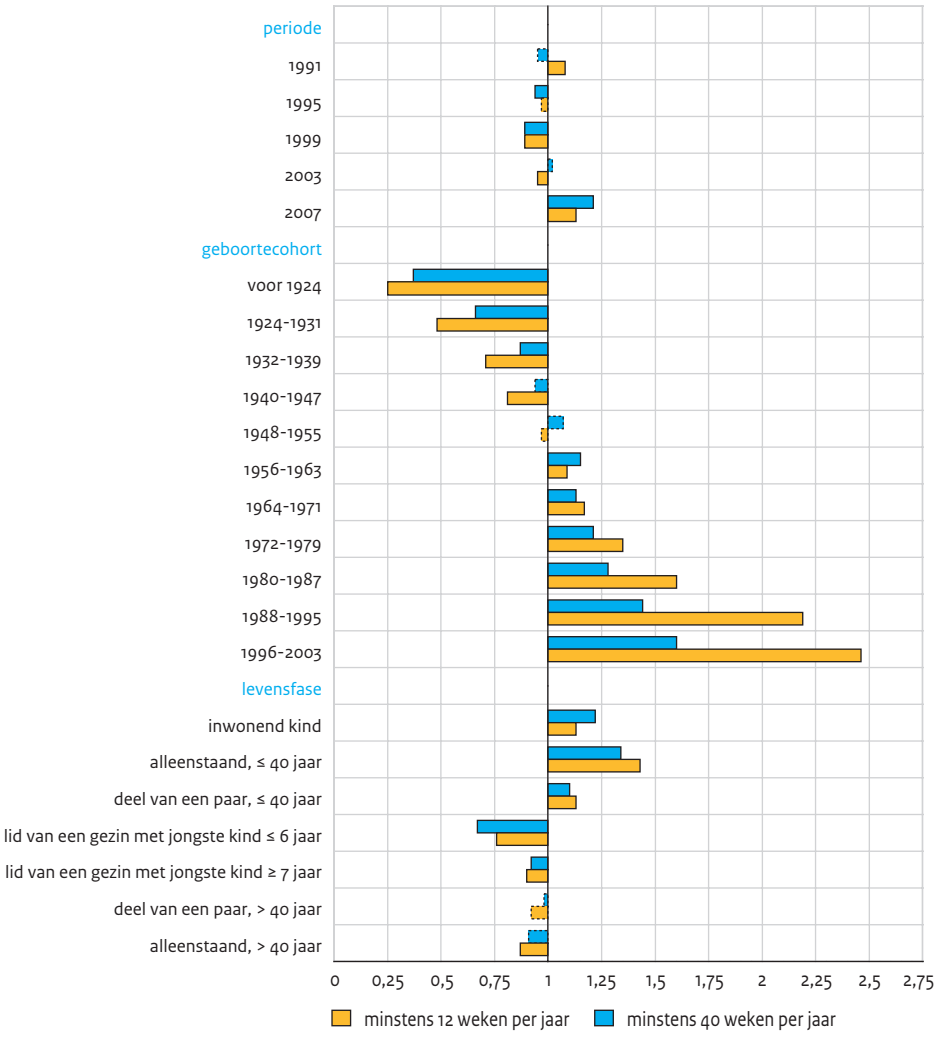
3.5 Periode, leeftijd of generatie: wat bepaalt de toegenomen sportdeelname meer?

Het lijkt er dus op dat zowel leeftijd of levensfase,[7] periode als generatie verband houden met de frequente sportdeelname. De vraag die nu nog staat, is welk aspect de meeste invloed heeft op de toegenomen sportdeelname. Door periode, generatie en levensfase gezamenlijk te bekijken kunnen we een beeld schetsen van de sportdeelname in de toekomst en een handreiking bieden voor beleid. De relatieve bijdragen van periode, generatie en levensfase zijn via een causaal verklaringsmodel berekend. Gecontroleerd is voor geslacht, opleidingsniveau en inkomen,[8] zodat rekening is gehouden met de veranderde samenstelling van de bevolking in de afgelopen decennia.[9]
Mensen geboren na 1956 zijn vaker frequente sporters dan de generaties daarvoor (figuur 3.8). De cohorten geboren vanaf 1980 laten een grotere kans op sporten zien, waarbij vooral de laatste twee cohorten opvallen. Hierbij moeten we de kanttekening plaatsen dat bij deze cohorten nog maar een of twee metingen gedaan zijn en dat de analyse nog niet kan laten zien of deze sportdeelname op latere leeftijd zo hoog blijft (zie figuur 3.7). Mensen die geboren zijn vóór 1939 ten slotte, doen minder dan gemiddeld aan sport. Dit is in overeenstemming met de daling in sportdeelname met het oplopen van de leeftijd (vgl. figuur 3.6).
Inwonende kinderen, alleenstaanden en leden van paren van 40 jaar of jonger doen meer dan gemiddeld aan sport, terwijl mensen uit een gezin met kinderen en alleenstaanden ouder dan 40 jaar minder dan gemiddeld sporten. Vooral de kleinere kans op sportdeelname door mensen met een gezin met (kleine) kinderen vormt een aandachtspunt (vgl. Van den Dool et al. 2008). Het drukke gezin waar werk en zorg gecombineerd moeten worden laat minder gelegenheid over voor sporten. Opvallend is echter dat

Rapportage Sport 2010_4.indd 61 25-11-2010 13:01:04

Figuur 3.8

Sportdeelname (minstens 12 weken per jaar en minstens 40 weken per jaar) naar periode, cohort en levensfase, bevolking van 6 jaar en ouder, 1991-2007 (in odds ratio's)[a,b]



a Gecorrigeerd voor geslacht, opleidingsniveau en inkomen. Zie bijlagetabel B3.3 voor de bijbehorende cijfers.
b Balken met onderbroken strepen zijn niet significant bij $p < .01$.

Bron: SCP (AVO'91-'07a)

Rapportage Sport 2010_4.indd 62 25-11-2010 13:01:04

mensen uit een gezin waarvan het jongste kind 7 jaar of ouder is ook minder dan gemiddeld aan sport doen (vgl. figuur 3.2). Blijkbaar heeft de groei in 2007 van de sportdeelname in deze groep nog geen effect wanneer alle periodes, cohorten en levensfases meegenomen worden.
Periode, tot slot, vertoont een wisselende invloed. Het jaar 2007 heeft na een aantal benedengemiddelde jaren een positief significant effect.

3.6 Conclusies en blik op de toekomst: Nederland sportland?

Conclusies

Leeftijd is en blijft een belangrijke factor in de sportdeelname: kinderen in de basisschoolleeftijd doen het meest aan sport, in de puberteit neemt dit sterk af, op volwassen leeftijd tot ongeveer 65 jaar blijft de sportdeelname in minstens 40 weken per jaar constant, waarna deze verder afneemt. Rond de leeftijd van 70 jaar nemen de wil en de fysieke mogelijkheid om aan sport te doen af. Hoewel mensen langer leven en vitaal zijn, is deze grens van 70 jaar in de afgelopen jaren niet veranderd.
De sportdeelname van inwonende kinderen, alleenstaanden en paren tot 40 jaar is het hoogst; bij volwassenen van boven de 40 jaar het laagst. Een levensfase waarin de sportdeelname ook lager is, is die waarin een gezin jonge kinderen heeft: de beperkte vrije tijd laat minder ruimte over voor sportdeelname.
De verschillen in sportdeelname tussen leeftijdsgroepen worden in de loop der tijd echter wel steeds kleiner. Een blik op de sportdeelname van verschillende cohorten laat zien dat mensen die tussen 1940 en 1963 geboren zijn de laatste jaren veel meer aan sport doen dan eerdere cohorten. Doordat deze groep ook in absolute zin een groot deel van de Nederlandse samenleving vormt, is het belangrijk zowel vanuit het oogpunt van sportaanbod (zie hoofdstuk 10) als van beschikbare accommodaties (zie hoofdstuk 12) hier oog voor te hebben. Door de leeftijdsopbouw van de Nederlandse samenleving zijn ook de meeste niet-sporters tussen de 25 en 64 jaar. Zij doen niet aan sport omdat ze er geen tijd voor kunnen vinden, de gezondheid het niet (meer) toelaat, het geen gewoonte is of omdat ze een voorkeur hebben voor andere bezigheden. Een derde van deze leeftijdsgroep krijgt ook niet voldoende beweging uit andere activiteiten.
Uit de causale analyse, waarin periode, cohort en levensfase gezamenlijk bekeken worden, blijkt dat vooral verschillen tussen cohorten een belangrijke verklarende factor zijn voor frequente sportdeelname: latere cohorten doen veel meer aan sport dan eerdere cohorten.

Blik op de toekomst: sportdeelname in 2016 en 2028

Op basis van de analyse waarin het effect van levensfase, periode en cohort gezamenlijk bekeken is, is het mogelijk een doorkijkje naar de toekomst te maken. Dit is niet nieuw; ook in het verleden zijn er bespiegelingen gedaan over toekomstige sportdeelname (Beckers en Serail 1991, Van den Heuvel en Van der Poel 1999, Breedveld 2003). Doordat mensen verhoudingsgewijs steeds meer tijd aan sport besteden dan aan andere vormen van vrijetijdsbesteding en doordat ouderen steeds meer deelnamen aan sport, zou de sportdeelname kunnen stijgen (Van den Heuvel en Van der Poel 1999). De positieve

Rapportage Sport 2010_4.indd 63 25-11-2010 13:01:04

prognose was dat in 2020 70% van de bevolking ten minste één keer per jaar aan sport zou doen (Breedveld 2003: 331). Dit percentage is echter al in 2007 behaald (Kamphuis en Van den Dool 2008).
De analyse laat zien dat recente cohorten veel meer aan sport doen dan eerdere cohorten. De invloeden van ontwikkelingen in de tijd (het periode-effect) en naar gezinssituatie zijn daarbij geneutraliseerd. Met het overlijden van de eerdere cohorten en de komst van nieuwe cohorten (de zogenaamde cohortvervanging), mag verwacht worden dat de sportdeelname in de toekomst verder zal groeien.

Een andere manier om naar de sportdeelname in de toekomst te kijken is de huidige sportdeelnamecijfers in verband te brengen met veranderingen in de bevolking in leeftijdssamenstelling, gemiddeld opleidingsniveau en huishoudenssamenstelling.[10] We gaan daarbij uit van de sportdeelname in de verschillende leeftijdsgroepen in 2007. Het feit dat de samenleving vergrijst zou tot de verwachting leiden dat de sportdeelname afneemt. Dit blijkt echter niet het geval. De sportdeelname in de bevolking blijft nagenoeg gelijk (tabel 3.8). Het effect van een verwachte toename in het gemiddelde opleidingsniveau en meer eenpersoonshuishoudens met vooral jonge mensen houdt de sportdeelname constant.[11] Doordat de bevolking als totaal nog groeit, stijgt het absolute aantal frequente sporters wel: van 7,15 miljoen in 2007 naar 7,60 miljoen in 2028.

Tabel 3.8

Huidige en verwachte sportdeelname[a], in 2007, 2016, 2021 en 2028, bevolking van 6 jaar en ouder (in procenten)

	2007	2016	2021	2028
minstens 12 weken per jaar	65	65	65	64
minstens 40 weken per jaar	50	50	50	50

a Gecontroleerd voor veranderingen in leeftijd, huishoudensamenstelling en opleidingsniveau.

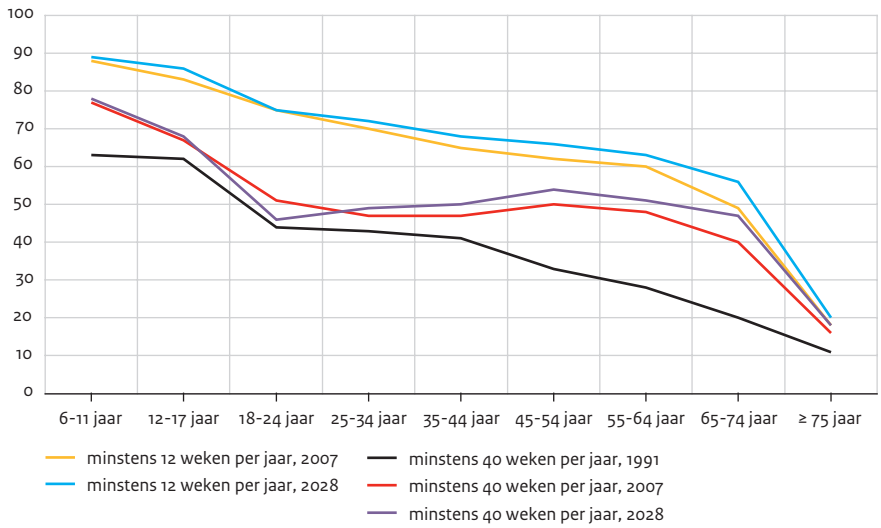
Bron: SCP/CBS (AVO'07a)

Uitgesplitst naar leeftijd leidt dat tot het volgende beeld (figuur 3.9). De groei in sportdeelname is vooral te verwachten in de leeftijdsgroepen tussen 35 en 74 jaar. Vooral de groei bij de 65-74-jarigen is opvallend. Bij jongeren is geen groei in de sportdeelname te verwachten. Bij de 18-24-jarigen is de verwacht frequente sportdeelname zelfs lager. Duidelijk is dat de doelstelling van het Olympisch Plan 2028 niet gehaald gaat worden als de sportdeelname in de leeftijdsgroepen constant blijft ten opzichte van 2007.
Hiermee worden autonome ontwikkelingen op het gebied van sport – zoals de waarde die gehecht wordt aan gezondheid en fit zijn, de komst van nieuwe sporten, maar ook economische ontwikkelingen – echter tekort gedaan. De groei in sportdeelname tussen 1991 en 2007 kan ook zeker niet door alleen demografische kenmerken verklaard worden. Het is ook op voorhand niet gemakkelijk – beter gezegd: ronduit hachelijk – om te voorspellen hoe dit soort autonome aspecten zich ontwikkelt.

Rapportage Sport 2010_4.indd 64 25-11-2010 13:01:04

Figuur 3.9

Huidige sportdeelname en een prognose voor 2028[a], bevolking van 6 jaar en ouder, 1991 en 2007 (in procenten)



a Berekend op basis van de sportdeelname in 2007, gecontroleerd voor veranderingen in huishoudensamenstelling en opleidingsniveau. Zie bijlagetabel B3.4 voor de bijbehorende cijfers.

Bron: SCP (AVO'91-'07a)

Kansen voor Nederland Sportland

We zien in de resultaten drie aangrijpingspunten voor het sportstimuleringsbeleid (vgl. Van den Dool et al. 2008).

- De jeugd vanaf 12 jaar haakt af. Wanneer het lukt jongeren langer bij sport betrokken te houden, kan de totale sportdeelname stijgen (zie verder hoofdstuk 6).
- De sportdeelname van ouders met (jonge) kinderen kan toenemen door rekening te houden met hun tijdgebrek, zoals sport aanbieden op plaats en tijdstip dat de kinderen ook sporten of sport op het werk organiseren (zie ook hoofdstuk 7).
- De leeftijd waarop mensen afhaken, is de laatste jaren opgeschoven: veel meer 65-74-jarigen doen tegenwoordig aan sport. Als deze leeftijdsgroep langer actief blijft, leidt dat tot meer sporters. Opvallend is dat frequente sporters in deze leeftijdsgroep vaker lid zijn van een sportvereniging of deelnemen aan training of competitie dan de 55-64-jarige frequente sporters. 70 jaar lijkt echter voor veel mensen de grens waarop ze niet meer aan sport willen of kunnen doen. Daarna zijn er echter nog wel allerlei mogelijkheden op het gebied van bewegingsstimulering (zie ook hoofdstuk 8).

Rapportage Sport 2010_4.indd 65 25-11-2010 13:01:05

Noten

1 Met dank aan Jedid-Jah Jonker en Michiel Ras voor de statistische ondersteuning.

2 In voorgaande Rapportages sport zijn sportdeelnamecijfers gepresenteerd op basis van het toonblad van het Aanvullend Voorzieningengebruik Onderzoek (AVO): iedereen die hier een sport had aangekruist werd als sporter gezien. In dit hoofdstuk zijn gegevens uit de vervolgvragen van het AVO samengevoegd om uitspraken over frequentere sportbeoefening te doen. In de vervolgvragen wordt voor maximaal zeven sporten gevraagd hoeveel weken per jaar men die heeft beoefend. Hiervan is het totaal berekend en zijn verschillende grenzen vastgesteld, namelijk minimaal 12 of 40 weken per jaar. Het hoeft daarmee niet zo te zijn dat deze weken gelijkmatig over het jaar verdeeld zijn. 2007 kende op deze doorvraag naar verhouding veel *missings* (16%), vooral bij de ouderen. Door controle met de algemene vraag naar de sportfrequentie en een aanname dat ouderen met een matige of ernstige fysieke beperking niet frequent aan sport doen, is het percentage *missings* voor een belangrijk deel teruggedrongen (naar 8%).

3 In het AVO wordt niet naar deelname aan denk- en miksporten (zoals schaken en jeu de boules). Mogelijk kan toevoeging een hoger deelnamepercentage van met name ouderen geven.

4 De hier genoemde sporten wijken af van de sporten zoals genoemd in hoofdstuk 6. We spreken hier over alle sporten en in hoofdstuk 6 alleen over verenigingssporten. Daarnaast worden in dit hoofdstuk alle jongeren tussen 6 en17 jaar meegenomen, terwijl in hoofdstuk 6 cijfers van leerlingen uit groep 7 en 8 van het basisonderwijs en klas 1 en 3 van het voortgezet onderwijs zijn weergegeven.

5 In de AVO-metingen van 1983 en 1987 is gevraagd naar wandelen en fietsen/wielrennen. Vanaf 1991 is gevraagd naar wandelsport en toerfietsen/wielrennen. Dit blijkt grote invloed te hebben op de sportdeelname. Daarom worden ze hier afzonderlijk gepresenteerd.

6 In de AVO-metingen van 1979, 1983 en 1987 is gevraagd naar wandelen en fietsen/wielrennen. In de meetjaren vanaf 1991 is gevraagd naar wandelsport en toerfietsen/wielrennen. Hierdoor zijn de meetjaren niet goed met elkaar te vergelijken en worden aparte gegevens gepresenteerd in- en exclusief wandel- en fietssport. In de rest van het hoofdstuk wordt uitgegaan van sportdeelname inclusief wandelsport en toerfietsen/wielrennen.

7 Om onderzoekstechnische redenen gebruiken we in de analyses van figuur 3.6 levensfase in plaats van leeftijd. Dit is een ideaaltypische voorstelling . In de praktijk worden deze posities niet door iedereen doorlopen. Voor de bevolking als geheel beeldt de indeling nog altijd wel leeftijdsverschillen af, al is er geen verschil in gemiddelde leeftijd tussen de fasen twee en drie.

8 Naast deze drie zijn nog andere kenmerken van invloed zoals etniciteit. Uit de AVO-metingen is etniciteit echter niet goed af te leiden, aangezien het grootste gedeelte van de niet-autochtone respondenten uit westerse landen afkomstig zijn.

9 Daar waar in het model dummyvariabelen zijn gebruikt, wordt in de figuur de afwijking van de gemiddelde waarde voor alle categorieën tezamen uitgedrukt. Het gemiddelde is dus de referentiecategorie en alle categorieën komen in het model voor (er is geen referentiecategorie 'weggelaten').

10 Het is moeilijk om betrouwbare prognoses over ontwikkelingen van etniciteit en het hebben van beperkingen te geven. Daarom nemen we alleen prognoses over leeftijdssamenstelling, opleidingsniveau en huishoudenssamenstelling in de berekeningen mee.

11 Ook uit cultuuronderzoek blijkt dat het verband tussen deelname en opleidingsniveau sterk is, ook in de verschillende AVO-jaren (Huysmans en De Haan 2007).

Rapportage Sport 2010_4.indd 66 25-11-2010 13:01:05

Literatuur

Beckers, T. en S. Serail (1991). *Nieuwe verhoudingen in de sport. De toekomst van het nationaal sportbeleid in het licht van maatschappelijke ontwikkelingen*. Tilburg: Instituut voor Arbeidsvraagstukken.

Bourdieu, P. (1988). Program for a Sociology of Sport. In: *Sociology of Sport Journal*, jg. 5, nr. 2, p. 152-161.

Breedveld, K. (2003). Samenvatting en reflectie. In: K. Breedveld (red.), *Rapportage sport 2003*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Breedveld, K. (2006). Verschillen in sportdeelname. In: K. Breedveld en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2006*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Breedveld, K. en A. van den Broek (2008). Sport en uitgaan. In: A. van den Broek en S. Keuzenkamp (red.), *Het dagelijks leven van allochtone stedelingen* (p. 170-188). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Chorus, A. en V.H. Hildebrandt (2010). Bewegen in Nederland: de volwassen bevolking. In: V.H. Hildebrandt, A.M.J. Chorus en J.H. Stubbe (red.), *Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2008/2009*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

Crum, B. (1991). *Over de versporting van de samenleving*. Rijswijk: ministerie van Welzijn, Volksgezondheid en Cultuur.

Dool, R. van den, R. van der Meulen en K. Breedveld (2008). *Van 65 naar 75. Bouwstenen voor een beleid gericht op de verhoging van de sportdeelname.* 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Elling, A. (2007). *Het voordeel van thuis spelen. Sociale betekenissen en in- en uitsluitingsmechanismen in sportloopbanen*. 's-Hertogenbosch / Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut / Arko Sports Media.

Elling, A. (2010) *Niet-sporters: achtergronden en opvattingen. Aanvullende rapportage SportersMonitor 2008*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Heer, W. de (2000). *Sportbeleidsontwikkeling 1945-2000*. Haarlem: De Vrieseborch.

Herweijer, L., H. Stegeman en E. Wisse (2008). Sport en onderwijs. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

Heuvel, M. van den en H. van der Poel (1999). *Sport in Nederland. Een beleidsgerichte toekomstverkenning*. Tilburg: Tilburg University Press.

Huysmans, F. en J. de Haan (2007). *Het bereik van het verleden*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Kamphuis, C. en R. van den Dool (2008). Sportdeelname. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008*. Den Haag / 's-Hertogenbosch: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

Lindert, C. van (red.) (2009). *Fit for Life: (on)bereikbaar doel? Quick scan Sport, Bewegen en Ouderen*. 's-Hertogenbosch / Leiden: W.J.H. Mulier Instituut / TNO Kwaliteit van Leven.

Lindert, C. van, M. de Jong en R. van den Dool (2008). *(On)beperkt sportief; monitor sportdeelname van mensen met een handicap 2008*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Middelkoop, M. van (2004). Ouderen en dagrecreatie; babybooming business of maatschappelijk belang? In: *Vrijetijdstudies*, jg. 22, nr. 2, p. 39-48.

NOC*NSF (2007). *Sport groeit! Sportagenda 2012*. Arnhem: NOC*NSF.

NOC*NSF (2009a). *Olympisch Plan 2028; heel Nederland naar Olympisch niveau, plan van aanpak op hoofdlijnen*. Arnhem: NOC*NSF.

NOC*NSF (2009b). *Expertrapport Nederlandse sport naar Olympisch niveau; een nadere uitwerking van het sportgedeelte van het Olympisch Plan 2028*. Arnhem: NOC*NSF.

NOC*NSF (2009c). *Proeftuinen nieuwe sportmogelijkheden*, www.noc-nsf.nl, geraadpleegd op 20 juni 2010.

Rapportage Sport 2010_4.indd 67 25-11-2010 13:01:05

Ooijendijk, W.T.M., V.H. Hildebrandt en A.M.J. Chorus (2008). Bewegen in Nederland 2000-2007. In: V.H. Hildebrandt, W.T.M. Ooijendijk en M. Hopman-Rock (red.), *Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2006/2007*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

Rijsdorp, K. (1957). *Sport als jong-menselijke activiteit*. Groningen: Wolters.

Roest, A., A.-M. Lokhorst en C. Vrooman (2010). *Sociale uitsluiting bij kinderen. Omvang en achtergronden*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Scheerder, J. (2004). Het sportgedrag van jongeren in relatie tot het ouderlijk sportkapitaal. In: *Vrijetijdstudies*, jg. 22, nr. 4, p. 7-20.

Vanreusel, R. en R. Renson (1984). Sport als subcultuur. Een andere kijk op sport als vrijetijdsgedrag. In: Vrijetijd en samenleving, jg. 2, nr. 3, p.243-272.

VWS (2005). *Tijd voor sport*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

VWS (2007a). *Impuls brede scholen, sport en cultuur*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

VWS (2007b). *De kracht van sport*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

VWS (2009). *Uitblinken op alle niveaus; kabinetsstandpunt bij het Olympisch Plan 2028*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

VWS/OCW (2008) *Beleidskader sport, bewegen en onderwijs*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Wheaton, B. (2005). *Understanding lifestyle sports: consumption, identity and difference*. Londen, New York: Routledge, Taylor & Francis Group.

Bijlagen bij hoofdstuk 3, te vinden op www.scp.nl/publicaties bij Rapportage sport 2010

B3.1 Frequente sportdeelname (minstens 40 weken per jaar), bevolking van 6 jaar en ouder, naar leeftijdsgroep, 1991-2007 (in procenten)

B3.2 Frequente sportdeelname, bevolking van 6 jaar en ouder, naar leeftijd en cohort, 1991-2007 (in procenten)

B3.3 Invloed van meetjaar, cohort en levensfase op sportdeelname, minstens 40 weken per jaar sporten, bevolking van 6 jaar en ouder, 1991-2007 (logistische regressie)

B3.4 Prognose van de sportdeelname op basis van constant blijvende sportdeelname als in 2007, bevolking van 6 jaar en ouder, 2007 (in procenten)

Rapportage Sport 2010_4.indd 68 25-11-2010 13:01:05

4 Vrijwilliger in de sport

Paul Dekker en Joep de Hart (SCP)

4.1 Vrijwilligerswerk: achtergrond en belang

'Zonder inzet van vrijwilligers geen voetbalplezier voor de vereniging. Iedere bijdrage aan het vrijwilligerswerk, hoe klein dan ook, is belangrijk voor het voortbestaan van de vereniging,' zo adverteert de Tilburgse voetbalclub V.V. Zigo. 'Vrijwilligers zijn het fundament van onze organisatie. Zij vervullen veel taken die gedaan moeten worden om de organisatie overeind te houden,' stelt de handbalvereniging H.V. Kras uit Volendam. En de gymnastiekvereniging Quick te Oldenzaal meldt op haar website nog steeds gebrek te hebben aan vrijwilligers, ook in het bestuur: 'We draaien met drie bestuurders en dat zijn er feitelijk twee te weinig. We kunnen het net redden, maar daarmee is ook alles gezegd.' Een sportvereniging zonder vrijwilligers is als een auto zonder motor of benzine: je kan hem houden uit nostalgische overwegingen, het je er zelfs gemakkelijk in maken, maar je komt nergens en uiteindelijk belandt hij bij de sloop. Verenigingen zijn hiervan sterk doordrongen en het interesseren van de achterban voor hand- en spandiensten heeft hun volle aandacht.
Sommige groepen blijken moeilijker te motiveren dan andere. Dat allochtone groepen in veel geringere aantallen dan autochtonen zijn aangesloten bij verenigingen en ook veel minder vaak actief zijn als vrijwilliger – zeker als het om bestuurstaken gaat – komt uit veel onderzoek naar voren. De sportsector vertoont hetzelfde beeld, al zijn er uitzonderingen, zoals de voetbalvereniging GLZ (Geestdrift Leert Zegevieren) in Delfshaven, opgericht in 1930, die drijft op de inzet van voornamelijk Turkse ouders en al sinds tien jaar een volledig Turks bestuur heeft. In een enquête die we enkele jaren terug hielden onder vertegenwoordigers van 75 maatschappelijke organisaties vroegen we naar een typering van het profiel van de leden en donateurs. Sportclubs zien vooral in het actieve deel van hun huidige achterban een ondervertegenwoordiging van allochtonen, maar constateerden ook dat hun aandeel wel toenam (De Hart 2005; zie daarentegen, op basis van landelijke cijfers Goossens en Roording 2006, Goossens et al. 2008).

Verschillen zijn er niet alleen naar land van herkomst (en taal, zie bv. Safai et al. 2007). De levensfase waarin feitelijke en potentiële vrijwilligers zich bevinden – wat in de praktijk neerkomt op de sociale positie op een bepaald moment in het leven en de daarmee verbonden rollen – is een belangrijk gegeven voor elk vrijwilligersbeleid. De verantwoordelijkheden, leefstijl en agenda die typerend zijn voor een eerstejaarsstudent zien er nu eenmaal anders uit dan die van tweeverdienende ouders met kleine kinderen of een gepensioneerde weduwnaar wiens kroost allang op zichzelf woont. Sommige leeftijdsgroepen zijn de afgelopen jaren duidelijk meer tijd gaan besteden aan sport en bewegen.[1] Betekent dit ook dat zij alle actiever zijn geworden als vrijwilliger binnen sportverenigingen? Dat is een prangende vraag, want omtrent het vrijwilligerswerk

Rapportage Sport 2010_4.indd 69 25-11-2010 13:01:05

leven hooggespannen verwachtingen. En niet alleen bij sportclubs, voor wie het een noodzaak is voor hun voortbestaan, maar ook in de buitenwereld, onder beleidsmakers, politici, sociale wetenschappers en sociaal bewogen idealisten. Vrijwilligerswerk, en meer in het bijzonder vrijwilligerswerk in de sport, vormt niet alleen een economische factor van belang (bv. Davies 2004). Het wordt tevens geacht bij te dragen aan het welzijn van de vrijwilliger en van de mensen en groepen die door vrijwilligers worden geholpen; het kan voor individuen ook dienen als opstap naar betaald werk (sociale reactivering); er moeten gaten in de betaalde zorg en dienstverlening mee worden gedicht; het moet bijdragen aan de sociale cohesie en integratie, vooral ook van nieuwkomers. Vrijwilligerswerk is een kernelement in de idealen van een zorgzame samenleving, een participatiemaatschappij, een verantwoordelijke samenleving en een vitale civil society.

De sport is in Nederland de omvangrijkste sector van vrijwilligerswerk en in het beleid wordt sport bij uitstek gezien als instrument van integratie. Daarbij komt dat 2011 het Europees jaar van de vrijwilliger is en vrijwilligers een belangrijke factor zijn bij eventueel te organiseren Olympische Spelen.[2] Kortom, redenen genoeg om een apart hoofdstuk te besteden aan vrijwilligers in de sport. In de paragrafen 4.1 en 4.2 plaatsen we de huidige deelname aan vrijwilligerswerk in de sport en andere sectoren in landenvergelijkend en longitudinaal perspectief. In paragraaf 4.3 gaan we verder in op wat vrijwilligers doen en waarom, vooral in de sport. In paragraaf 4.4 kijken we naar verschillen tussen levensfasen (de rode draad in deze publicatie) en van daaruit ook naar de toekomst. Wat is er demografisch te verwachten, hoe kunnen organisaties reageren? We sluiten af (§ 4.5) met enkele overwegingen over het belang en de barrières van vrijwilligerswerk.

4.2 Vrijwilligers in de sport, internationaal en in de tijd

Om te beginnen bieden we in figuur 4.1 enig landenvergelijkend inzicht in de vrijwillige inzet voor de sport. Voor negentien Europese landen is weergegeven hoeveel sportvrijwilligers er zijn als aandeel van de hele bevolking en als aandeel van alle vrijwilligers. Qua percentage van de hele bevolking wordt ons land alleen gepasseerd door Noorwegen en Zweden. Als het gaat om het aandeel van de vrijwilligers dat iets in de sport doet, lopen deze twee landen en Denemarken voor op Nederland.[3]

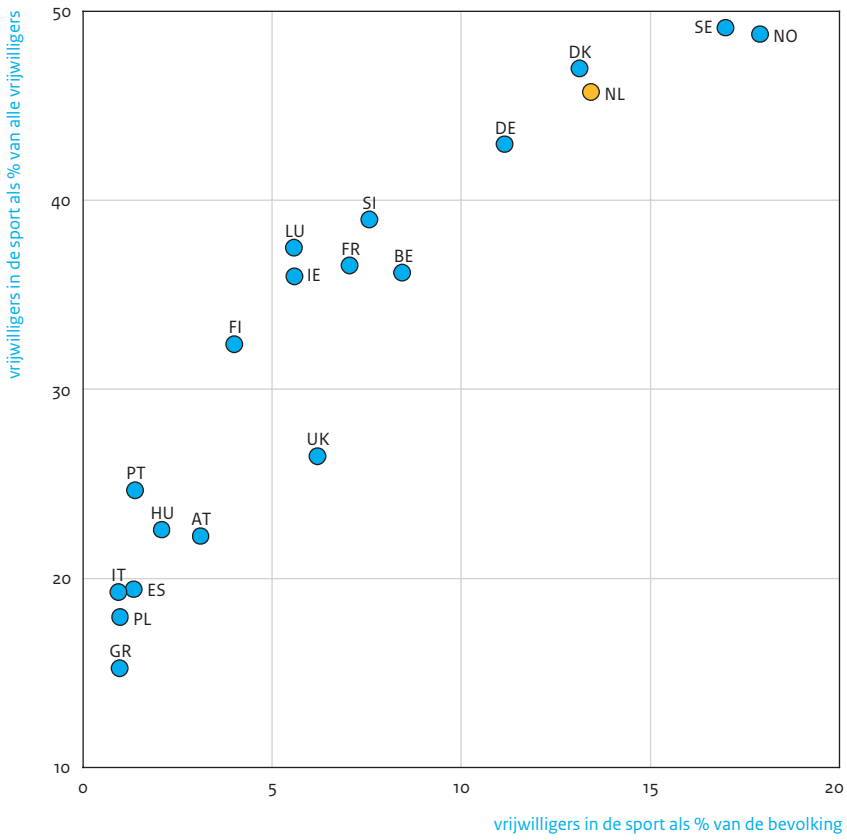
In tabel 4.1 volgen we voor Nederland de deelname aan vrijwilligerswerk in de sport en op een aantal andere terreinen. Het totale percentage vrijwilligers, in de onderste tabelregel, vertoont enige fluctuatie, maar wijst niet op een trendmatige daling. Andere onderzoeken vertonen vaak grotere schommelingen, maar alle beschikbare data bij elkaar genomen is er geen reden om een daling van het aantal vrijwilligers in ons land te veronderstellen. Wel wijzen diverse onderzoeken voor het vrijwilligerswerk in het algemeen (specifiek voor sport is dit niet te zeggen) op een verschuiving in de deelname naar meer ouderen (Dekker et al. 2007; Dekker en De Hart 2009). Het percentage van de bevolking dat vrijwilligerswerk in de sport doet was in de jaren tachtig groter dan vanaf

Rapportage Sport 2010_4.indd 70 25-11-2010 13:01:05

de jaren negentig, maar vertoont sindsdien geen trend. Het aandeel vrijwilligers in aanpalende sectoren van vrijetijdsbesteding, hobby en cultuur, daalde sterker tot de tweede helft van de jaren negentig en is sindsdien ook stabiel. De combinatie van daling op afzonderlijke terreinen met een tamelijk constant aandeel vrijwilligers op alle terreinen samen, suggereert dat meer vrijwilligers zich op een enkele organisatie of in ieder geval op een sector van vrijwilligerswerk zijn gaan richten.

Figuur 4.1

Vrijwilligers in de sport in Europa,[a] bevolking van 16 jaar en ouder, 2002/'03 (in procenten)



a De landen zijn vermeld met tweelettercodes, in alfabetische volgorde: AT = Oostenrijk, BE = België, DE = Duitsland, DK = Denemarken, ES = Spanje, FI = Finland, FR = Frankrijk, GR = Griekenland, HU = Hongarije, IE = Ierland, IT = Italië, LU = Luxemburg, NL = Nederland, NO = Noorwegen, PL = Polen, PT = Portugal, SE = Zweden, SI = Slovenië en UK = Verenigd Koninkrijk.

Bron: Norwegian Social Science Data Services (ESS ronde 1 (2002/3))

Rapportage Sport 2010_4.indd 71 25-11-2010 13:01:05

Tabel 4.1

Deelname aan vrijwilligerswerk in de sport en elders, bevolking van 18 jaar en ouder, 1980-2008 (in procenten)

	1980	1986	1993	1997	2001	2004	2007	2008
sportvereniging	16	16	14	12	13	13	13	12
hobby	17	11	8	5	5	4	4	4
cultuur (muziek, toneel)	8	8	7	5	4	5	5	4
jeugdwerk, school en verzorging	16	17	16	16	19	18	.	.
politiek, sociaaleconomisch en levensbeschouwing	15	13	12	13	12	11	.	.
andere organisaties	10	8	7	8	6	7	.	.
totaal vrijwilligerswerk[a]	45	41	40	41	43	42	44	42

a De cijfers voor 2007 en 2008 zijn ontleend aan Van Herten (2009) en niet beschikbaar voor de gecombineerde categorieën.

Bron: CBS (Leefsituatiesurveys 1980-1986, DLO 1993 en POLS 1997-2008)

4.3 Vrijwilligers in de sport en op andere terreinen

Tabel 4.2 brengt met enquêtegegevens uit het omvangrijke Aanvullend Voorzieningengebruik Onderzoek (AVO) van 2007 de deelname aan vrijwilligerswerk in de bevolking van 16 jaar en ouder verder in kaart. Met 10% van de bevolking als vrijwilliger en 30% van alle vrijwilligers is sport verreweg de grootste sector. Daarbij moet wel bedacht worden dat hier gevraagd is naar vrijwilligerswerk voor een beperkt soort organisaties, namelijk organisaties waarvan men lid of donateur kan zijn. Wie iets doet in een zorginstelling, school (anders dan een 'schoolvereniging') of een andere voorziening, blijft buiten beeld. De onderste cijferregels laten zien dat zo'n 7% van de bevolking (32% min 25%) wel vrijwilligerswerk doet, maar niet voor een leden- of donateursorganisatie.

De twee laatste kolommen van tabel 4.2 bieden een wat ander perspectief. De voorlaatste kolom laat zien dat 31% van de leden van een sportvereniging ook vrijwilligerswerk voor een sportvereniging doet. Dat hoeft overigens niet dezelfde vereniging te zijn. Het kan goed zijn dat men voor de eigen vereniging niets doet, maar als ouder wel vrijwilliger is voor de sportclub van de kinderen. De laatste kolom laat echter zien dat slechts 14% uitsluitend als vrijwilliger (en niet als lid) bij de sport betrokken is. Dat percentage is bij onderwijs-, jeugd- en ook ideële organisaties aanzienlijk hoger. In tabel 4.3 kijken we wie vrijwilligerswerk in de sport doet en ter vergelijking ook wie vrijwilligerswerk in het algemeen doet.[4] Naast sekse en opleidingsniveau betrekken we leeftijd en levensfasen in de tabel.

Rapportage Sport 2010_4.indd 72 25-11-2010 13:01:05

Tabel 4.2

Vrijwilligerswerk in de sport en elders[a], bevolking van 16 jaar en ouder, 2007 (in procenten)

	% van de bevolking	% van alle vrijwilligers[c]	% leden dat vrijwilliger is	% vrijwilligers dat geen lid is
sportvereniging	10	30	31	14
onderwijs- of schoolvereniging	4	12	33	46
zang-, muziek- of toneelvereniging of vereniging voor beeldende vorming (schilderen, beeldhouwen e.d.)	3	9	41	39
organisatie specifiek maatschappelijk doel (actiegroepen, Wereldwinkel, Amnesty International, enz.)	2	8	18	43
jeugdvereniging, clubhuis of padvinderij	2	5	59	45
hobbyvereniging	2	6	31	25
politieke partij of vereniging	1	5	23	33
vrouwenvereniging of -bond	1	4	27	30
organisatie op het gebied van natuur en milieu (Natuurmonumenten, Greenpeace, enz.)	1	3	3	36
werkgeversorganisatie, vakbond of middenstandsorganisatie	1	3	4	20
ander soort vereniging of organisatie	8	25	45	27
minstens één van bovenstaande organisaties	25	78		
verricht anderszins vrijwilligerswerk[b]	21			
in één van de organisaties of anderszins	32			

a 'Wilt u voor ieder van de onderstaande verenigingen of organisaties aankruisen of u daar wel eens vrijwilligerswerk voor verricht? (d.w.z. onbetaald werk waarvoor u maximaal een onkostenvergoeding krijgt)?'

b Antwoordt minstens één uur op de vraag 'Hoeveel uur gemiddeld per week verricht u vrijwilligerswerk (dat wil zeggen onbetaald werk waarvoor u maximaal een onkostenvergoeding krijgt)?'

c Leesvoorbeeld: van wie op enigerlei wijze vrijwilligerswerk doet (de 32% van de bevolking in de laatste regel van de tabel), doet 30% iets voor een sportvereniging, 12% iets voor een school- of onderwijsvereniging, enz.; bij elkaar opgeteld meer dan 100% omdat vrijwilligers op meer gebieden actief kunnen zijn.

Bron: SCP (AVO '07); n = 11.601 (respondenten met antwoorden op de vragen naar vrijwilligerswerk)

Rapportage Sport 2010_4.indd 73 25-11-2010 13:01:05

Tabel 4.3

Vrijwilligerswerk naar diverse achtergronden, 2007 (afwijkingen van bevolkingspercentage in procentpunten en relatieve kansenverhoudingen)

	vrijwilligerswerk in de sport			vrijwilligerswerk in het algemeen		
	10 %	ork[b]	grk[b]	34%[a]	ork[b]	grk[b]
man (49% van het gewogen bestand)	+3	ref	ref	+1	ref	ref
vrouw (51%)	−3	0,6***	0,6***	−1	0,9 **	0,8***
16-17 (3%)	+3	1,4*	1,6*	−9	0,8	0,9
18-24 (10%)	+3	1,5**	1,4*	−2	1,2	1,2
25-34 (16%)	−1	ref	ref	−5	ref	ref
35-44 (20%)	+3	1,4**	1,1	+4	1,5***	1,3**
45-54 (19%)	+2	1,3*	0,9	+3	1,5***	1,0
55-64 (16%)	−2	0,9	0,8	+3	1,4***	1,1
65-74 (10%)	−4	0,6**	0,7	+2	1,4***	1,1
75+ (7%)	−8	0,2***	0,2***	-16	0,6***	0,5***
inwonend kind (11%)	+3	1,4***	1,0	−5	0,8 *	0,8
alleenwonend, tot 40 jaar (6%)	+2	1,2	1,3	+1	1,1	1,2
samenwonend, tot 40 jaar (9%)	−1	0,9	0,8	−6	0,8**	0,8*
ouder, jongste kind 6- (15%)	−0	ref	ref	−1	ref	ref
ouder, jongste kind 7+ (15%)	+7	1,8***	2,0***	+8	1,5***	1,6***
samenwonend, vanaf 40 jaar (31%)	−2	0,8**	1,2	+2	1,1	1,4***
alleenwonend, vanaf 40 jaar (13%)	−5	0,5***	0,9	−6	0,8**	1,2
opleidingsniveau: laag (tot mavo) (29%)	−5	0,4***	0,5***	−11	0,6***	0,5***
midden (mavo tot hbo) (42%)	+1	ref	ref	+1	ref	ref
hoog (hbo+) (30%)	+4	1,4***	1,5***	+9	1,4***	1,6***

a Afwijkend van de 32% onderin tabel 4.2 vanwege uitval van respondenten met ontbrekende informatie over een of meer van de genoemde kenmerken en de controlevariabelen landsdeel, stedelijkheid, etniciteit en betaald werk.

b ork = ongecorrigeerde relatieve kansenverhouding; grk = voor de overige kenmerken en vier controlevariabelen gecorrigeerde relatieve kansenverhoudingen. Relatieve kansenverhoudingen (odds ratio's) > 1 geven aan dat de betreffende categorie meer geneigd is tot vrijwilligerswerk dan de referentiecategorie. Coëfficiënten < 1 duiden op een geringere geneigdheid vrijwilligerswerk te doen. Significantie: * < 0,05, ** < 0,01 en *** < 0,001 (tweezijdig).

Bron: SCP (AVO '07); n = 10.614

Vrouwen doen minder dan mannen aan vrijwilligerswerk voor de sport en ook iets minder vrijwilligerswerk in het algemeen. Het sekseverschil voor de sport wordt altijd aangetroffen, het algemene verschil hangt af van de meting: mannen doen meer als wordt gefocust op vrijwilligerswerk voor lidmaatschapsorganisaties en het sekseverschil ontbreekt doorgaans als de nadruk wordt gelegd op onbetaalde arbeid in voorzieningen. De sekseverschillen blijven bestaan als rekening wordt gehouden met de effecten van

Rapportage Sport 2010_4.indd 74 25-11-2010 13:01:05

andere kenmerken (naast de in de tabel opgenomen kenmerken ook stedelijkheid, landsdeel, al of niet betaald werk doen en etniciteit). Veel groter dan het sekseverschil zijn de verschillen naar opleidingsniveau. Zowel voor de sport als in het algemeen doen hogeropgeleiden aanzienlijk vaker vrijwilligerswerk dan lageropgeleiden; dat verschil wordt niet kleiner als rekening wordt gehouden met andere kenmerken. Jongeren en thuiswonende kinderen doen minder aan vrijwilligerswerk in het algemeen, maar in de sport juist vaker. Omdat veel jongeren aan sport doen, is dit niet verbazingwekkend (zie ook hoofdstuk 3). Omgekeerd doen 65-74-jarigen vaker dan anderen vrijwilligerswerk, maar juist minder vaak in de sport. Ouders met thuiswonende kinderen vanaf 7 jaar zijn vaak vrijwilliger, in de sport vormen zij de meest actieve categorie. Hoewel met de beschikbare data niet hard aantoonbaar is dat ze actief zijn voor de sportclub van hun kinderen, is dat wel aannemelijk (zie § 4.4 en ook hoofdstuk 3 en 5). Mensen zonder thuiswonende kinderen zijn minder frequent vrijwilliger.

Om welke redenen verrichten mensen vrijwilligerswerk, wijken die redenen af voor vrijwilligerswerk in de sport en verschillen ze naar leeftijd? Om antwoord te geven op deze vragen gebruiken we het Leefsituatie Index Onderzoek (SLI) 2008 van het SCP (zie Boelhouwer 2009). Daarin werd een steekproef van ruim 2500 mensen van 18 jaar en ouder schriftelijk gevraagd naar hun deelname aan allerlei vrijwilligerswerk en naar de redenen om dat te doen. In overeenstemming met de resultaten van het AVO deed 31% van de ondervraagden aan enige vorm van vrijwilligerswerk en 10% aan vrijwilligerswerk voor een sportvereniging.[5] Tabel 4.4 laat zien hoe belangrijk voor hen dertien mogelijke redenen zijn om vrijwilligerswerk te verrichten.

Op drie redenen wijken vrijwilligers in de sport af van andere vrijwilligers. Ook doen zich enkele verschillen tussen de leeftijdsgroepen voor, maar die verschillen zijn klein en opvallender is hoe weinig de onderscheiden categorieën vrijwilligers van elkaar verschillen. De reden 'ervaring opdoen die nuttig is voor een beroep of om een baan te vinden' verschilt het meest, maar op een voor de hand liggende wijze: deze motivering is voor 18-34-jarigen veel belangrijker dan voor 55-plussers. Dat vrijwilligers in de sport hier verschillen van andere vrijwilligers heeft dan ook mede als oorzaak dat er in de sport meer jongere vrijwilligers zijn.[6]
Verwant aan de jonge vrijwilligers is een nieuwe groep, die van de maatschappelijke stagiairs. Sinds enkele jaren kennen scholen van het voortgezet onderwijs de maatschappelijke stage om leerlingen kennis te laten maken met vrijwilligerswerk en werk in de zorg en maatschappelijke dienstverlening. Vanaf 2011 moeten alle leerlingen zich minimaal 72 uur inzetten voor een maatschappelijke organisatie. Volgens een meting van het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB 2009) liepen in 2009 al bijna 6000 leerlingen een stage in de sportsector. Voor een deel gaat het overigens niet om extra activiteiten, maar om een tijdelijke herbenoeming en formalisering van vrijwilligerswerk dat men al deed.

Rapportage Sport 2010_4.indd 75 25-11-2010 13:01:05

Tabel 4.4

Redenen om vrijwilligerswerk te doen, gemiddeld belang[a] voor vrijwilligers, 18 jaar en ouder, 2008

	alle vrijwilligers	vrijwilligers van 18-34	vrijwilligers van 35-54	vrijwilligers van 55+	vrijwilligers in de sport
andere mensen kunnen helpen	72	75	70 –	74	71
dingen kunnen doen waar ik goed in ben	64	63	65	64	64
nieuwe ervaringen opdoen en nieuwe vaardigheden leren	62	67 +	62	58 –	62
de gelegenheid krijgen mensen te ontmoeten en vrienden te maken	61	61	58 –	63+	61
met mensen kunnen omgaan die dezelfde ideeën hebben als ik	57	53 –	56	60 +	55
iets kunnen doen voor een groepering in de samenleving waartoe ik mezelf reken	56	51 –	55	60 +	56
mijn eigen ideeën ontwikkelen en toepassen	54	53	55	52	54
ik zie het als mijn plicht om dit werk te doen	53	52	48 –	59 +	53
waardering genieten door mijn werk als vrijwillig(st)er	51	54 +	49	51	53 +
kunnen werken aan maatschappelijke veranderingen	51	52	49	51	52
het idee dat het werk anders niet of minder goed wordt gedaan	42	41	41	43	42
ervaring opdoen die nuttig is voor een beroep of om een baan te vinden	39	56 +	38	28 –	43 +
kunnen handelen overeenkomstig mijn geloof of politieke overtuiging	36	31 –	34	41 +	25 –
(n = ±)	(730)	(160)	(310)	(260)	(260)

a 'Hieronder staan mogelijke redenen om vrijwilligerswerk te doen. Wilt u achter elke reden aangeven hoe belangrijk of onbelangrijk die reden voor u persoonlijk is, om vrijwilligerswerk te doen? Als u meer soorten vrijwilligerswerk doet, beantwoord de vraag dan voor het vrijwilligerswerk waaraan u de meeste tijd besteedt'. Antwoorden: zeer belangrijk(= 100), belangrijk (= 67), onbelangrijk (= 33) en zeer onbelangrijk (= 0). Voor de afzonderlijke categorieën vrijwilligers is aangegeven of hun motieven significant (* p < 0,05; tweezijdig) vaker (+) of minder vaak (–) voorkomen dan in de complementaire categorieën.

Bron: SCP (SLI'08)

Rapportage Sport 2010_4.indd 76 25-11-2010 13:01:05

4.4 Levensfasen nader beschouwd

Op basis van het beschikbare onderzoek valt geen eenduidig antwoord te geven over de aantrekkingskracht en toekomst van het vrijwilligerswerk of de vrijwillige inzet voor sportverenigingen. Ze verschillen per tak van sport en vereniging, afhankelijk van het soort onderzoek, de gehanteerde meetmethode en de definitie van vrijwilligers. Een belangrijke bron van verscheidenheid is ook de levensfase en de daarmee verbonden leefstijl. Het gaat dan niet alleen om hoeveelheid vrije tijd of lichamelijke vitaliteit; verschillen tussen leeftijdsgroepen blijken voor een belangrijk deel terug te voeren op verschillen in opleidingsniveau en in godsdienstige participatie (o.a. Suanet et al. 2009, Van Ingen 2009).

Wat de jeugd betreft, spelen diverse zaken mee: het praktisch draaiend houden van de club met energieke leden, bevordering van de clubbinding en – met een schuin oog op de toekomst van de vereniging – de veronderstelling 'jong geleerd is oud gedaan'. Niet helemaal ten onrechte: er zijn aanwijzingen dat vrijwillige inzet tijdens de jeugdjaren de kans aanzienlijk vergroot dat men ook later aan de slag blijft in het vrijwilligerswerk – al zal dit lang niet altijd binnen dezelfde sector zijn (Toppe et al. 2002; Hart et al. 2007). Aandacht voor jongere leeftijdsgroepen is dus begrijpelijk, maar feitelijk is de groep ouderen steeds belangrijker aan het worden voor vrijwilligerswerk, vooral de vitale senioren tussen pakweg 55 en 70 jaar met veel vrije uren en een goede gezondheid (Knulst en Van Eijck 2006). Het vrijwilligerswerk trekt vandaag de dag een groter en gemêleerder gezelschap ouderen dan ooit tevoren en in een vergrijzend Nederland zijn de grenzen zeker nog niet bereikt. Zo veronderstelt de Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling (RMO) een 'onbenut participatiepotentieel' en komt het gevoel van onderbenutting ook naar voren in termen als 'het zilveren potentieel' en 'de zilveren kracht' (RMO 2008: 38; Penninx 2008). In haar streven naar een participatiemaatschappij probeert de overheid de *volunteerability* van ouderen verder te bevorderen via arrangementen en beleidsmaatregelen. Er is tamelijk veel onderzoek dat suggereert dat vrijwilligerswerk doen heilzame effecten heeft op de fysieke en psychologische conditie van ouderen (zie bv. Wheeler et al. 1998; Haski-Leventhal 2009 en Barron et al. 2009).

Verplaatsen we onze aandacht naar eerdere fasen in de levensloop, dan zien we – zie tabel 4.3 – dat de sportwereld onder jongeren populair is om vrijwilligerswerk te doen. En niet alleen onder jongeren, ook onder de ouders van jongere kinderen. Hier lijkt sprake van wat in Duitsland wel als *biografische Passung* wordt aangeduid: je zet je in vanuit wat voor jou, op dit moment in je leven, relevant is; de organisatie, de vereniging wordt minder gezien als fundament van je leefstijl en meer als facilitair ervaren voor je huidige ambities – in dit geval betrokken willen zijn bij de interesses van je kind. Vrijwilligerswerk wordt zo een 'biografisch project' (Hustinx en Lammertyn 2001).

Daarmee maken we de overstap van leeftijdsgroepen naar fasen in de levensloop. Die zijn verbonden met sociale rollen en biografische overgangen, zoals naar school gaan, gaan werken en met pensioen gaan, een relatie krijgen en kinderen krijgen (zie ook

Rapportage Sport 2010_4.indd 77 25-11-2010 13:01:05

hoofdstuk 2). Musick en Wilson (2008: 221 e.v.) geven een overzicht van wat er zoal bekend is over vrijwilligerswerk doen in de verschillende levensfasen. In het algemeen is de jeugd actief in de sport, waarna de inzet wat wordt teruggeschroefd, om vervolgens – als men gesetteld is geraakt – weer toe te nemen, vooral als de kinderen 6 jaar of ouder zijn en men via hen opnieuw in contact komt met het verenigingsleven en school-gerelateerde activiteiten. In latere levensfasen wordt de vrijwilligersagenda meer gevuld met sociale dienstverlening, zorgtaken en inzet voor godsdienstige gemeenschappen. De deelname aan en tijdsinvestering in het vrijwilligerswerk verschilt per levensperiode (zie tabel 4.3). Al naargelang de levensfase waarin men zich bevindt, zien de relaties tussen dit soort aspecten van de vrijwillige inzet er ook anders uit. Zo zal de deelname van kinderen aan clubs en verenigingen de deelname van ouders aan vrijwilligerswerk stimuleren, maar hun tijdsinvestering drukken (fulltime werkende moeders en alleenstaande ouders doen bij gebrek aan tijd minder vrijwilligerswerk). Bij ouderen vindt eerst een afname van het aantal activiteiten plaats en vaak nog een toenemende tijdsinvestering per activiteit. Anders dan wij beschikken Musick en Wilson (2008) over materiaal waarmee ze kunnen nagaan of vrijwilligerswerk wordt gedaan voor iets wat met de kinderen te maken heeft. Interessant is dan dat ze bij ouders met schoolgaande kinderen waarnemen dat die ook meer ander vrijwilligerswerk doen. Een mogelijke verklaring is dat mensen door hun kinderen sterker in (lokale) sociale netwerken zitten en zo ook meer gevraagd worden voor andere activiteiten.

Na een analyse van Nederlandse surveygegevens vanuit het levensloopperspectief concluderen ook Ruiter en Bekkers dat de vrijwillige inzet voor sportverenigingen groter is bij ouders van kinderen in de leeftijd van 5-12 jaar (Ruiter en Bekkers 2009: 56-58). In dat opzicht wijkt de sportwereld (net als het onderwijs, waar de vrijwillige inzet eveneens sterk verbonden is met de activiteiten van het opgroeiende kroost) af van het algemene patroon dat Van Ingen (2009) beschrijft. Hij constateert, op basis van tijdbestedingonderzoek, dat tussen 1975 en 2005 vrijwilligerswerk steeds meer verbonden is geraakt met de levensfase waarin de arbeidsloopbaan is afgesloten en de kinderen het huis hebben verlaten. In feite gaan achter leeftijd of leeftijdsfase doorgaans andere kenmerken schuil: kinderen die een sportclub bezoeken waar assistentie vereist is, het tijdsbeslag van verplichtingen die met een bepaalde fase in de gezinscyclus en arbeidscarrière zijn verbonden, de grotere kerkelijke deelname onder ouderen (kerkgang is sterk gerelateerd aan vrijwillige inzet), enzovoort.

Dat het vrijwilligerswerk in de sport gerelateerd is aan fases in de levensloop maakt het vatbaar voor maatschappelijke veranderingen zoals de ontwikkeling van een standaardbiografie naar een keuzebiografie: mensen hebben meer dan ooit de behoefte én de mogelijkheid om hun levensloop zelf in te delen en te bepalen hoe zij wensen te leren, werken, zorgen, wonen en ontspannen (Hustinx 2009). Vatbaar ook voor demografische veranderingen, zoals de vergrijzing en ontgroening, de veranderingen in de arbeidsparticipatie, maatschappelijke stages en andere vormen van 'geleid vrijwilligerswerk'.

Rapportage Sport 2010_4.indd 78 25-11-2010 13:01:05

4.5 Besluit: belangen en belemmeringen

Sportclubs trekken niet alleen de aandacht van sociale wetenschappers, maar maken ook deel uit van politieke strevingen. Een even bezorgde als overijverige overheid dreigt verenigingen soms op te zadelen met haar eigen politieke ambities, voortvloeiend uit haar beleidsagenda – ook met zaken die de verenigingsagenda te buiten gaan. We somden er al een aantal op: welzijn, arbeid, zorgverlening, mondigheid, cohesie, integratie.[7]
Die beleidsaandacht voor het vrijwilligerswerk dateert niet van vandaag of gisteren. Beleidsmaatregelen strekken zich uit van het verbeteren van opleidingfaciliteiten, bundeling van kader, verenigingsbeleid en professionele steun tot het bieden van stimulansen onder afzonderlijke groepen, zoals vrouwen, allochtonen, ouders (Ouders Graag Gezien van de Nederlandse Sport Alliantie), jeugd (Whoznext van het NISB) en ouderen (de al genoemde 'zilveren kracht'). Voor de speciale belangstelling bestaat evenwel ook vanuit een breder theoretisch perspectief alle aanleiding. De literatuur over sociaal kapitaal ziet het verenigingsleven zo ongeveer als de Nederlandse Bank van het sociale kapitaal waarover ons land beschikt. De formele en informele sociale netwerken, interacties en normen die het verenigingsleven kenmerken dragen bij tot de bindingskracht van de (lokale) samenleving, scholen burgers in democratische vaardigheden en vergemakkelijken het zoeken naar oplossingen voor gemeenschappelijk ervaren problemen.[8]
Sport- en hobbyclubs lijken vooral een gunstig milieu te bieden voor sociale identificatie en het vertrouwen dat verbonden is met face-to-facerelaties, die als een belangrijke voorwaarde gelden voor het mobiliseren van mensen voor vrijwilligerswerk en andere vormen van maatschappelijke inzet (en omgekeerd: Breedveld 2003: 273-275; vgl. Seippel 2002, 2008). Lang niet alle organisaties die actief zijn in het maatschappelijk middenveld tussen staat, markt en privésfeer worden gekenmerkt door de horizontale relaties en frequente en directe interacties die zo typerend zijn voor het echte verenigingsleven. Waarbij wel aangetekend moet worden dat er tussen sportorganisaties flinke verschillen bestaan in de positie van vrijwilligers, de ambities rond vrijwilligerswerk en het soort werkzaamheden dat vrijwilligers verrichten (Goossens et al. 2008; vgl. Seippel 2002).

Dat grote sportgebeurtenissen drijven op een omvangrijke vrijwillige inzet is een gegeven. Of het nu gaat om de wedstrijden van Ajax in de Arena, de organisatie van de Rotterdamse marathon, of een internationale megamanifestatie als de Olympische Spelen, zonder de inzet van soms tienduizenden vrijwilligers (Reeser et al. 2005) zouden dit soort sportieve samenkomsten vrijwel onbetaalbaar worden. Onderzoek lijkt erop te wijzen dat de *effecten* van grootschalige sporthappenings toch vooral vrijwillige inzet genereren op een breder terrein dan alleen de sport, al blijken ze ook bevorderlijk voor het opwekken van sportieve belangstelling en deelname (Downward en Ralston 2006). Hier zou gedacht kunnen worden aan de spillover-effecten die we elders vaststelden voor kerkelijke inzet: men start met zijn activiteiten in een bepaald milieu en doet daar zijn eerste ervaringen op maar breidt deze vervolgens uit tot buiten deze omgeving (Dekker en De Hart 2006: 329-331). Wat het gewone clubleven betreft, troffen we die echter niet aan voor de sportwereld. Het lidmaatschap van een sportvereniging stimuleert – net als

Rapportage Sport 2010_4.indd 79 25-11-2010 13:01:05

lid zijn van een kerkgenootschap – het doen van vrijwilligerswerk, maar sporters zijn wel sterker dan kerkleden geneigd hun activiteiten te beperken tot de eigen organisatie.

Cijfers van het Mulier Instituut leren dat iets minder dan een kwart van de leden van een sportvereniging actief is als vrijwilliger.[9] De meesten vinden we bij de grotere verenigingen, onder de buitensporten en bij verenigingen met een eigen accommodatie; 17% van de clubs zegt te kampen met een tekort aan vrijwilligers, vooral voor besturen, trainingen of begeleiding (Van Kalmthout et al. 2009: 49-51, Van Kalmthout en De Jong 2010: 8 en 10). De sportclubs zelf, sociale wetenschappers en de overheid zien een dreigend tekort aan vrijwilligers als een zorgwekkende ontwikkeling. Er zijn allerlei redenen waarom mensen niet beginnen aan vrijwilligerswerk of hun inzet terugschroeven. Sommige hebben betrekking op de verenigingen: generatieverschillen tussen jonge sporters en oudere bestuursleden, moeizame verhoudingen tussen vaste kern en tijdelijke krachten, vastgeroeste conventies en ingedutte bestuursleden, geen ontplooiingsmogelijkheden, gebrek aan erkenning en waardering. Maar ook: groeiende werklast door bureaucratische rompslomp, striktere professionaliteiteisen, wettelijke regelingen, afstemming op ambtelijke doelstellingen en planning. Alleen al het noemen van termen als professionaliteit, dienstverlening, effectiviteit of managen doet bij veel traditionele vrijwilligers de nekharen overeind gaan; hogelijk gewaardeerd worden daarentegen zaken als sociabiliteit en informaliteit, toegankelijkheid en voorkomendheid, ervaring en inzet, clubtrouw en clubtrots (Boessenkool en Verweel 2004). Andere hinderpalen worden gevormd door de kenmerken van (potentiële) vrijwilligers. Zoals grotere tijdsdruk en concurrentie van andere bezigheden (gezinstaken of een betaalde werkkring, studie of bijbaantjes onder jongeren), en – zo valt nogal eens bij clubmensen te beluisteren –een mentaliteitsverandering: sporters zijn veeleisender geworden, vrijwilligers ook, kritischer en mondiger, soms ronduit consumentistisch ingesteld tegenover de vereniging en haar faciliteiten (o.a. Hustinx en Lammertyn 2001, Meijs en Ten Hoorn 2008).

Een flinke lijst, maar misschien ook een die de zaken wat te somber dreigt voor te stellen. Het vrijwilligerswerk kent zijn ups en downs, maar van een consequente, massale teruggang lijkt over de hele linie de afgelopen decennia toch geen sprake te zijn (zie tabel 4.1). Wel lijkt zich bij de sportverenigingen een verschuiving te manifesteren van – in de terminologie van Handy (1988) – *mutual support* naar *service delivery*: van een zich verenigen op basis van een gedeelde belangstelling (sport) en collectieve saamhorigheid (het clubgevoel) naar een sterkere gerichtheid op het bieden van faciliteiten aan betrekkelijke buitenstaanders en een wisselend publiek. Het is een ontwikkeling die gepaard gaat met veranderende doelstellingen, professionalisering, meer klantgerichtheid, maar ook vaak wat afstandelijker relaties en minder nadruk op gezelligheid, informaliteit en solidariteit tussen de leden. Zij heeft ook gevolgen voor de visie op vrijwilligerswerk of actief lidmaatschap en de positie die vrijwilligers innemen binnen de vereniging. Waar ooit het lidmaatschap van een vereniging naadloos aansloot bij het levensbeschouwelijke milieu of de maatschappelijke positie van mensen, heeft het nu vaker het karakter van een ruilovereenkomst: men sluit zich aan omdat de vereniging iets

Rapportage Sport 2010_4.indd 80 25-11-2010 13:01:05

aantrekkelijks heeft te bieden en is bereid daar iets (geld of tijd) tegenover te stellen. Maar vanzelfsprekend is de relatie niet en zij wordt periodiek opnieuw gewogen. Van de wieg tot het graf bij een organisatie aangesloten blijven is een zeldzaamheid geworden.[10] Dat vraagt om een actievere instelling van verenigingen, die er doorgaans niet meer vanuit kunnen gaan dat mensen zich vroeg of laat vanzelf komen melden bij de poort – en dat geldt ipso facto voor sportverenigingen. Ontvankelijk zijn voor wat er leeft onder de leden en voor wat dezen te bieden hebben is belangrijk, en goed onderzoek kan daarbij helpen. Maar je moet wel iets doen met de ideeën en bevindingen – en dat betekent weer creatief anticiperen op ontwikkelingen die zich aandienen. 'Aannemen en open draaien', zeggen we dan op het voetbalveld.

Noten

1 Het sterkst geldt dit voor de groepen 55-64 jaar en 65-plussers. Zie: www.tijdbesteding.nl/hoelangvaak/vrijetijd/bewegen/persoonskenmerken/20061018.html.

2 In 2016 beslist Nederland over een bid voor de Olympische Spelen.

3 De gegevens komen uit de eerste ronde van de European Social Survey (2002/3). Uit actueler maar minder betrouwbaar of nog onvolledig beschikbaar onderzoek, zoals Eurobarometer 62.2 uit najaar 2004 (Dekker en De Hart 2010) en de European Values Study 2008-2009, komt hetzelfde beeld voor ons land. Nederland is in Europa met de Scandinavische landen (en soms ook met Finland, Oostenrijk of Luxemburg) topscoorder qua vrijwilligerswerk en de sector sport (en recreatie) neemt daarbij een grote plaats in.

4 We kijken hier naar het al of niet doen van vrijwilligerswerk, niet naar de tijdsinvestering. Dat laatste is niet mogelijk met het AVO. Uit analyses van het Tijdsbestedingsonderzoek (TBO) van het SCP blijkt dat de determinanten van participatie en van tijdsinvestering verschillen. Zo zijn ook volgens het TBO ouders van kinderen vanaf 6 jaar vaker vrijwilliger dan anderen, maar besteden ze daaraan minder tijd dan andere vrijwilligers (Van Ingen en Dekker 2010).

5 De verdeling over leeftijdsgroepen wijkt echter wel af, met name bij de jongeren: volgens het SLI van 2008 doet 18% van de 18-24-jarigen vrijwilligerswerk in de sport, volgens het AVO van 2007 13%.

6 Als de leeftijd constant wordt gehouden, wijken ook bij 'waardering genieten' de vrijwilligers in de sport niet meer af van andere vrijwilligers, maar de reden van kunnen handelen overeenkomstig geloof en politieke overtuiging blijft ook dan wel minder belangrijk voor de sportvrijwilligers. Principale componentenanalyse van alle redenen suggereert een driedeling van basismotivaties – zelfontplooiing, nuttigheid en plichtsbesef – maar die is onvoldoende scherp om verdere analyses mee te verrichten. Blijkbaar worden de meeste vrijwilligers door heel verschillende overwegingen gemotiveerd.

7 Een voorbeeld van dat laatste is de initiatie van het programma Meedoen allochtone jeugd door sport door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, gericht op de achterblijvende sportdeelname van allochtone jongeren, waarbij de sport als integratie-instrument wordt ingezet voor het preventieve jeugdbeleid en in jeugdzorgtrajecten. In dat kader maakte de rijksoverheid prestatieafspraken met negen sportbonden en elf gemeenten.

8 Het is overigens niet zo waarschijnlijk dat verenigingen overal en in dezelfde mate of op identieke wijze fungeren als kraamkamers voor sociale betrokkenheid, verantwoordelijk burgerschap, maat-

Rapportage Sport 2010_4.indd 81 25-11-2010 13:01:05

schappelijk activisme en andere politicologische delicatessen (Stolle en Rochon 2001, vgl. o.a. Handy 1988, Meijs en Ten Hoorn 2008, Quintelier 2008).

9 Dat is wat minder dan de 31% die in tabel 4.2 is vermeld als percentage van de leden van sportverenigingen dat sportvrijwilliger is. Het gaat hier echter om verschillende metingen. In de verenigingsmonitor van het Mulier Instituut gaat het om het percentage leden dat *voor de eigen vereniging* actief is; bij de bevolkingsenquêtegegevens in tabel 4.2 hoeft dat niet het geval te zijn. Bij de metingen van het Mulier Instituut worden niet vrijwilligers zelf maar bestuursleden bevraagd. Die bestuurders tellen niet alle ouders mee die wel eens rijden, terwijl die zichzelf misschien wel zien als vrijwilliger voor de club.

10 Hetgeen niet betekent dat nu omgekeerd moet worden uitgegaan van massaal zappende 'nieuwe vrijwilligers' of 'draaideurvrijwilligers'. Een meerderheid van vrijwilligers blijft nog altijd minstens vijf jaar actief bij dezelfde organisatie en dat is in de sector sport en recreatie niet anders (Devilee 2005: 17 e.v.).

Literatuur

Barron, J.S., E.J. Tan, Q. Yu, M. Song. S. McGill en L.P. Fried (2009). Potential for intensive volunteering to promote the health of older adults in fair health. In: *Journal of Urban Health: Bulletin of the New York Academy of Medicine*, jg. 86, nr. 4, p 641-653.

Boelhouwer, J. (2009). Leefsituatie en kwaliteit van leven. In: R. Bijl, J. Boekhouwer, E. Pommer en P. Schyns (red.), *Sociale staat van Nederland 2009* (p. 361-390). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Boessenkool, J. en Verweel, P. (2004). Stop professionaliseren, red de sportvereniging. In: *ViO – Vrijwillige Inzet Onderzocht*, jg. 1, nr. 2, p. 1-10.

Breedveld, K. (2003). Sport en cohesie: de relatie tussen sportdeelname en sociaal kapitaal. In: K. Breedveld (red.), *Rapportage Sport 2006* (p. 247-283). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Davies, L.E. (2004). Valuing the voluntary sector in sport: rethinking the economic analysis. In: *Leisure Studies*, jg. 23, nr. 3, p. 347-364.

Dekker, P. en J. de Hart (2006). Kerkgangers, investeerders in civil society. In: *Investeren in vermogen. Sociaal en Cultureel Rapport 2006* (p. 317-338). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Dekker, P. en J. de Hart (red.) (2009). *Vrijwilligerswerk in meervoud.* Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Dekker, P. en J. de Hart (2010). Vrije figuren: Kleine statistiek van het vrijwilligerswerk. In: *Vrijetijdsstudies*, jg. 28, nr. 3, p.9-24.

Dekker, P., J. de Hart en L. Faulk (2007). *Toekomstverkenning vrijwillige inzet 2015*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Devilee, J. (2005). *Vrijwilligersorganisaties onderzocht*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Downward, P.M. en R. Ralston (2006). The sport development potential of sport event volunteering: insights from the XVII Manchester Commonwealth Games. In: *European Sport management Quarterly*, jg. 6, nr. 4, p. 333-351.

Goossens, R. en G. Roording (2006). Sportinfrastructuur: organisaties en accommodaties. In: K. Breedveld en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2006* (p. 139-174). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Rapportage Sport 2010_4.indd 82 25-11-2010 13:01:05

Goossens, R., C. Kamphuis en N. van Veldhoven (2008). Sportinfrastructuur: organisaties, accommodaties en vrijwilligers. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008* (p. 126-161). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Handy, C. (1988). *Understanding voluntary organizations*. Londen: Penguin Books.

Hart, D., T. Donnelly, J. Youniss en R. Atkins (2007). High School Community Service as a Predictor of Adult Voting and Volunteering. In: *American Educational Research Journal*, nr. 44, p. 197-219.

Hart, J. de (2005). *Landelijk verenigd*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Herten, M. van (2009). *Vrijwillige inzet 2008*. Heerlen/Voorburg: Centraal Bureau voor de Statistiek.

Haski-Leventhal, D. (2009). Elderly volunteering and well-being: a cross-European comparison based on SHARE data. In: *Voluntas*, nr. 20, p. 388-404.

Hustinx, L. en F. Lammertyn (2001). Vrijwilligerswerk tussen vrijheid en onzekerheid: uitdagingen voor een eigentijds vrijwilligersbeleid. In: *Oikos*, jg. 17, nr. 2, p. 1-16.

Hustinx, L. (2009). De individualisering van het vrijwillig engagement. In: G. Buys, P. Dekker en M. Hooghe (red.), *Civil society. Tussen oud en nieuw* (p. 211-224). Amsterdam: Aksant.

Ingen, E. van (2009). Wat kenmerkt de vrijwilliger? In: P. Dekker en J. de Hart (red.), *Vrijwilligerswerk in meervoud* (p. 64-82). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Ingen, E. van, en P. Dekker (2010). Changes in the determinants of volunteering. In: *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly* (doi: 10.1177/0899764010363324).

Kalmthout, J. van en M. de Jong (2010). *Verenigingsmonitor 2009*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Kalmthout, J. van, M. de Jong en J. Lucassen (2009). *Verenigingsmonitor 2008: de stand van zaken bij sportverenigingen*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Knulst, W. en K. van Eijck (2006). Old soldiers never die: explaining the disproportionate aging of volunteers in the Netherlands between 1985 and 2000. In: *Acta Sociologica*, nr. 49, p. 185-200.

Meijs, L.C.P.M. en E.M. ten Hoorn (2008). No One best Volunteer Administrator. In: M. Liao-Troth (red.), *Challenges in volunteer management* (p. 29-50). Charlotte, N.C.: Information Age Publishing.

Musick, M.A. en J. Wilson (2008). *Volunteers, a social profile*. Bloomington: Indiana University Press.

NISB (2009). Maatschappelijke stage: Benut de sport! Ede: Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen.

Penninx, K. (2008). *De zilveren kracht in cijfers: factsheet maatschappelijke inzet door ouderen*. Utrecht: Movisie.

Quintelier, E. (2008). Who is politically active: the athlete, the scout member or the environmental activist? In: *Acta Sociologica*, jg. 51, nr. 4, p. 355-370.

Reeser, J.C., R.L. Berg, D. Rhea en S. Willick (2005). Motivation and satisfaction among polyclinic volunteers at the 2002 Winter Olympic and Paralympic Games. In: *British Journal of Sports Medicine*, jg. 39, nr. 4, p. 20-33.

RMO (2008). *Verkenning participatie: arbeid, vrijwillige inzet en mantelzorg in perspectief* (werkdocument 16). Den Haag: Raad voor Maatschappelijke Ontwikkeling.

Ruiter, S. en R. Bekkers (2009). Vrijwillige participatie tijdens de levensloop. In: P. Dekker en J. de Hart (red.), *Vrijwilligerswerk in meervoud* (p. 43-63). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Safai, P., J. Harvey, M. Lévesque en P. Donnelly (2007). Sport volunteerism in Canada. In: *International Review for the Sociology of Sport*, jg. 42, nr. 4, p. 425-439.

Seippel, Ø. (2002). Volunteers and Professionals in Norwegian sport organizations. In: *Voluntas*, jg. 13, nr. 3, p. 253-270.

Seippel, Ø. (2008). Sports in civil society: networks, social capital and influence. In: *European Sociological Review*, jg. 24, nr. 1, p. 69-80.

Rapportage Sport 2010_4.indd 83 25-11-2010 13:01:05

Stolle, D. en T.R. Rochon (2001). Are all associations alike? In: B. Edwards, M.W. Foley en M. Diani (red.), *Beyond Tocqueville* (p. 143-156). New England: University Press of New England.

Suanet, B., M. Broese van Groenou en A.W. Braam (2009). Changes in volunteering among young adults in the Netherlands between 1992 and 2002: the impact of religion, age-norms, and intergenerational transmission. In: *European Journal of Ageing*, nr. 6, p. 157-165.

Toppe, C., S. Golombek, A. Kirsch, J. Michel en M. Weber (2002). *Engaging youth in lifelong service*. Washington, DC: Independent Sector.

Wheeler, J.A., K.M. Gorey en B. Greenblatt (1998). The beneficial effects of volunteering for older volunteers and the people they serve. In: *International Journal of Aging and Human Development*, jg. 47, nr. 1, p. 69-79.

Rapportage Sport 2010_4.indd 84 25-11-2010 13:01:05

5 Sport volgen vanaf de tribune of de bank

Desirée Verbeek en Annet Tiessen-Raaphorst (SCP)

5.1 Sportbetrokkenheid: een ambitie

Sport kan beleefd worden als actieve deelnemer, maar ook als vrijwilliger, toeschouwer, tv-kijker of internetbezoeker. In dit hoofdstuk kijken we niet naar de actieve sportdeelname (hoofdstuk 3) of het vrijwilligerswerk (hoofdstuk 4), maar naar andere vormen van sportbetrokkenheid: sportwedstrijden of -evenementen bekijken, live of via de media. Naast een activiteit voor beoefenaars, is sport namelijk steeds meer een publieksactiviteit (Stokvis 2003).
Net zoals aan actieve sportdeelname positieve effecten worden toegedicht, gebeurt dat ook bij het volgen van sport. Zo zou sport volgen aanzetten tot zelf sporten. Ook zou topsport volgen, samen met vrienden, familie of onbekenden die die passie delen, bijdragen aan de kwaliteit van leven en leiden tot verbondenheid en nationale trots: het oranjegevoel (NOC*NSF 2009a, VWS 2009 en 2010, De Hart 2005). Gezien deze maatschappelijke spin-off is de wens om de sportbetrokkenheid te vergroten niet verwonderlijk. De ambitie is om tot en met 2020 130 EK's en WK's in Nederland te organiseren, ruim 60% meer dan in de periode 1996-2007. Daarnaast is in het Olympisch Plan 2028 de ambitie geformuleerd om een Crossmedia Platform Sport op te richten dat via vier mediakanalen – televisie, web-tv met video-on-demand, mobiel-tv en doelgroep-tv in (o.a.) clubhuizen van sportclubs – informatie over sport zal bieden.

We onderzoeken hoe het gesteld is met de sportbetrokkenheid van Nederlanders. Hoeveel Nederlanders bezoeken wel eens een sportwedstrijd? Hoeveel Nederlanders volgen de sport via de media? Gezien het thema van dit rapport, 'Sport: een leven lang', is de algemene vraagstelling in dit hoofdstuk: volgen jong en oud sport, volgen zij de sport als toeschouwer en/of via de media, hoe verschilt dit voor jong en oud, en hoe is dit in de tijd veranderd?
Eerst gaan we in op ontwikkelingen in het bezoeken van sportwedstrijden en –evenementen (§ 5.2). Vervolgens bekijken we het volgen van sport via oude en nieuwe media (§ 5.3). Het hoofdstuk sluit af met een vooruitblik naar de sportbetrokkenheid in 2016 en 2028 (§ 5.4).

5.2 Bezoeken van sportwedstrijden

Nederland streeft er naar om het gastland van meer Europese of wereldkampioenschappen te zijn. Zo is er een bid gedaan om het WK-voetbal in 2018 of 2022 in Nederland en België te organiseren.[1] Ook wordt gestreefd om de Olympische Spelen van 2028 naar ons land te halen, precies honderd jaar na de Olympische Spelen in Amsterdam. Naast topsport- bestaan er ook prestatiesport- en recreatiesportevenementen, zoals

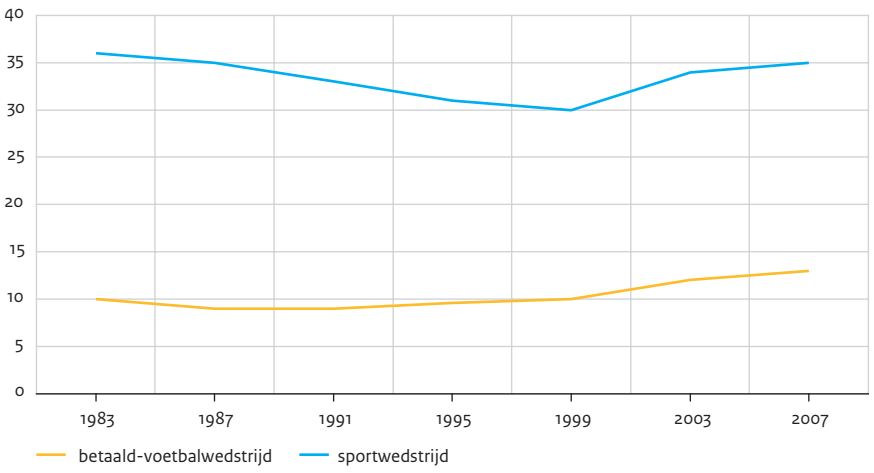
Rapportage Sport 2010_4.indd 85 25-11-2010 13:01:05

marathons en wandelvierdaagsen. Uit de Evenementen top 100 van 2009 (Respons 2010) blijkt dat van alle evenementen – dus ook niet aan sport gerelateerde – de Nijmeegse Vierdaagse de meeste bezoekers heeft getrokken (bijna twee miljoen). Na het zomercarnaval in Rotterdam en de Tilburgse kermis komt op de vierde plaats weer een sportevenement: de Fortis-marathon in Rotterdam (900.000 bezoekers). Het bezoeken van hardloopwedstrijden en marathons is populair: in de Evenementen top 100 staan er zeven (Respons 2010).
Er is kortom veel interesse voor sportevenementen. Maar neemt de belangstelling ook toe, zoals gehoopt en verondersteld wordt (zie NOS*NSF 2009a)? Overigens moeten we in het achterhoofd houden dat 'sportwedstrijd' niet hetzelfde is als 'sportevenement'. Ons onderzoek gaat over 'bezoek aan sportwedstrijden'. Het is onduidelijk of mensen die een sportevenement bezoeken dit ook opgeven als een bezoek aan een sportwedstrijd. De kans bestaat dat mensen die marathonlopers of vierdaagselopers aanmoedigen dat niet als 'bezoek aan sportwedstrijd' aangeven. Niettemin is het bezoeken van sportevenementen wel degelijk een manier om sport live te volgen. Een deel van het spectrum 'bezoek aan sportwedstrijden en –evenementen' blijft door de focus van de enquêtes op wedstrijden echter mogelijk onbelicht.[2]

Ongeveer een derde van de Nederlanders (van 6 jaar en ouder) bezoekt wel eens een sportwedstrijd (figuur 5.1). Sinds 1999 is het aantal mensen dat minimaal eenmaal per jaar toeschouwer is van een sportwedstrijd toegenomen. Maar over een langere periode bezien moet deze toename gerelativeerd worden; het wedstrijdbezoek was in 2007 nog niet op het niveau van 1983. Voor het betaald voetbal ligt dat anders; in 2007 bezocht een iets groter aantal Nederlanders minimaal één betaald-voetbalwedstrijd dan in 1983 (figuur 5.1). NOC*NSF (2009b: 66) biedt de volgende verklaring voor de (licht) toegenomen populariteit van het bijwonen van een betaald-voetbalwedstrijd: 'Betere, overdekte stadions, meer veiligheid en meer entertainment rond de wedstrijden hebben de gang naar het stadion tot een waar evenement gemaakt. In toenemende mate zijn het niet alleen mannen die naar stadions gaan, maar juist ook vrouwen en ouderen'. Voetbalvandalisme bestaat overigens nog steeds. Het aantal aanhoudingen was in het seizoen 2008-2009 hoger dan in de twee voorgaande seizoenen. Uitgesplitst naar leeftijd zijn met name de 19-24-jarigen verantwoordelijk voor het voetbalvandalisme (zie bijlagetabel B5.1).

Rapportage Sport 2010_4.indd 86 25-11-2010 13:01:05

Figuur 5.1
Toeschouwer sportwedstrijden en betaald-voetbalwedstrijden,, bevolking van 6 jaar en ouder, 1983-2007 (in procenten)



Bron: SCP (AVO'83-'07)

Een leven lang sporttoeschouwer?

Het bezoeken van sportwedstrijden is het meest populair onder jongeren (figuur 5.2). In 2007 bezocht bijna de helft van de 12-17-jarigen minimaal eenmaal per jaar een sportwedstrijd (49%). Met een aandeel van 60% in 1983 kan geconcludeerd worden dat de populariteit onder de 12-17-jarigen vroeger nog groter was. Het afgenomen bezoek aan sportwedstrijden zou mede het gevolg kunnen zijn van het toegenomen mediagebruik onder pubers[3] (zie Breedveld et al. 2006), waardoor er minder tijd overblijft voor andere activiteiten.

Na het 17e levensjaar neemt de populariteit af tot 11% onder de 75-plussers. Deze afname verloopt niet helemaal in een rechte lijn; er is een kleine dip in het aandeel sporttoeschouwers onder de 25-34-jarigen (figuur 5.2).[4] Een mogelijke verklaring is dat mensen in die levensfase weinig vrije tijd hebben, omdat zij carrière combineren met jonge kinderen (zie ook hoofdstuk 2). Daardoor is niet alleen de sportdeelname lager (hoofdstuk 3), maar ook het bezoek aan sportwedstrijden.

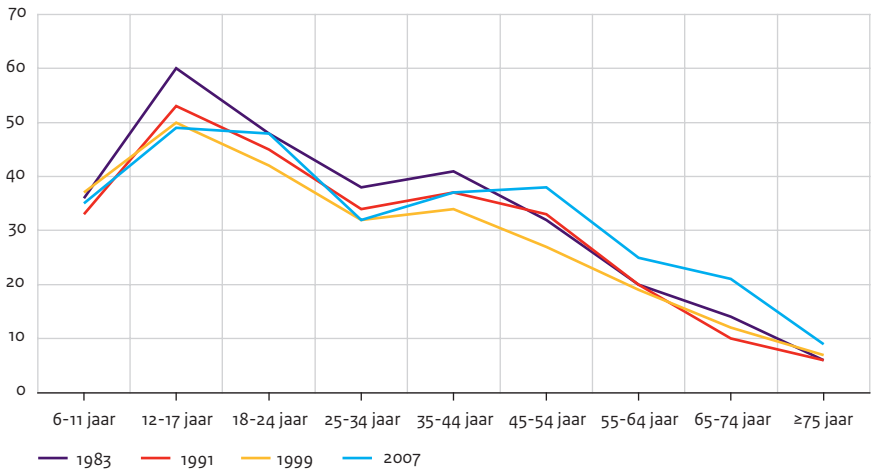
Hoe ouder men wordt, hoe kleiner dus de kans dat men naar sportwedstrijden gaat kijken. Niettemin gaan ouderen tegenwoordig vaker naar het voetbalstadion dan vroeger (NOC*NSF 2009b). Geldt dit alleen voor de voetbalstadions of ook voor de ijshallen, turnhallen, basketbalvelden, hockeyvelden, of zwemtribunes? In 2007 bezocht een groter aandeel 45-plussers sportwedstrijden dan in voorgaande jaren. Het aandeel sporttoeschouwers onder 45-54-jarigen, 55-64-jarigen, 65-74-jarigen en 75-plussers steeg tussen 1983 en 2007 respectievelijk met 6, 5, 7 en 3 procentpunten, terwijl het aandeel sporttoeschouwers onder jongeren in dezelfde periode daalde (zie figuur 5.2).

Rapportage Sport 2010_4.indd 87 25-11-2010 13:01:06

De 'ouderen' lijken inderdaad hun weg richting tribunes en sportvelden steeds beter te kunnen vinden.

Figuur 5.2

Toeschouwer sportwedstrijden naar leeftijd, bevolking van 6 jaar en ouder, 1983-2007 (in procenten)



Bron: SCP (AVO'83-'07)

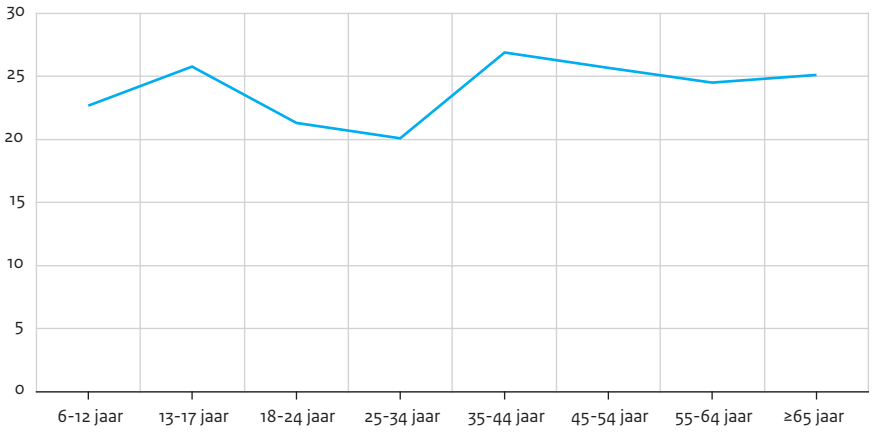
De frequentie van wedstrijdbezoek is voor de verschillende leeftijden nagenoeg gelijk (figuur 5.3a). Voor het bezoeken van sportwedstrijden blijkt, onder bezoekers, 'een leven lang' opgeld te doen. Een klein aandeel ouderen bezoekt sportwedstrijden, maar zij doen dat niet minder frequent dan andere leeftijdsgroepen. Dat geldt wel voor mensen tussen 18-34 jaar, die, zoals we in figuur 5.2 zagen, sowieso al een kleiner aandeel hebben in het bezoek aan sportwedstrijden, waarschijnlijk omdat ze het te druk hebben met andere zaken.

Dat voor sporttoeschouwers geldt 'een leven lang' wordt bevestigd door de gegevens uit het Tijdbestedingsonderzoek (TBO). Het aantal uren dat bezoekers aan sportwedstrijden besteden is vrij constant voor de verschillende leeftijdsgroepen (figuur 5.3.b). Het gemiddelde is 2 uur en 40 minuten per week. De 6-12-jarigen besteden hier met 2 uur en 18 minuten het minste tijd aan, en de 65-74-jarigen met 3 uur en 12 minuten het meeste. Uiteraard besteden mensen die minder frequent wedstrijden bezoeken er ook minder tijd aan. Alleen de groep 35-44-jarigen bezoekt wel vaak sportwedstrijden, maar korter dan gemiddeld.

Rapportage Sport 2010_4.indd 88 25-11-2010 13:01:06

Figuur 5.3a

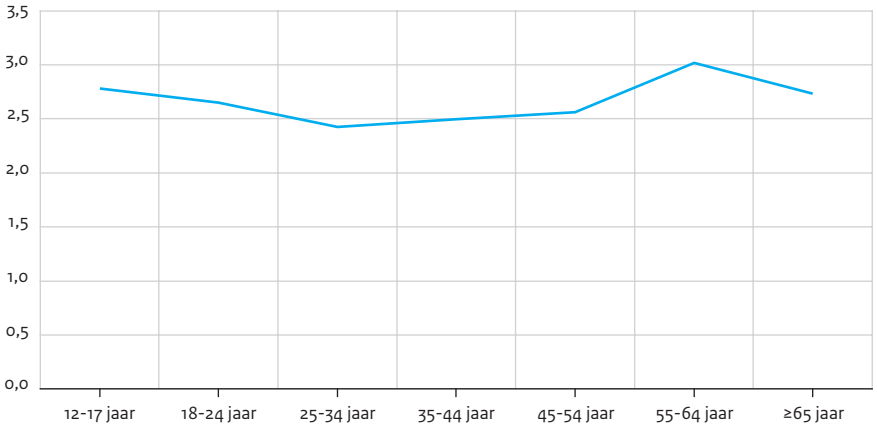
Aantal bezoeken aan sportwedstrijden in 12 maanden naar leeftijd, bezoekers van 6 jaar en ouder, gemiddelde van 2004 en 2008



Bron: NBTC-NIPO Research (CVTO'04-'08)

Figuur 5.3b

Tijd besteed aan bezoek van sportwedstrijden naar leeftijd, in aantal uren per week, bezoekers van 12 jaar en ouder, gemiddelde van 1975-2005[5]



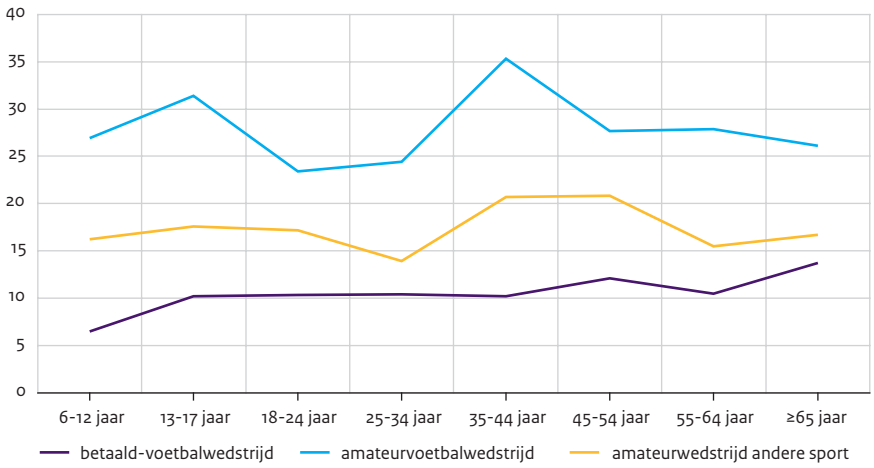
Bron: SCP (TBO'75-'05)

Rapportage Sport 2010_4.indd 89 25-11-2010 13:01:06

Er kan vervolgens nog uitgesplitst worden naar drie typen sportwedstrijden: betaald voetbal, amateurvoetbal en amateurwedstrijd van een andere sport. Dan blijkt dat de verschillende leeftijdsgroepen ongeveer even vaak naar betaald-voetbalwedstrijden gaan (figuur 5.4).[6] Bij amateurwedstrijden, vooral voetbal, is dat niet het geval. Deze worden door 35-44-jarigen frequenter bezocht dan door andere leeftijdsgroepen.

Figuur 5.4

Aantal bezoeken aan sportwedstrijden in 12 maanden: betaald voetbal, amateurvoetbal en amateurwedstrijd andere sport, gemiddelde van 2004 en 2008



Bron: NBTC-NIPO Research (CVTO'04-'08)

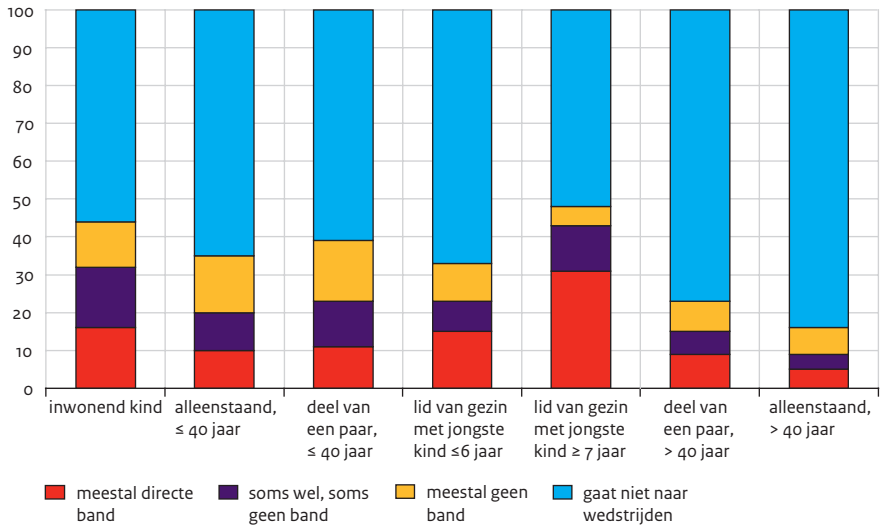
Naar alle waarschijnlijkheid zijn dit ouders die hun kinderen naar voetbal brengen en langs het veld staan om hun kroost aan te moedigen. Dit vermoeden wordt bevestigd wanneer we nagaan of mensen een directe band hebben met de spelers. Gezinnen met kinderen van 7 jaar of ouder hebben vaker een directe band met de spelers dan mensen in andere levensfasen: 31% (figuur 5.5). Als we de mensen die niet naar wedstrijden gaan buiten beschouwing laten, heeft zelfs 65% van deze mensen een directe band met de spelers.

Kortom, sportbetrokkenheid dankzij het bezoeken van sportwedstrijden is met name van toepassing op jongeren. Vanaf 18 jaar neemt deze interesse langzaam af. Maar onder sporttoeschouwers geldt dat mensen van alle leeftijden ongeveer even vaak een wedstrijd bezoeken. Mensen met kinderen van 7 jaar en ouder gaan iets vaker naar amateurwedstrijden, waarschijnlijk om hun eigen kinderen aan te moedigen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 90 25-11-2010 13:01:06

Figuur 5.5

Directe band met de spelers[a] naar levensfase, gemiddelde van 2003 en 2007



a 'Als u gaat kijken, is dat dan naar wedstrijden van mensen waar u een directe band mee heeft (bv. als ouder, kind of partner').

Bron: SCP (AVO'03-'07)

5.3 Sport volgen via oude en nieuwe media

Dankzij radio, tv en internet kunnen wedstrijden live gevolgd worden zonder daarbij fysiek aanwezig te zijn. In 1928 vond in Nederland de eerste radio-uitzending van een sportwedstrijd plaats: de voetbalwedstrijd tussen Nederland en België. In 1952 werd voor het eerst in Nederland een voetbalwedstrijd op televisie uitgezonden: Nederland-Zweden.

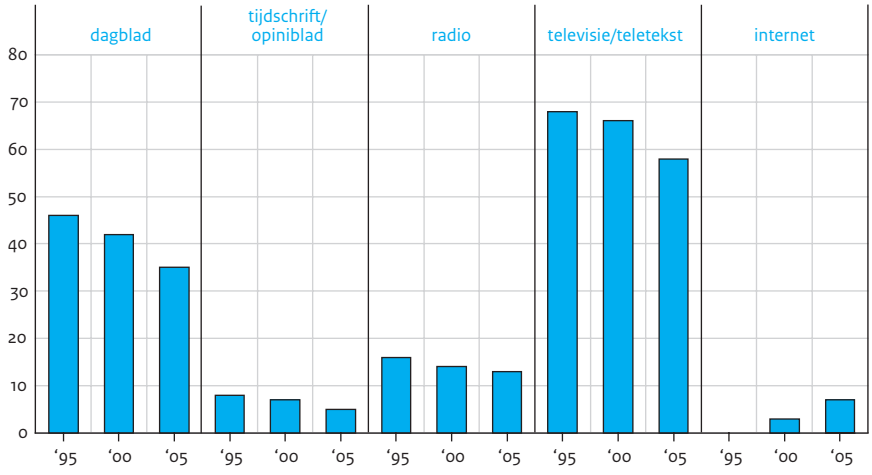
Door radio en tv is het volgen van sport onafhankelijker van plaats geworden, en door internet ook onafhankelijker van tijd. Wedstrijd, locatie en tijdstip worden steeds meer losgekoppeld (vgl. tijd-ruimte-distantiëring Giddens 1984). Je hoeft niet 's nachts op te blijven om wedstrijden uit andere tijdszones te volgen; via internet kun je de volgende ochtend namelijk 'live' de volledige wedstrijden zien zonder de uitslagen te kennen (bv. via www.afstandgemist.nl tijdens de Olympische Spelen van 2010).

We geven in deze paragraaf een beeld van de sportbetrokkenheid via verschillende oude en nieuwe media: radio, tv, kranten, tijdschriften, opiniebladen, internet en – waar mogelijk – smartphones. Tevens laten we zien welke verschuivingen er zijn in het gebruik van de verschillende media om zich te informeren over sport.

Rapportage Sport 2010_4.indd 91 25-11-2010 13:01:06

Figuur 5.6

Gebruik van informatiebronnen voor sportnieuws[a], geïnteresseerden in sport van 12 jaar en ouder, 1995-2005 (in procenten)



a 'Wilt u voor sportnieuws aangeven welke van de informatiebronnen u gebruikt?' Er is niet gevraagd naar het gebruik van smartphones.

Bron: SCP (TBO'95-'05)

De interesse in het volgen van sport via de media neemt af (zie ook Kamphuis en Van den Dool 2008). Het aandeel van de Nederlandse bevolking dat niet geïnteresseerd is in sport, steeg van 31% in 1995 naar 39% in 2005. Bovendien is onder de mensen die zich informeren over sport het gebruik van bijna alle informatiebronnen afgenomen, vooral van tv en krant (figuur 5.6). Desondanks waren dit in 2005 nog altijd de belangrijkste media om sportnieuws te volgen. Het afgenomen gebruik van deze informatiebronnen geldt overigens niet alleen voor de sport, maar ook voor andere onderwerpen (Huysmans en De Haan 2010). Internet daarentegen is sterk in opkomst. Het gebruik van internet om sportnieuws te achterhalen is tussen 2000 en 2005 meer dan verdubbeld van 3% naar 7%. Gezien het tempo waarin het mediagebruik kan veranderen, zal het internetgebruik voor sportdoeleinden in 2010 zeer waarschijnlijk een stuk hoger liggen dan in 2005.[7]
Door de toenemende crossmedialiteit – het gebruik van verschillende mediakanalen – zal het gebruik van deze informatiebronnen in de toekomst steeds minder makkelijk van elkaar te onderscheiden zijn. Men leest het sportkatern van de krant op internet, luistert naar de radio via internet, bekijkt Studio Sport via uitzendinggemist.nl en volgt etappes van de Giro d'Italia live via de smartphone.
We beschrijven achtereenvolgens het volgen van sport door verschillende leeftijdsgroepen via radio en tv, kranten/tijdschriften/opiniebladen en via internet en smartphone.

Rapportage Sport 2010_4.indd 92 25-11-2010 13:01:06

Sport volgen via radio en tv

Gemiddeld 64% van de Nederlanders bekijkt wel eens een tv-uitzending over sport of luistert naar sport via de radio.[8] Dat aandeel is groter dan het aandeel mensen dat de wedstrijden fysiek bezoekt. Sport volgen via radio of tv neemt echter af. Niet alleen zijn er steeds meer mensen die dit nooit doen (30% in 1983 en 37% in 2007), ook is het aandeel mensen dat frequent (minimaal eenmaal per week) sport volgt via deze media afgenomen van 49% in 1983 naar 41% in 2007 (Kamphuis en Van den Dool 2008: 112). Een mogelijke verklaring is een groeiende desinteresse in topsport. Ook kan het zijn dat mensen nog steeds evenveel interesse hebben in topsport, maar die minder via radio of tv en meer via andere media volgen.

Verschillen ouderen en jongeren van elkaar in het gebruik van radio of televisie voor informatie over sport? Opvallend is dat – onder geïnteresseerden in sport – de percentages voor alle leeftijdsgroepen nagenoeg gelijk zijn (tabel 5.1, zie ook figuur 5.13). Zowel jong als oud informeert zich wel eens over sport via radio of tv. Alleen wordt de kans dat dit wekelijks of vaker gebeurt groter naarmate men ouder wordt (zie bijlagefiguur B5.2). Ten slotte blijkt de afgenomen populariteit van het volgen van de sport via radio en tv ook wanneer we bepaalde groepen door de tijd heen volgen. Werden radio en tv in 1995 door 64% van de 18-24-jarigen gebruikt om zich te informeren over sport, tien jaar later, in 2005, behoorde deze groep tot de 25-34-jarigen en was het gebruik van tv en radio gedaald tot 53% (tabel 5.1).

Tabel 5.1

Gebruik van tv en/of radio voor informatie over sport, geïnteresseerden in sport van 12 jaar en ouder (in procenten)

	12-17 jaar	18-24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar	65 jaar en ouder	totaal
1995	.	64	58	64	62	63	62	62
2000	70	66	64	59	55	63	51	60
2005	66	59	53	49	54	56	54	55

. Te klein aantal om een betekenisgevend percentage te berekenen.

Bron: SCP (TBO'95-'05)

Sport volgen via geschreven media

Voordat radio en televisie er waren, konden mensen sport volgen via sportkranten. De eerste sportkranten op het Europese continent ontstonden rond 1900. De Italiaanse sportkrant Gazzetta dello Sport verscheen voor het eerst aan de vooravond van de eerste moderne Olympische Spelen van Athene in 1896. Al snel daarna ontstonden het Franse L'Auto-Vélo – voorganger van L'Équipe – en het Spaanse El Mundo Deportivo. In Nederland rolde pas een eeuw later, op 7 april 2008, de eerste dagelijkse sportkrant van de pers: AD Sportwereld Pro. Deze sportkrant was mogelijk doordat er in 2008 een groot aantal sportevenementen plaatsvond: het Europees kampioenschap voetbal in Zwitserland en Oostenrijk, Wimbledon, de Tour de France en de Olympische Zomerspelen

Rapportage Sport 2010_4.indd 93 25-11-2010 13:01:06

in China. Na afloop van deze evenementen bleven de adverteerders weg en is de krant opgehouden te bestaan.
De eerste sportkranten beschreven vaak het wedstrijdverloop, maar dit schoof steeds meer naar de achtergrond. Radio en televisie namen die rol over. In de geschreven media werd de aandacht voor de spelers daarentegen steeds belangrijker (Stokvis 2003). Waar televisie de hele wedstrijd laat zien, bespreken kranten de uitblinkers van de wedstrijd en gaan tijdschriften vervolgens dieper in op waarnemingen, emoties en omstandigheden.
De populariteit van geschreven media voor informatie over sport is afgenomen, behalve onder de 55-plussers. Ten opzichte van 1995 is het gebruik van kranten, tijdschriften en/of opiniebladen onder 18-24-jarigen met ruim een kwart afgenomen (van 52% naar 38%), en onder 25-34-jarigen zelfs bijna met een derde (van 42% naar 29%) (tabel 5.2, zie ook figuur 5.13).

Tabel 5.2

Gebruik van krant en tijdschrift voor informatie over sport, geïnteresseerden in sport van 12 jaar en ouder (in procenten)

	12-17 jaar	18-24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar	65 jaar en ouder	totaal
1995	.	52	42	51	50	44	45	47
2000	46	34	43	46	48	44	37	43
2005	31	38	29	36	39	44	37	36

. Te klein aantal om een betekenisgevend percentage te berekenen.

Bron: SCP (TBO'95-'05)

Ook hier bekijken we leeftijdscohorten door de tijd heen. Dit bevestigt de afnemende populariteit van kranten en tijdschriften, vooral voor de groep die in 1995 18-24 jaar was. In 1995 gebruikte 52% van hen de geschreven media om zich te informeren over sport. In 2005 was deze groep 25-34 jaar oud en was het aandeel bijna gehalveerd tot 29% (tabel 5.2). Deze ontwikkelingen beloven niet veel goeds voor de toekomst van de geschreven media, tenminste waar het sportnieuws betreft.

Sport volgen via internet

Sport volgen via internet is beduidend populairder onder jongeren dan onder ouderen (tabel 5.3, zie ook figuur 5.13). Dit is in lijn met het feit dat jongeren meer tijd op internet besteden dan ouderen (Steyaart en De Haan, 2007). Dat jongeren steeds minder geïnteresseerd zijn in het volgen van sport via geschreven media, betekent dus niet per se dat de interesse in het volgen van sport via media onder jongeren afgenomen is.

Rapportage Sport 2010_4.indd 94 25-11-2010 13:01:06

Tabel 5.3
Gebruik van internet voor informatie over sport, geïnteresseerden in sport van 12 jaar en ouder (in procenten)

	12-17 jaar	18-24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar	65 jaar en ouder
2005	14	15	12	8	4	2	0

Bron: SCP (TBO'05)

Het is vrij algemeen om te spreken over 'het internet als informatiebron'. Websites worden namelijk door de oude media gebruikt om informatie aan te bieden in de vorm van artikelen, audio- en videofragmenten, online discussies en animaties. De sportliefhebber kan op internet op elk moment van de dag terecht bij zijn of haar mediabron voor de meest actuele informatie. Om het internet als informatiebron iets meer te specificeren haken we aan bij vier vormen van sportbetrokkenheid via internet: news, games, tools en community's (Brouwer 2010).
'News' is het volgen van sport via nieuwswebsites, zoals nos.nl, nusport.nl, volkskrant.nl, en via websites van bij sport betrokken organisaties, zoals sport.nl, rabosport.nl, paardensport.tv, atletiekunie.tv en zwemsport.tv. Het is een belangrijke trend om sport live streaming via internet te volgen. Zo was het Nederlands tennisteam in de Davis Cup in 2010 alleen live via internet te zien. Ook de wedstrijden van het Nederlands elftal op het WK voetbal 2010 zijn door veel mensen via live streams gevolgd, tijdens of na afloop van de wedstrijd (tabel 5.4). Het uitzendmoment lijkt van invloed te zijn op het aantal keren dat een live stream gestart wordt. De wedstrijd tegen Denemarken – midden op een doordeweekse dag – had het grootste aantal live WK-streams, gevolgd door de wedstrijd tegen Slowakije – eind van een doordeweekse dag – ,wat doet vermoeden dat veel mensen deze wedstrijden hebben gevolgd tijdens het werk.
'Games' verwijst naar sportbetrokkenheid door sportgames te spelen. Zo kan op rabosport.nl het Rabo Ploegleiderspel gespeeld worden; je kunt een wielrenploeg samenstellen voor de Tour de France en kijken of je een betere ploegleider bent dan Erik Dekker en Frans Maassen.
'Tools' op internet kunnen mensen een extra sportbeleving geven: na een hardloopwedstrijd kan de deelnemer op internet het verloop van zijn race zien, met tijdstippen van doorkomst, de snelheid gedurende de race en foto's van zichzelf. Een andere tool is die waarmee commentaar gegeven kon worden op de jumps tijdens de halfpipe-finales op de Olympische Spelen 2010. Ter illustratie een greep uit de commentaren: 'En daar is ie: de double cork. En nog eentje, wat een geweldige actie.' 'Vet hoog!' 'Niet normaal, zoals die Shaun White in de halfpipe tekeer gaat'.

Rapportage Sport 2010_4.indd 95 25-11-2010 13:01:06

Tabel 5.4

Kijkersdichtheid op tv en aantal live streams via internet tijdens en na de wedstrijden van het Nederlands elftal tijdens het WK voetbal 2010 (in aantallen)

	uitzenddatum, -dag en -tijdstip	kijkersdichtheid	live WK-streams[a]	WK Duel gemist[b]
Nederland – Denemarken	maandag 14 juni; 13.30 uur	4.166.000	565.879	29.655
Nederland – Japan	zaterdag 19 juni; 13.30 uur	5.707.000	173.290	10.800
Nederland – Kameroen	donderdag 24 juni; 20.30 uur	7.185.000	186.823	10.190
Nederland – Slowakije	maandag 28 juni; 16.00 uur	6.072.000	335.751	14.000
Nederland – Brazilië	vrijdag 2 juli; 16.00 uur	7.031.000	257.435	48.116
Nederland – Uruguay	dinsdag 6 juli; 20.30 uur	8.501.000	169.201	20.298
Nederland – Spanje	zondag 11 juli; 20.30 uur	8.513.000	130.061	14.886

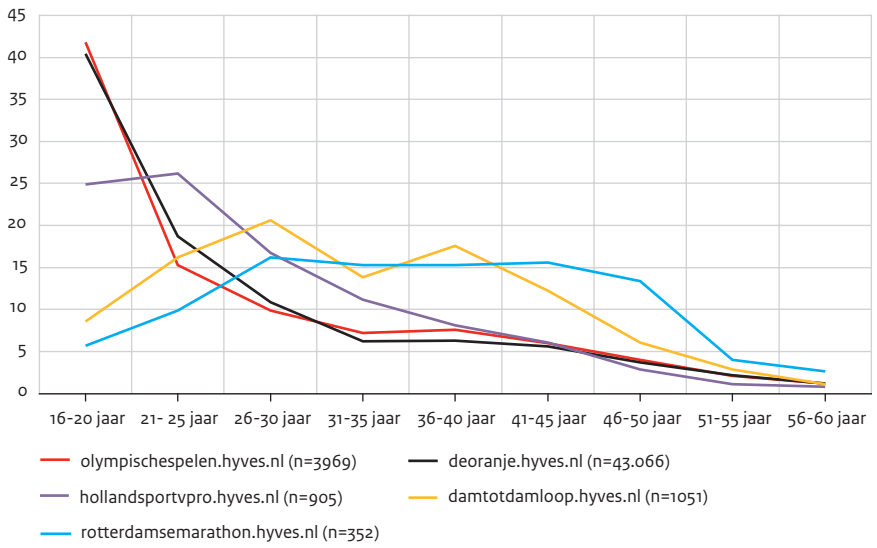
a Aantal keer live stream gestart vanaf een uur voor de wedstrijd, tijdens de wedstrijd en tot en met 10 minuten na afloop.
b Aantal keer live stream gestart na de live uitzending tot en met 6 dagen na de uitzending.

Bron: Stichting Kijkonderzoek (SKO), http://www.kijkonderzoek.nl/publicaties/rapporten/rapporten.html

Tot slot vormen 'community's' zoals Hyves[9] en Twitter[10] een manier om sport en sporters te volgen. Op de community's rondom sport willen we iets dieper ingaan. Zo kun je via Twitter niet alleen sportwedstrijden, maar ook de sporters zelf volgen. Voorheen kon dat alleen wanneer sporters een interview gaven op tv, op de radio of in een tijdschrift. Nu kan het altijd en overal, doordat sporters berichten plaatsen op Twitter. (Ex-)topsporters hebben een groot aantal volgers. Zo heeft Erben Wennemars 31.831 volgers, Mark Tuitert 13.426 en Laurens ten Dam 11.340 (zie bijlagetabel B5.3; voor meer informatie over Nederlandse topsporters op Twitter, zie Coppes 2010). Dit illustreert dat deze interactieve manier om sporters op elk moment van de dag te volgen populair is. Twitter is daarnaast bij uitstek een manier om andere 'sportvolgers' te volgen. Toen Sven Kramer tijdens de 10 kilometer schaatsen op de Olympische Spelen 2010 de verkeerde baan nam, kregen twitteraars de verbazing en verslagenheid onder andere schaatsfans mee via de grote hoeveelheid tweets die geplaatst werd. 'Van alle Nederlandse sporters is Kramer tijdens de Olympische Winterspelen in Vancouver het meest in tweets genoemd. […] Hij kwam bijna 6.500 keer voor in Twitter-berichten' (twittermania.nl, geraadpleegd op 2 maart 2010).
We hebben de leeftijden van de leden van enkele sportgerelateerde Hyves-community's in kaart gebracht (figuur 5.7).[11]

Rapportage Sport 2010_4.indd 96 25-11-2010 13:01:06

Figuur 5.7
Leeftijdsverdeling van sportgerelateerde Hyves-community's[a]



Bron: www.hyves.nl, geraadpleegd op 18-05-2010

a De n in de figuur verschilt van het aantal leden van de Hyves-community's, aangezien niet van alle leden de leeftijd bekend is. Op 18-05-2010 had olympischespelen.hyves.nl 15.251 leden, deoranje.hyves.nl 133.063, hollandsportvpro.hyves.nl 2162, damtotdamloop.hyves.nl 2277 en rotterdamsemarathon.hyves.nl 796.

Bron: www.hyves.nl, geraadpleegd op 18-05-2010

Ondanks dat Hyves met name door jongeren gebruikt wordt, laat de figuur zien dat ook 'niet-jongeren' lid zijn van sport-community's. Pas boven de 50 jaar wordt de kans erg klein dat mensen betrokken zijn bij sport via Hyves-community's. Bovendien valt op dat de Hyves-community's rond sport een andere leeftijdsverdeling kennen. Die rond de Olympische Spelen en het Nederlands elftal bestaan vooral uit jongeren, terwijl de die over Holland Sport ook mensen uit oudere leeftijdscategorieën trekt. De Hyves-community's rond hardloopevenementen, de Dam tot Damloop en de Fortis Marathon in Rotterdam zijn minder populair onder jongeren dan onder de 26-plussers (vgl. hoofdstuk 3: hardlopen is vooral populair onder 25-54-jarigen).

Sport volgen via smartphones

Het is ook mogelijk om sportuitslagen en tussenstanden te ontvangen via smartphones: gsm-toestellen met een internetverbinding. Er bestaan allerlei applicaties voor de smartphone om sport te volgen.
De Rabobank, sponsor van wielrennen, hockey en paardensport, heeft applicaties voor smartphones ontwikkeld, omdat ze 'klanten en sportliefhebbers willen laten genieten

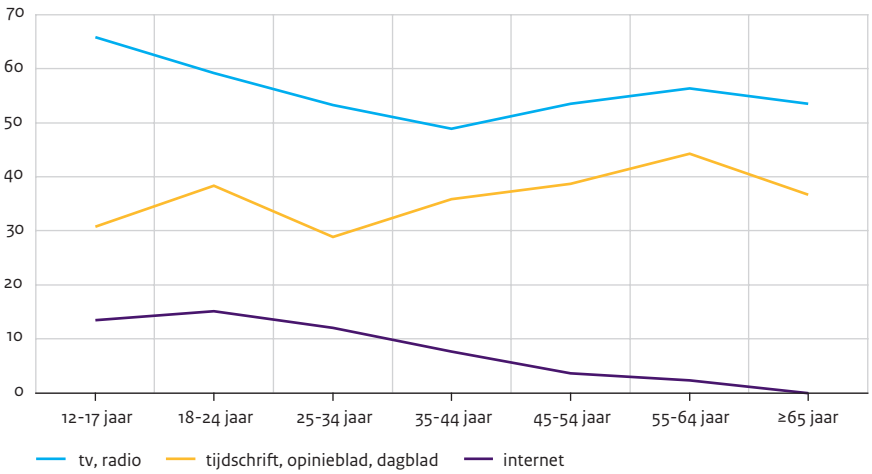
Rapportage Sport 2010_4.indd 97 25-11-2010 13:01:06

van sport' (www.rabobank.nl, geraadpleegd op 18 mei 2010). In 2009 hebben ze een applicatie voor de Tour de France ontwikkeld – iTour –, die in drie weken tijd ruim 80.000 keer is gedownload. iTour toonde tijdens de race wie er in de kopgroep zaten en met welke voorsprong. In 2010 is een nieuwe iTour-applicatie geïntroduceerd waarmee ook gezocht kan worden op naam of rugnummer. Op deze manier is snel te zien wie ontsnapt, en wat zijn positie in het algemeen klassement is (Litjens 2010).
Gezien de prognose dat rond 2015 de gewone mobiele telefoons vervangen zullen zijn door smartphones – in 2008 bezat 15,5% van de Nederlanders tussen 16 en 80 jaar een smartphone (Huysmans en De Haan 2010) –, is het te verwachten dat smartphones een belangrijk nieuw medium zullen vormen voor het volgen van sport. Er zijn echter nog geen data beschikbaar over de leeftijden van de gebruikers van sportapplicaties voor de smartphone.

Ter afsluiting kunnen we stellen dat jongeren – opgegroeid in het crossmediale tijdperk – ten opzichte van ouderen meer verschillende media gebruiken om zich te informeren over sport (figuur 5.8). Jongeren gebruiken zowel tv/radio en geschreven media als internet om op de hoogte te blijven van sportuitslagen. Ouderen zijn daarentegen sterker gericht op de 'traditionele' media: tv, radio, dagbladen en tijdschriften. Internet, al dan niet via een computer of een smartphone, werd in 2005 zelden geraadpleegd door deze leeftijdsgroep om op de hoogte te blijven van het sportnieuws. Ondanks verschillen in de voorkeuren voor bepaalde media tussen jongeren en ouderen en het afgenomen gebruik van de geschreven media, is de mediabetrokkenheid onder verschillende leeftijdsgroepen nagenoeg gelijk.

Figuur 5.8

Gebruik van verschillende media voor sportinformatie naar leeftijd, geïnteresseerden in sport van 12 jaar en ouder (in procenten)



Bron: SCP (TBO'05)

Rapportage Sport 2010_4.indd 98 25-11-2010 13:01:06

5.4 Conclusies en blik op de toekomst

Ongeveer een derde van de Nederlanders van 6 jaar en ouder bezoekt wel eens een sportwedstrijd. Dat is het meest populair onder jongeren (12-17 jaar). Bijna de helft van de jongeren bezoekt eenmaal per jaar een sportwedstrijd tegen slechts een tiende van de ouderen (75-plussers). Overigens gaan er tegenwoordig meer ouderen naar sportwedstrijden dan 25 jaar geleden. Overdekte stadions, verbeterde veiligheid en meer entertainment rond de wedstrijd kunnen hiervoor een verklaring bieden (NOC*NSF 2009b), evenals het feit dat de ouderen van nu opgegroeid zijn in een sportcultuur, wat niet alleen resulteert in een grotere sportdeelname, maar ook in een toegenomen interesse om sportwedstrijden te bezoeken (hoofdstuk 3).
Van de sporttoeschouwers wonen de verschillende leeftijdsgroepen ongeveer even vaak sportwedstrijden bij. Kleine uitzonderingen hierop vormen de 25-34-jarigen, die iets minder vaak gaan gezien de drukke levensfase waarin carrière en de zorg voor kinderen gecombineerd worden, en de 35-44-jarigen, die iets vaker gaan, waarschijnlijk om de sportwedstrijden van hun eigen kinderen bij te wonen.

Gemiddeld twee derde van de Nederlanders is betrokken bij sport door sportwedstrijden te volgen via radio en/of tv. In tegenstelling tot het bezoek aan sportwedstrijden geldt dit zowel voor jongeren als voor ouderen. Ofschoon de deelname onder verschillende leeftijdsgroepen gelijk is, is de intensiteit van het volgen van sport via radio of tv dat niet. Ouderen informeren zich vaker via tv of radio dan jongeren. Ook de geschreven media worden meer door ouderen dan door jongeren geraadpleegd. Jongeren gebruiken daarnaast ook het internet om op de hoogte te blijven van het sportnieuws, en om onderdeel uit te maken van aan sportgerelateerde community's.
Ontwikkelingen in het mediagebruik voor sport laten zien dat de nieuwe media fors in populariteit stijgen, terwijl de interesse voor de oude media afneemt. Desondanks worden tv, radio en geschreven media nog ruimschoots meer gebruikt om sportnieuws te achterhalen dan internet. Dit is overigens niet uniek voor het volgen van de sport; televisie en kranten zijn veruit favoriet om informatie in te winnen over tal van onderwerpen (Huysmans et al. 2004).

Een blik op de sportbetrokkenheid in 2016 en 2028

In welke richting zal het volgen van sport – live of via de media – zich de komende decennia ontwikkelen? En wat zullen veranderingen in het live of via de media volgen van sport betekenen voor de sportbetrokkenheid in Nederland? De gekozen horizon van 2016 en zeker 2028 ligt nog ver voor ons. We kunnen dan ook geen harde uitspraken doen. Desondanks filosoferen we over de gevolgen van twee maatschappelijke ontwikkelingen voor de sportbetrokkenheid: informatisering en intensivering (Schnabel 2000).[12]

Informatisering: keuzevrijheid waar, wanneer en wat te volgen

Sport en media zijn nauw met elkaar verbonden. Onder druk van de media zijn in het verleden belangrijke aspecten van een sport veranderd om de spektakelwaarde te verhogen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 99 25-11-2010 13:01:06

Het klassieke voorbeeld is de invoering van de tiebreak in het tennis in 1971, waardoor de maximale duur van een wedstrijd beter voorspeld kan worden (Jouret 2000: 6). Door de informatisering van de maatschappij – de ontwikkelingen in en verspreiding van ICT en dan met name de opkomst van internet – zal de invloed van tv op sport in de toekomst kunnen afnemen. Sport hoeft in de toekomst niet langer 'gekneed' te worden naar de eisen van de tv, want internet biedt de flexibiliteit en keuzevrijheid om op een zelfgekozen tijdstip en locatie een zelfgekozen sport te volgen. Dankzij digitale televisie en internet zal het in de toekomst makkelijker worden om sporten te volgen die het tv-scherm nu niet halen: kleinere en minder populaire sporten, minder mediagenieke sporten en ook vrouwensporten. Wedstrijden die te lang duren voor televisieverslaggeving, of die slechts door een beperkt publiek bekeken worden, zijn in 2016 en 2028 nog makkelijker dan nu op internet te volgen.
De jongeren van nu zijn de eerste generatie die is opgegroeid met internet. Deze groep *digital natives* (term ontleend aan Prensky 2001) wordt steeds groter; in 2016 is iedereen tot 36 jaar *digital native* en in 2028 is dat iedereen tot 48 jaar. Zij zijn opgegroeid met digitalisering, internet en keuzevrijheid, en zullen zich niet voegen naar tv-uitzendingen waarbij anderen voor hen het tijdstip en aanbod van sport bepalen.
Daarnaast zullen snelle en interactieve vormen van informatie-uitwisseling (zoals via Twitter) in 2016 en 2028 een nog grotere rol gaan spelen in de sportbetrokkenheid dan anno 2010. Ook zullen tools en applicaties voor interactieve sportbetrokkenheid steeds meer toegepast worden.

Intensivering: sport volgen een beleving?

'Intensivering van de samenleving' doelt op de toenemende betekenis van de belevingscomponent in het moderne leven (Schnabel 2000). Men is steeds meer op zoek naar intensieve, gemeenschappelijk te ervaren belevingsactiviteiten (Mommaas et al. 2000, Elias en Dunning 2007). Ook NOC*NSF streeft naar beleving: de sportbeleving moet in 2016 dusdanig toegenomen zijn dat Nederland in de Europese top drie staat (NOC*NSF 2009a).
Het is in dit kader hoopvol dat de toegenomen keuzevrijheid in het volgen van sport via media zeker niet het einde van het live volgen van sportwedstrijden hoeft te betekenen. Tijdens de Olympische Spelen van 1928 in Amsterdam mochten er geen radioreportages gemaakt worden, omdat gevreesd werd dat het publiek dan weg zou blijven. Het tegendeel is waar gebleken. Media-aandacht voor sport trekt mensen naar de tribunes toe (Stokvis 2003). Hoewel het in de toekomst steeds minder noodzakelijk is om naar de stadions, sporthallen en tribunes te gaan om je favoriete sport te volgen – alles kan in 2028 online gevolgd worden, en thuis kun je het zelfs beter volgen dan live –, zal het toch een unieke beleving blijven om live aanwezig te zijn en zal de populariteit ervan dan ook waarschijnlijk niet afnemen.
Onzes inziens is er bij het volgen van sport wel een verschil tussen de objectief te meten sportbetrokkenheid – of en hoe vaak mensen sport volgen – en de subjectieve sportbeleving: de betekenis die sport voor mensen heeft, zoals de uitgelatenheid bij winst en de teleurstelling bij verlies. Het is niet aannemelijk dat de sportbeleving altijd even groot is. Soms wordt sportnieuws ter kennisneming aangenomen, soms wordt vol spanning

Rapportage Sport 2010_4.indd 100 25-11-2010 13:01:06

op het puntje van de bank meegeleefd met de wedstrijd. Zo zal ook de intensiteit van de sportbeleving tijdens het bezoek aan sportwedstrijden verschillen: een wedstrijd in de lokale tenniscompetitie zal voor de meeste mensen een minder unieke sportbeleving zijn dan een finale op Wimbledon.

De vraag rest wat de gevolgen van de veranderende sportbetrokkenheid zijn voor sociale cohesie en nationale trots. De hoop is dat samen een sportwedstrijd kijken of collectief meeleven met het Nederlands elftal op een EK of WK of met de Nederlandse sporters op de Olympische spelen bijdraagt aan sociale cohesie. Eerder onderzoek heeft echter uitgewezen dat sportevenementen en sportieve successen slechts in beperkte mate bijdragen aan nationale trots, en dat deze opleving steeds van korte duur is (Van Hilvoorde et al. 2010, De Hart 2005, Van den Heuvel 2003).

Noten

1 Naar verwachting valt op 2 december 2010 het besluit van de Wereldvoetbalbond FIFA.

2 In het Aanvullend Voorzieningengebruik Onderzoek (AVO) wordt gevraagd: 'Bent u de afgelopen 12 maanden wel eens als toeschouwer (niet op tv) naar sportwedstrijden gaan kijken?' In het Tijdbestedingsonderzoek (TBO) kan de respondent aangeven of in de onderzoeksweek een 'sportwedstrijden, sportmanifestaties' is bijgewoond en wordt aanvullend gevraagd 'Gaat u wel eens naar voetbalwedstrijden kijken?', 'Gaat u wel eens naar een andere sport dan voetballen kijken?. Het CVTO (Continu Vrijetijdsonderzoek) benoemt het bezoeken van 'betaald-voetbalwedstrijd (o.a. ere- en eerste divisie)', 'amateurvoetbalwedstrijd', 'professionele wedstrijd andere sport' en 'amateurwedstrijd andere sport'.

3 Tussen 1985 en 2005 zijn de 12-19-jarigen bijna twee uur meer vrije tijd gaan besteden aan media, terwijl dit onder alle andere leeftijdsgroepen in deze periode is afgenomen (www.tijdsbesteding.nl).

4 De data van het Continu VrijetijdsOnderzoek (CVTO) laten hetzelfde patroon zien: met name jongeren bezoeken sportwedstrijden, daarna wordt de interesse kleiner, met een dip onder de 25-34-jarigen.

5 6-12-jarigen (n = 32), 13-17-jarigen (n = 276), 18-24-jarigen (n = 293), 25-34-jarigen (n = 590), 35-44-jarigen (n = 671), 45-54-jarigen (n = 313), 55-64-jarigen (n = 180), 65-74-jarigen (n = 104), 75 jaar en ouder (n = 21).

6 Voor zeer uitgebreide informatie over fans van het betaald voetbal – zoals sociaaldemografische kenmerken, motivatie voor aanschaf seizoenkaart, motivatie voor bezoek wedstrijden, het gezelschap waarmee wedstrijden bezocht worden, bereikbaarheid van het stadion, volgen van de club op internet en het volgen van voetbal op tv – verwijzen we naar KNVB Expertise (2010).

7 De volgende editie van het TBO wordt in 2011 gehouden. De gegevens zijn naar verwachting voorjaar 2012 beschikbaar.

8 Van de Nederlanders van 12 jaar en ouder doet 41% dat minimaal eenmaal per week, 14% 2 á 3 keer per maand, en 9% eenmaal per maand of minder vaak (AVO 2007).

9 Hyves is een sociaal-netwerksite: een website waarop mensen een profiel kunnen aanmaken, voorzien van onder meer foto's, interesses en persoonskenmerken. Het eigen profiel kan gekoppeld worden aan dat van anderen binnen het sociale netwerk.

Rapportage Sport 2010_4.indd 101 25-11-2010 13:01:06

10 Twitter is een sociaal-netwerksite waarop men berichtjes van maximaal 140 karakters kan plaatsen. Twitteraars kunnen anderen binnen dit netwerk 'volgen'.
11 Een nadeel is dat mensen op internet kunnen liegen over leeftijd. We gaan ervan uit dat dat voor alle Hyves-community's in gelijke mate geldt.
12 Schnabel (2000) onderscheidt vijf maatschappelijke ontwikkelingen. Naast informatisering en intensivering zijn dat informalisering, internationalisering en individualisering. Met name de eerste twee zijn onzes inziens van invloed op hoe het volgen van sport in de toekomst.

Literatuur

Breedveld, K., A. van den Broek, J. de Haan, L. Harms, F. Huysmans en E. van Ingen (2006). *De tijd als spiegel*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Brouwer, G. (2010). *Presentatie op Congres Sport en nieuwe media*, Hogeschool van Amsterdam, Amsterdam, 21 april 2010, www.slideshare.net/gijsbregt/sports-20-spring-2010, gedownload op 29 april 2010.

CIV (2009). *Jaarverslag Centraal Informatiepunt Voetbalvandalisme 2008-2009*, www.civ-voetbal.com, gedownload op 17 augustus 2010.

Coppes, J. (2010). *Personal branding van de Nederlandse topsporter door middel van Social Media* (master thesis). Groningen: Sport Management Institute.

Elias, N. en E. Dunning (2007). *Sport en spanning. De zoektocht naar sensatie in de vrije tijd*. Amsterdam: Bert Bakker.

Giddens, A. (1984). *The constitution of society. Outline of the theory of structuration*. Berkeley, Los Angeles: University of California Press.

Hart, J. de (2005). *Voorbeelden en nabeelden. Historische vergelijkingen naar aanleiding van de dood van Fortuyn en Hazes* (deelstudie in het kader van project Het ongekende Nederland). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Heuvel, van den M. (2003). *De maatschappelijke betekenis van sport op televisie*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Hilvoorde, I. van, A. Elling en R. Stokvis (2010). How to influence national pride. The Olympic medal index as a unifying narrative. In: *International review for the Sociology of Sport*, jg. 45, nr. 1, p. 87-102.

Huysmans, F., J. de Haan en A. van den Broek (2004). *Achter de schermen. Een kwart eeuw lezen, luisteren, kijken en internetten* (Het culturele draagvlak 5). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Huysmans, F. en J. de Haan (2010). *Alle kanalen staan open. De digitalisering van mediagebruik*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Jouret, P. (2000). *Samenleving & sport: sport en media*. Brussel: Koning Boudewijn Stichting.

Kamphuis, C. en R. van den Dool (2008). Volgers van de sport. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst, *Rapportage sport 2008*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

KNVB Expertise (2010). *Eredivisie fan onderzoek 2009/'10*. Zeist: KNVB.

Litjens, S. (2010). Nieuwste media-applicaties verrijken sportbeleving. In: *Sport en Strategie*, jg. 4, nr. 6, p. 10-11.

Mommaas, H., M. van den Heuvel en W. Knulst (2000). *De vrijetijdsindustrie in stad en land. Een studie naar de markt van belevenissen* (voorstudies en achtergronden V109. Wetenschappelijke Raad voor het Regeringsbeleid). Den Haag: Sdu Uitgevers.

NOC*NSF (2009a). *Olympisch Plan 2028. Heel Nederland naar Olympisch niveau. Plan van aanpak op hoofdlijnen*. Arnhem: NOC*NSF.

Rapportage Sport 2010_4.indd 102 25-11-2010 13:01:06

NOC*NSF (2009b). *Expertrapport. Nederlandse sport naar Olympisch niveau. Een nadere uitwerking van het sportgedeelte van het Olympisch Plan 2028*. Arnhem: NOC*NSF.
Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. In: *On the horizon*, jg. 9, nr. 5, p. 1-6.
Respons (2010). Evenementen top 100 van 2009. In: *Toerisme en Recreatie* 2010, nr. 1.
Schnabel, P. (2000). Een sociale en culturele verkenning voor de langere termijn. In: SCP/CPB (red.) *Trends, dilemma's en beleid. Essays over ontwikkelingen op langere termijn* (p. 11-27). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau / Centraal Planbureau.
Steyaert, J. en J. de Haan (red.) (2007). *Jaarboek ICT en samenleving*. Amsterdam: Boom.
Stokvis, R. (2003). *Sport, publiek en de media*. Amsterdam: Aksant.
VWS (2009). *Uitblinken op alle niveaus; kabinetsstandpunt bij het Olympisch Plan 2028*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.
VWS (2010). *Beleidskader pilots sportevenementen*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Bijlagen bij hoofdstuk 5, te vinden op www.scp.nl/publicaties bij Rapportage sport 2010

B5.1 Aanhoudingen voetbalvandalisme in ere- en eerste divisie per leeftijdscategorie (in procenten en absolute getallen)
B5.2 Wekelijks of vaker sport volgen via radio en/of televisie, Nederlanders ouder dan 6 jaar, 1983-2007
B5.3 Enkele Nederlandse (ex-)topsporters op Twitter (per 12-05-2010)

Rapportage Sport 2010_4.indd 103 25-11-2010 13:01:06

Rapportage Sport 2010_4.indd 104 25-11-2010 13:01:06

DEEL II

Sport en bewegen in verschillende levensfases

6 Jeugd: sport, bewegen en onderwijs

Jo Lucassen, Ger van Mossel en Ester Wisse (W.J.H. Mulier Instituut)

6.1 Jeugd en sport: accentverschuivingen in het beleid

Aan de sportdeelname door kinderen en jeugdigen worden positieve effecten toegeschreven zowel in sportieve vaardigheden als op fysiek, mentaal en sociaal vlak. Deze *merits* zijn – naast het plezier dat jongeren zelf aan sport beleven – redenen om die deelname te stimuleren (Stegeman en Janssens 2004). In de afgelopen decennia is het belang van sport en bewegen door de jeugd eerder toe- dan afgenomen. Dit blijkt ook uit de hoeveelheid beleidsprogramma's op dit terrein: Jeugd in beweging, Experimenten sport en kinderopvang/ naschoolse opvang, Alliantie school & sport, Impuls buurt, onderwijs, sport, Impuls brede scholen, sport en cultuur, Beleidskader sport, bewegen en onderwijs, maatschappelijke stages en het Convenant gezond gewicht. Beleidsprogramma's met steeds meer stakeholders en steeds bredere doelstellingen.
In dit hoofdstuk concentreren we ons op jeugd, sport en onderwijs. Over dit thema worden al ten minste een kwart eeuw discussies gevoerd, bijvoorbeeld over de wenselijke verhouding tussen sportstimulering en bewegingsonderwijs (Crum 1978, Commissie Sport en Lichamelijke Opvoeding 1986) en over het niet voldoende sporten en bewegen van de jeugd (bewegingsarmoede, overgewicht).

Tot eind jaren tachtig lag het accent in het beleid van de rijksoverheid en de georganiseerde sport vooral op sport toegankelijk maken voor zo veel mogelijk jongeren en bevorderen dat zij blijven sporten. Sport en (bewegings)onderwijs moesten elkaar aanvullen. Begin jaren negentig werd gesignaleerd dat het sport- en beweeggedrag van de jeugd nog te wensen overliet, vooral in het perspectief van een actieve, gezonde leefstijl en sociale integratie van jongeren. Dit was aanleiding voor het project Jeugd in Beweging (Raad voor het Jeugdbeleid 1995).[1] De raad stelde verder dat sport meer zou kunnen bijdragen aan de aanpak van maatschappelijke problemen van jongeren. Daarom zouden de jeugd-, sport- en onderwijssector nauwer moeten samenwerken.
Anno 2008 is de samenwerking tussen sport en onderwijs eigenlijk vanzelfsprekend geworden (Lagendijk 2008). Als drijvende factor noemt Lagendijk de vermaatschappelijking van zowel het onderwijs als de sport. Vooral in het basisonderwijs is de functie van scholen verbreed. Zij bieden voor-, tussen- en naschoolse opvang en bundelen activiteiten van verschillende maatschappelijke sectoren in 'brede scholen'. Maar ook de maatschappelijke rol van sport wordt anders benaderd. Sport moet nu bijdragen aan beleidsdoelen op vele terreinen. Vooral na de eeuwwisseling is dit letterlijk terug te vinden in een serie beleidsprogramma's, zoals de Buurt-Onderwijs-Sport-impuls (BOS), een tijdelijke stimuleringsmaatregel van VWS voor 2006-2011. Buurt, onderwijs en sport werken samen aan het verkleinen van achterstanden bij jongeren van 4 tot 19 jaar in gemeentelijk projecten. De gemeenten mogen zelf bepalen welke soort achterstand zij

Rapportage Sport 2010_4.indd 107 25-11-2010 13:01:08

met het project willen verkleinen. Dat kan zijn op het gebied van gezondheid, welzijn, onderwijs, opvoeding, sport of bewegen (VWS 2004). In het *Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs* (VWS 2008) wordt deze lijn doorgetrokken. Het vormt de basis van een stimuleringsprogramma van 2009 tot 2011 van een aantal samenwerkende partijen:

> *Sport en onderwijs horen bij elkaar en versterken elkaar. Het belang van sport en beweging voor de jeugd staat buiten kijf. Sport is niet alleen leuk om te doen, maar levert net als het onderwijs ook een belangrijke bijdrage aan de motorische, sociale én cognitieve ontwikkeling van kinderen en jongeren. Sport is een van de terreinen waarop kinderen hun talenten kunnen ontwikkelen en kunnen 'excelleren' (VWS 2008: 1).*
>
> *Sport- en beweeginterventies kunnen gericht worden ingezet om motorische achterstanden aan te pakken en om overgewicht te verminderen, maar ook om sociale vaardigheden te verbeteren, waarden en normen over te dragen, agressie te verminderen en weerbaarheid te verbeteren, leerprestaties te verbeteren en schooluitval te voorkomen (VWS 2008: 8).*

Hoe ziet het sport- en beweeggedrag van de schoolgaande jeugd anno 2010 er uit? Waar sporten of bewegen zij? Wie brengen de jeugd ertoe om te sporten en bewegen? Wat betekent dat voor beleid? Over welke jeugd hebben we het? Dit hoofdstuk is gewijd aan de leerplichtige jeugd, de 5-16-jarigen. Soms kijken we naar iets jongere of oudere jeugd, afhankelijk van de databronnen, maar ook om bijvoorbeeld het mbo te kunnen bespreken. We beginnen in paragraaf 6.2 met het sport- en beweeggedrag van jeugdigen en hun motieven. Daarna bespreken we de bijdragen van verschillende instanties aan het sport- en beweeggedrag van de schoolgaande jeugd (§ 6.3). Ten slotte bespreken we toekomstige ontwikkelingen (§ 6.4).

6.2 Het sport- en beweeggedrag van de jeugd en hun motieven

Sportdeelname

Bij de jeugdige leeftijdsgroepen is sprake van een gestaag groeiende sportdeelname (tabel 6.1). Ten opzichte van de totale bevolking was de sportdeelname ook in 1991 al hoog onder de jeugd en vooral bij de 6-11-jarigen is die flink toegenomen.[2] De groeiende deelname aan sport van de gehele bevolking vertaalt zich niet in een stijgend percentage van het lidmaatschap van een sportclub. Bij de sportende jeugd is de sportclub echter wel populair: 90% is lid van een sportvereniging en 70% neemt deel aan training en competitie (niet in tabel). Aan sport doen is dus voor heel veel kinderen en jongeren een aantrekkelijke en uitdagende activiteit. Zij beleven er veel plezier aan en gaan erin op.

De groei van de sportdeelname onder jeugdigen heeft gestaag doorgezet, ondanks de demografische verschuivingen van de laatste decennia, de vergrijzing en ontgroening. In absolute en in relatieve zin komen er steeds minder jongeren. Het aantal 6-24-jarigen daalde van 4,4 miljoen in 1983 naar 3,8 miljoen in 2010. Halverwege de jaren tachtig leidde de ontgroening tot bezorgdheid onder beleidsmakers in de sport (KNVB 1983). Men signaleerde een terugloop en 'drop-out' onder jeugdige sporters. Dat lag niet alleen aan de demografische trend, maar ook aan het aanbod en aan de benadering van jeugdige sporters, die te weinig rekening zouden houden met hun leefwereld en leefstijl;

Rapportage Sport 2010_4.indd 108 25-11-2010 13:01:08

volwassenen zouden te veel de toon van de jeugdsport bepalen (Koolen 1986, Vanreusel 1987). De discussies leidden tot vernieuwingen in het sportaanbod voor de jeugd, zoals de introductie van het vier-tegen-vier-voetbal.

Tabel 6.1

Sportdeelname (minstens 40 weken per jaar), lidmaatschap en deelname aan training/competitie, bevolking van 6 jaar en ouder, 1991–2007 (in procenten)

	1991	1999	2007
sportdeelname			
hele bevolking	40	41	50
6–11 jaar	63	67	77
12–17 jaar	62	59	67
18–24 jaar	44	48	51
lidmaatschap			
hele bevolking	37	35	36
6–11 jaar	67	69	66
12–17 jaar	71	62	65
18–24 jaar	50	46	49
training of competitie			
hele bevolking	30	27	27
6–11 jaar	56	55	58
12–17 jaar	67	55	63
18–24 jaar	44	36	42

Bron: SCP (AVO'91-'07a)

De laatste twee decennia is de jeugd de verenigingssport trouw gebleven.[3] Terwijl onder volwassenen het aandeel leden van sportverenigingen na 1991 geleidelijk afneemt, blijft dit onder de jeugdigen relatief stabiel. Bij training en competitie is een soortgelijk verschil zichtbaar (Kamphuis en Van den Dool 2008). De jeugd speelt in de wedstrijdsport in verenigingsverband nog steeds een zeer dominante rol, hoewel er veel verschillen zijn tussen sporttakken en verenigingen. Ook zijn veel jeugdigen buiten clubverband actief, zoals we hierna zullen zien.

Het sportpatroon van jeugdigen is de laatste decennia gevarieerder en vluchtiger geworden (Vanreusel 1998, Scheerder en Vanreusel 2004). Bepaalde groepen doen relatief weinig aan sport: kinderen met een niet-westerse etnische achtergrond (vooral de meisjes), kinderen met overgewicht en kinderen van lager opgeleide ouders. Sommigen missen de motivatie om te sporten, vinden andere bezigheden leuker of menen dat ze al genoeg bewegen (Elling en Van den Dool 2010).

Behalve als actief sporter zijn (schoolgaande) jongeren vaak ook met hun sport bezig door wedstrijden te bezoeken, sport te volgen in de media of erover te chatten op internetsites (hoofdstuk 5). Soms doen ze vrijwilligerswerk of oriënteren ze zich op een loopbaan in de sport (hoofdstuk 4).

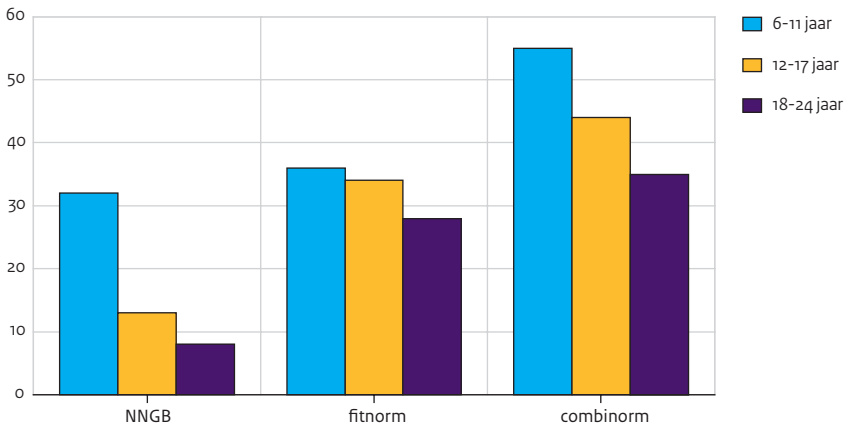
Rapportage Sport 2010_4.indd 109 25-11-2010 13:01:08

Bewegen

Vanaf de jaren negentig wordt vanuit het oogpunt van volksgezondheid groot belang gehecht aan voldoende (intensieve) fysieke beweging door alle Nederlanders. Ook door de jeugd, omdat een gezonde leefstijl het beste op jeugdige leeftijd aan te leren is. Eind jaren negentig zijn voor verschillende leeftijdsgroepen minimumnormen geformuleerd voor beweeggedrag (Kemper et al. 2000, zie bijlage A voor een omschrijving van de normen).
Vooral jongeren ouder dan 17 jaar voldoen aanzienlijk minder aan de beweegnorm dan jongere scholieren (figuur 6.1). In alle EU-landen bewegen jongens meer volgens de norm dan meisjes. In Nederland zijn echter de verschillen tussen jongens en meisjes klein. De Nederlandse meisjes behoren tot de top vijf in Europa qua fysieke activiteit en doen het iets beter dan de Nederlandse jongens, die tot de Europese middenmoot behoren (Harbers et al. 2008).

Figuur 6.1

Beweeggedrag naar leeftijdscategorie, bevolking van 6-24 jaar, 2008-2009 (in procenten)



a Voor jongeren tot en met 17 jaar is de norm minimaal 60 minuten per dag; voor de vergelijkbaarheid is deze norm ook bij 18-24-jarigen gehanteerd.

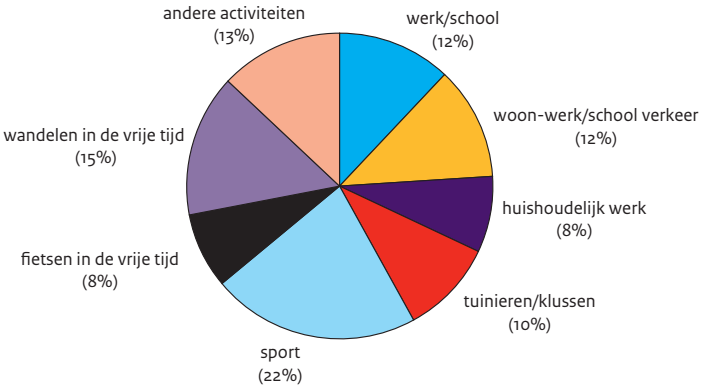
Bron: TNO (OBiN´08/´09)

12-17-jarigen besteden dagelijks zo'n 120 tot 130 minuten aan verschillende beweegactiviteiten, zoals sporten, naar school fietsen en huishoudelijke klusjes doen (figuur 6.2).

Rapportage Sport 2010_4.indd 110 25-11-2010 13:01:08

Figuur 6.2

Beweegpatroon, jeugd van 12-17 jaar, 2008-2009 (in procenten)



Bron: TNO (OBiN'08-'09)

Het onderzoek *School, Bewegen en Sport* (SBS), in 2009 uitgevoerd onder ruim 7000 scholieren (Stuij et al. 2010), toont overeenkomstige bevindingen als het gaat om de totale beweegtijd. Uit deze steekproef van ruim 100 basisscholen (groep 7 en 8) en 60 scholen voor voortgezet onderwijs (klas 1 en 3) bleek dat leerlingen gemiddeld iets meer dan twee uur per dag besteden aan tien beweegactiviteiten (tabel 6.2). De intensiteit van deze activiteiten kan echter beperkt zijn, waardoor de beweegnorm niet altijd wordt gehaald.

Met dit onderzoek kunnen we een iets uitvoeriger beeld schetsen van het beweeggedrag van scholieren (zie ook § 6.3). Scholieren gaan wekelijks meestal vijf dagen naar school. Hoe ze naar school gaan verschilt duidelijk per leeftijdsgroep. Van de basisschoolkinderen gaat 30% minstens drie dagen per week lopend en ruim de helft minstens drie dagen per week fietsend naar school. Van de middelbare scholieren fietst driekwart meer dan drie dagen per week naar school en gaat maar een enkeling vaak lopend (niet in tabel). Veel beweegactiviteiten zijn niet aan school gerelateerd en vinden in de vrije tijd plaats. Per week gemiddeld 500 minuten. Meest genoemde activiteiten zijn buiten bewegen of sporten voor jezelf en fietsen (figuur 6.3). Basisschoolleerlingen doen ze echter aanzienlijk meer dan middelbare scholieren. Ook doet tweederde aan clubsport. Hoewel een kleiner deel van de middelbare scholieren aan clubsport doet, besteden zij hier wel meer tijd aan, waardoor clubsport onder middelbare scholieren zelfs een iets groter aandeel uitmaakt van het gemiddelde wekelijks beweegpatroon dan onder basisschoolleerlingen. Bijna de helft van de scholieren besteedt wekelijks tijd aan active gamen en ongeveer één op de vijf zwemt.

Rapportage Sport 2010_4.indd 111 25-11-2010 13:01:08

Tabel 6.2

Tien beweegactiviteiten: tijdsbesteding en deelname van minimaal één keer per week, leerlingen groep 7/8 primair onderwijs (po) en klas 1 en 3 voortgezet onderwijs (vo), 2009 (in procenten en minuten per week[a])

	deelnemers		tijd per week over alle leerlingen		aandeel in duur over alle leerlingen	
	po	vo	po	vo	po	vo
	%	%	*min/week*	*min/week*	%	%
	(n = 4661)	(n = 2426)	(n = 4406)	(n = 2314)	(n = 4406)	(n = 2314)
actief transport naar/van school						
lopen	42	18	17	9	2	1
fietsen	72	87	47	115	5	12
bewegen onder schooltijd						
lichamelijke opvoeding	97	94	106	123	11	14
pauzegedrag[c]	100	99	337	242	35	29
schoolsport	21	14	21	18	2	1
bewegen in vrije tijd						
clubsport	71	66	137	157	12	15
buiten bewegen/ sporten voor jezelf	90	71	231	137	19	12
zwemmen[d]	24	17	32	22	3	2
fietsen in vrije tijd	83	82	76	89	6	9
active gamen	50	40	64	58	5	5
totaal over 10 beweegactiviteiten			1067	970	100	100

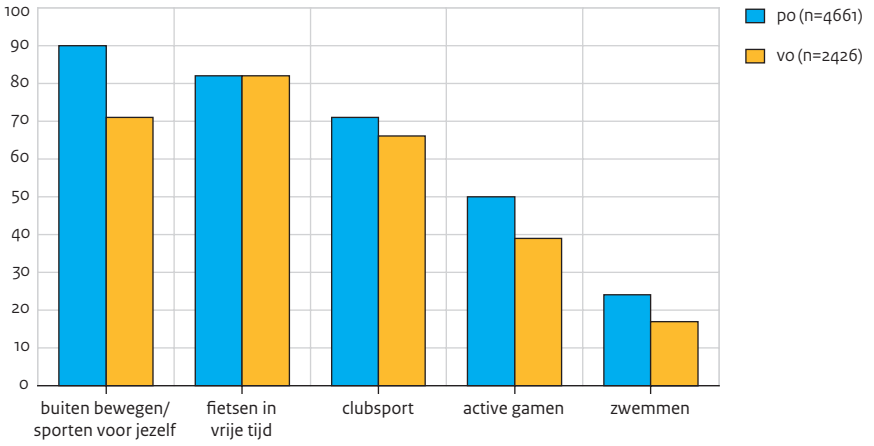
a De meting vond plaats in een normale voorjaarsweek.
b Minuten zijn geconstrueerd op basis van antwoordcategorieën met klassenbreedten van 10 minuten of een half uur.
c Deelnemerspercentage is gebaseerd op alle leerlingen (ook leerlingen die niet buiten bewegen of die binnen blijven), tijd per week en aandeel alleen op beweeggedrag.
d Zowel binnen als buiten school.

Bron: MI (SBS'09)

Rapportage Sport 2010_4.indd 112 25-11-2010 13:01:08

Figuur 6.3

Deelname aan beweegactiviteiten in de vrije tijd, leerlingen groep 7/8 primair onderwijs (po) en klas 1 en 3 voortgezet onderwijs (vo), 2009 (in procenten)



Bron: MI (SBS'09)

Beweeg- en sportmotieven

In het SBS-onderzoek is scholieren aan de hand van uitspraken gevraagd waarom zij bewegen en sporten. De uitspraken zijn na statistische analyses gegroepeerd in vijf hoofdmotieven: speelplezier, lichamelijk effect, aanzien, spanning en avontuur en sociaal contact (zie tabel 6.3).

Speelplezier blijkt veruit de belangrijkste motiverende factor voor de leerlingen,[4] gevolgd door sociaal contact. Ook het lichamelijk effect en spanning en avontuur vormen voor de helft van de jeugdigen belangrijke motieven. Duidelijk het minst genoemd is aanzien, bijvoorbeeld door goede prestaties. Toch is het percentage jeugdigen dat aanzien als motief noemt nog hoog in vergelijking met volwassenen, zo is gebleken bij ander onderzoek (Elling 2007).

Er zijn wel enkele verschillen zichtbaar tussen leerlingen van verschillende leeftijden. Leerlingen van het primair onderwijs hechten meer waarde aan speelplezier dan leerlingen van het voortgezet onderwijs. Zij vinden het leuk om wedstrijden te doen, willen graag sportieve grenzen verleggen en beter worden in bewegen en sport. Een ander verschil is dat basisschoolleerlingen meer bewegen en sporten om spanning en avontuur dan middelbare scholieren. Daarentegen hechten de laatsten meer waarde aan lichamelijke effecten, op gewicht blijven en er beter uitzien.

Tussen groepen middelbare scholieren zijn ook enkele opvallende verschillen. Leerlingen van het praktijkgericht vmbo vinden speelplezier minder belangrijk dan leerlingen van vmbo-t/havo/vwo en vinden juist op gewicht blijven en het uiterlijk belangrijker.

Rapportage Sport 2010_4.indd 113 25-11-2010 13:01:08

Kijken we naar het verband met andere kenmerken dan valt op dat jongens duidelijk meer belang hechten aan aanzien, speelplezier en spanning en avontuur dan meisjes. Meisjes vinden lichamelijke effecten belangrijker dan jongens.
Niet-westerse allochtonen vinden sociaal contact bij sport en bewegen minder belangrijk en lichamelijke effecten belangrijker dan autochtone Nederlanders en westerse allochtonen. Leerlingen met overgewicht, ten slotte, vinden vooral lichamelijke effecten een reden om te sporten of bewegen.

Tabel 6.3

Beweeg- en sportmotieven[a] naar achtergrondkenmerken, leerlingen groep 7/8 primair onderwijs (po) en klas 1 en 3 voortgezet onderwijs (vo), 2009 (in procenten)

	speel-plezier	sociaal contact	lichamelijk effect	spanning en avontuur	aanzien	
totaal	69	60	53	51	26	(n = 7087)
po	72	60	51	55	25	(n = 4661)
vo	67	60	55	46	27	(n = 2426)
onderwijsniveau						
praktijkonderwijs/ vmbo-b-k-g	61	58	57	49	28	(n = 620)
vmbo-t/havo	70	60	53	46	27	(n = 1403)
vwo	69	60	55	43	24	(n = 403)
geslacht						
jongen	72	60	49	53	33	(n = 3426)
meisje	66	59	56	49	19	(n = 3568)
afkomst						
autochtoon	70	61	51	51	25	(n = 5467)
westerse migrant	67	58	53	50	27	(n = 419)
niet-westerse migrant	67	53	59	51	30	(n = 1162)
lidmaatschap clubsport						
nee	53	52	52	50	19	(n = 1754)
ja	75	63	53	51	28	(n = 5214)
bmi-categorie						
ondergewicht	68	60	44	54	22	(n = 189)
normaal gewicht	71	60	51	51	25	(n = 5455)
overgewicht	66	56	67	52	27	(n = 747)

a Samengestelde schalen (helemaal) mee eens.

Bron: MI (SBS'09)

6.3 Verschillende settings voor sport en bewegen

Hoewel er ook een erfelijke factor in het spel lijkt (Stubbe 2006), is sporten en bewegen voor een belangrijk deel aangeleerd. De stimulering door anderen speelt een centrale rol en vindt plaats in verschillende settings, zoals is uitgewerkt in de socialisatietheorie

Rapportage Sport 2010_4.indd 114 25-11-2010 13:01:08

(Kenyon en McPherson 1981, Baur 1989, Hurrelmann 2006) en theorieën van *planned behaviour* (De Vries et al. 1988). Zoals vermeld bewegen en sporten jeugdigen op verschillende plaatsen naast elkaar. Sport wordt door een breed scala aan instanties aan jongeren aangeboden (Lucassen en Faber 1987). Welke rol spelen verschillende settings in het stimuleren van het sportgedrag van de jeugd?

Sport in gezinsverband

In het leven van jonge kinderen nemen de ouders vanzelfsprekend een belangrijke plaats in. Zij zijn, meer dan anderen, in staat om hun kinderen tot sport en bewegen te stimuleren. Zij kunnen samen met hun kinderen sporten, zelf het goede voorbeeld geven, aanmoedigen en ondersteunen (Frelier en Janssens 2007). Er zijn weinig exacte gegevens over sport in gezinsverband, maar de invloed van sportende ouders op de sportactiviteit van kinderen is keer op keer aangetoond (Scheerder en Vanreusel 2006). Ook is vastgesteld dat op jonge leeftijd sporten de kans op latere beoefening vergroot (Breedveld 2006). Het belang van vroegtijdige stimulering wordt onderkend[5] en er zijn de laatste jaren programma's ontwikkeld, zoals ouder-en-kindzwemmen en -gymnastiek en het pakket Beweegkriebels van NISB (www.beweegkriebels.nl), die zich overigens voornamelijk richten op kinderen in de voorschoolse leeftijd. Ook broers en zussen kunnen een stimulerende rol spelen. Elling (2002) constateert in haar onderzoek onder scholieren tussen 14 en 20 jaar dat een flink deel (ruim 20%) van hen samen met broers en zussen sport.

Lichamelijke opvoeding en beweegactiviteit op school

Scholen bieden lessen lichamelijke opvoeding of bewegingsonderwijs. Toch doen niet alle leerlingen daar evenveel aan mee. In het voortgezet onderwijs neemt 7% niet aan de lessen deel en bij vmbo-(praktijk)leerlingen is dit zelfs 13% (tabel 6.4). Ook leerlingen van niet-westerse afkomst of wonend in een slechtere wijk nemen minder aan de lessen deel.

Vmbo-scholen bieden minder beweegmogelijkheden dan havo/vwo-scholen (Middelbeek et al. 2007). Deze achterstand wordt ook niet gecompenseerd door bewegen in de pauze, want dit doet maar een klein percentage (7%) van de leerlingen in het voortgezet onderwijs. Op de basisschool daarentegen bewegen nog vijf van de zes kinderen in de pauze. Schoolsport buiten de verplichte lesuren is maar voor weinig kinderen een aanvulling. Slechts 10% van de basisscholen en 13% van de middelbare scholen biedt dit wekelijks aan en in de meetweek van het SBS-onderzoek nam maar 17% van de leerlingen er aan deel. Onder de vmbo-(praktijk)leerlingen is die deelname verhoudingsgewijs wel iets hoger.

Mbo-scholen zijn sinds 1996 niet langer wettelijk verplicht tot onderwijs in lichamelijke opvoeding. De laatste jaren stimuleert de overheid deze scholen wel om dit vak weer op te nemen. In 2010 had ongeveer een derde van de mbo-scholen het thema sport en bewegen opgenomen in de jaarplannen (Duijvestijn en De Groot 2010). Ook uit recent onderzoek onder ouders van mbo-scholieren blijkt dat ongeveer een op de drie scholieren weer les in lichamelijke opvoeding krijgt. Buiten deze lessen om bieden

Rapportage Sport 2010_4.indd 115 25-11-2010 13:01:08

mbo-scholen weinig sport- en beweegactiviteiten; slechts 7% doet dit regelmatig (Lucassen et al. 2010)

Tabel 6.4

Deelname en tijdsbesteding aan lichamelijke opvoeding naar achtergrondkenmerken, leerlingen groep 7/8 primair onderwijs (po) en klas 1 en 3 voortgezet onderwijs (vo), 2009 (in procenten en minuten per week[a])

	deelnemers (%)	tijd per week over deelnemers (min/wk[b])	
totaal	95	120	(n = 7087)
onderwijstype			
po	97	109	(n = 4661)
vo	93	131	(n = 2426)
onderwijsniveau			
praktijkonderwijs/vmbo-b-k-g	87	141	(n = 620)
vmbo-t/havo/vwo	97	131	(n = 1403)
vwo	94	115	(n = 403)
geslacht			
jongen	95	122	(n = 3426)
meisje	95	119	(n = 3568)
afkomst			
autochtoon	96	120	(n = 5467)
westerse migrant	97	126	(n = 419)
niet-westerse migrant	92	117	(n = 1162)
wijkscore woonomgeving			
beter	96	119	(n = 2311)
doorsnee	95	121	(n = 3631)
slechter	92	118	(n = 761)
lidmaatschap clubsport			
nee	92	118	(n = 1754)
ja	96	121	(n = 5214)

a De meting vond plaats in een normale voorjaarsweek.
b Minuten zijn geconstrueerd op basis van antwoordcategorieën met klassenbreedten van 10 minuten of een half uur.

Bron: MI (SBS'09)

Sport bij een sportclub, sportschool of dansschool

Veel jeugdigen sporten bij verenigingen: 68% van de leerlingen van de onderzochte scholen voor primair en voortgezet onderwijs heeft in het afgelopen schooljaar aan clubsport[6] gedaan (tabel 6.5, zie ook figuur 6.3). Deze leerlingen besteden hier gemiddeld drie tot vier uur per week aan; leerlingen in het voortgezet onderwijs wekelijks ongeveer drie kwartier meer dan basisscholieren. Er zijn geen vergelijkbare gegevens voor mbo-leerlingen, maar er zijn duidelijke aanwijzingen dat die minder lid zijn van sportverenigingen dan leeftijdgenoten van havo/vwo.[7]

Rapportage Sport 2010_4.indd 116 25-11-2010 13:01:08

In tabel 6.5 staat een overzicht van de clubsporten die het meest beoefend zijn naar onderwijstype. Een kwart van de leerlingen zit op voetbal. Voetbal is zowel in het basis- als het middelbaar onderwijs de meest beoefende clubsport. Dans(varianten) staat op de tweede plaats, gevolgd door tennis, paardensport, gymnastiek, hockey en basketbal. Opvallend is dat fitness weinig wordt genoemd, terwijl ander onderzoek aangeeft dat zo'n 10% van de 13-18-jarigen actief aan fitness doet (Lucassen en Van Schendel 2008, Chiou en Bosveld 2010).

Tabel 6.5

Beoefende clubsporten[a], leerlingen groep 7/8 primair onderwijs (po) en klas 1 en 3 voortgezet onderwijs (vo), 2009 (in procenten)

	totaal (n = 7087)	po (n = 4661)	vo (n = 2426)
clubsport	68	71	66
voetbal	25	28	23
dans(varianten)	12	13	11
tennis	9	9	8
paardensport	7	7	7
gymnastiek	7	9	5
hockey	6	6	6
basketbal	2	2	3

a Exclusief zwemmen.

Bron: MI (SBS'09)

De activiteiten van de scholieren in sportclubs zijn wisselend. De meeste sportloopbanen beginnen al in de kindertijd. Maar van de loopbanen die op 3-12-jarige leeftijd zijn begonnen, is 72% voor het 18e jaar beëindigd en 30% voor het 12e jaar. Het grootste deel van de uitval vindt dus tussen de 13 en 18 jaar plaats (zie ook hoofdstuk 3). De afhakers in de basisschoolleeftijd stoppen vooral omdat ze de sport niet meer leuk vinden of aan een andere sport beginnen. Deze redenen spelen ook voor stoppende middelbare scholieren een rol, maar voor een op de vijf blijkt het ook moeilijk sport en studie te combineren (Van den Dool et al. 2009).
Voor de keuze van een tak van sport en vereniging zijn vrienden en kennissen vaak bepalend. Vrienden, medeleerlingen of familieleden zijn vaak al lid van de club waarbij men zich aansluit (Frelier en Janssens 2007). Van alle sportbeoefenaren heeft bijna een vijfde (18%) via het lidmaatschap van bekenden (familie, collega's of vrienden) besloten om bij de sport te gaan. Een op de tien heeft via school met zijn sport kennisgemaakt (Elling 2007). Een duidelijk verband tussen deelname aan gymnastiekonderwijs en latere sportactiviteit kon echter niet worden vastgesteld (Breedveld 2006).

Rapportage Sport 2010_4.indd 117 25-11-2010 13:01:08

Zelf buiten bewegen en sporten

Veel kinderen, vier van de vijf, fietsen in hun vrije tijd en sporten en bewegen zelf op straat of in een park, het liefst met vriendjes of vriendinnetjes. Voetbal gebeurt het meest buiten schooltijd of vereniging, zowel door basisschoolleerlingen als door middelbare scholieren (tabel 6.6). Hardlopen staat op de tweede plaats. Skaten of skeeleren en fietsen gebeurt meer door basisschoolleerlingen, terwijl leerlingen uit het voortgezet onderwijs iets vaker hardlopen en basketballen op een pleintje. De meisjes zijn buiten vaker met gymnastiek, hardlopen, skaten/skeeleren en spelen bezig, jongens doen vaker aan basketbal en voetbal (niet in tabel).
Dit buitenspel vindt meestal niet onder begeleiding plaats, maar met andere kinderen, vaak leeftijdsgenoten. Stimulerende invloeden zullen vooral van deze *peers* uitgaan.
In verschillende onderzoeken is vastgesteld hoe belangrijk het is om te wonen in een omgeving waar je ook kunt sporten en bewegen (Kamphuis et al. 2008, De Vries 2009). Veel buurten krijgen tegenwoordig nieuwe voorzieningen voor sport, bewegen en spel, soms met begeleiders, zoals de Krajicek Playgrounds en de Cruijff Courts (zie hoofdstuk 10).

Tabel 6.6

Vormen van zelf buiten bewegen en sporten,[a] leerlingen groep 7/8 primair onderwijs (po) en klas 1 en 3 voortgezet onderwijs (vo), 2009 (in procenten)

	totaal (n = 7087)	PO (n = 4661)	VO (n = 2426)
geen activiteit	23	18	28
voetbal	44	48	41
hardlopen	19	16	22
spelen	17	28	6
fietsen, wielrennen, mountainbiken	16	18	13
skaten, skeeleren	12	16	9
gymnastiek	7	8	6
basketbal	6	6	7

a Exclusief zwemmen.

Bron: MI (SBS'09)

Voor de rol die instanties kunnen spelen is ook de wekelijkse tijdsomvang van de activiteiten op school, de sportclub en elders interessant. Terwijl de lessen lichamelijke opvoeding op school gemiddeld 120 minuten per week duren, zijn scholieren gemiddeld bijna 500 minuten actief in de vrije tijd, waarvan bijna 150 minuten bij clubsport en zelfs 180 minuten voor zichzelf (tabel 6.7). Ook wordt er wekelijks bijna 1,5 uur op eigen houtje gefietst. Scholieren zwemmen bijna 0,5 uur per week en active gamen 1 uur. Meisjes zijn wekelijks gemiddeld 0,5 uur minder in touw bij hun sportclub dan jongens en niet-westerse allochtonen in doorsnee ruim 1 uur minder dan autochtone scholieren. Meisjes zijn wekelijks gemiddeld ruim 1 uur minder buiten om te bewegen of voor zichzelf te

Rapportage Sport 2010_4.indd 118 25-11-2010 13:01:08

sporten. Allochtone scholieren doen dit echter weer gemiddeld 0,5 uur meer dan autochtone scholieren. Kinderen van minder welgestelde ouders brengen wekelijks bijna de helft minder tijd door met clubsport dan kinderen met 'twee auto's voor de deur'. Daarentegen brengen deze laatsten weer bijna 1 uur minder sportend, fietsend en bewegend buiten door.

Tabel 6.7

Beweegactiviteiten in de vrije tijd naar achtergrondkenmerken, leerlingen groep 7/8 primair onderwijs (po) en klas 1 en 3 voortgezet onderwijs (vo), 2009 (in minuten per week[a])

	totaal bewegen vrije tijd (n = 6903)	clubsport (n = 6869)	buiten bewegen of voor jezelf sporten (n = 6873)	zwemmen (n = 6856)	fietsen in vrije tijd (n = 6864)	active gamen (n = 6903)
totaal	498	147	182	27	83	61
geslacht						
jongen	579	167	215	27	91	82
meisje	423	129	152	27	75	41
afkomst						
autochtoon	502	155	177	26	84	61
westerse migrant	537	159	202	27	87	62
niet-westerse migrant	465	107	197	28	78	58
aantal auto's thuis						
geen	523	90	232	31	100	73
een	478	131	182	27	80	60
twee of meer	515	167	178	26	84	61

a Minuten zijn geconstrueerd op basis van antwoordcategorieën met klassenbreedten van 10 minuten of een half uur.

Bron: MI (SBS'09)

6.4 De toekomst – een groeiende noodzaak tot coördinatie

Sport en bewegen, zo kunnen we vaststellen, boeit scholieren en vormt voor velen van hen een vast bestanddeel van hun dagelijks leven. Het sport- en beweeggedrag van scholieren is veelvormig, zowel in plaats (school, woonbuurt, sport- en dansclubs) als in activiteiten en motieven. Voor de toekomst kunnen we een aantal verwachtingen formuleren. Sport blijft de komende decennia ongetwijfeld een zeer aantrekkelijke activiteit voor schoolgaande jongeren, zowel om zelf te beoefenen als om te volgen. Van de scholieren is een grote meerderheid actief in verenigingsverband, vooral op de basisschool. Omdat de sportbonden veel moeite doen het aanbod aantrekkelijker te maken voor de jeugd, bijvoorbeeld in de 'proeftuinen' van NOC*NSF, verwachten we niet direct een wijziging in sporten in verenigingsverband. Hoewel in de wedstrijdsport oudere leeftijdsgroepen (masters) iets meer in beeld komen, zal de jeugd blijven domineren.

Rapportage Sport 2010_4.indd 119 25-11-2010 13:01:08

Het ziet er naar uit dat kinderen een groter deel van de dag op en rond school gaan doorbrengen. Sport zal, gezien de aantrekkingskracht op jongeren, zeker een grote plaats innemen in de dagarrangementen rond scholen. Diezelfde aantrekkingskracht zal ook voor producenten en aanbieders op het gebied van vrije tijd de prikkel zijn om meer met sport te doen. Het aanbod aan vrijetijdsactiviteiten voor jongeren zal naar verwachting verder toenemen, met veel gebruik van digitale media. De slag om de jongere 'sportconsument' zal heviger worden. Nu al is concurrentie zichtbaar in de marketingplannen van de sportbonden. Dit verschijnsel wordt nog versterkt doordat het aantal jeugdigen tussen 6 en 24 jaar de komende jaren afneemt en het aandeel van niet-westerse allochtonen onder de Nederlanders toeneemt.

Een van de doelstellingen van het breed gedragen Olympisch Plan 2028 is dat in 2016 minimaal 75% van de Nederlanders, uit alle lagen van de (multiculturele) samenleving, regelmatig aan sport doet. Voor de sportdeelname door de jeugd is dat eenvoudig te realiseren, want in 2007 voldeed ruim 80% van de 6-19-jarigen al aan het geformuleerde criterium (minimaal eens per maand sporten). In bepaalde lagen van de bevolking (niet-westerse allochtonen, kinderen uit gezinnen met laagopgeleide ouders, vmbo- en mbo-scholieren) blijft de sportdeelname echter flink achter. De achterstanden van deze groepen blijken hardnekkig. Ze hangen samen met het opvoedingspatroon bij deze jongeren, van wie de ouders zelf vaak minder aan sport doen, de woonomgeving minder voorzieningen biedt en de school niet altijd goede sport- en beweegactiviteiten aanbiedt. De opbouw van sportief cultureel kapitaal blijft dan achter, direct via het sportgedrag van de ouders en indirect via opleidingsniveau en etniciteit. Een hardnekkig knelpunt blijft ook de continuïteit van de sportdeelname van de scholieren. Vooral na het 12e jaar neemt de sportdeelname flink af.

Een belangrijke beleidsambitie voor de komende jaren is dat meer jongeren voldoende bewegen. Het *Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs* beoogt voor 2012 dat de helft van de schoolgaande jeugd aan de combinorm voldoet. Voor de 6-11-jarigen is deze doelstelling al in 2009 gehaald, maar bij de 12-24-jarigen valt nog het nodige te doen. Dat zal niet meevallen. De maatschappelijke ontwikkelingen bevorderen niet direct dat jeugdigen veel fysiek actiever worden, door vaker op de fiets naar school te gaan en minder tijd te besteden aan studie, televisie kijken of computeren. Bij de middelbare scholieren zal vooral in andere beweegactiviteiten winst moeten worden gezocht.
Maar, het beleid omvat nóg verstrekkender ambities. Er wordt meer maatschappelijke 'winst door sport' beoogd, waar intensievere samenwerking tussen sport en onderwijs aan zou moeten bijdragen. Zoals verwoord in het kabinetsstandpunt bij het Olympisch Plan 2028: *In 2028 is sport voor iedereen in Nederland toegankelijk en doen steeds meer mensen door sport mee aan de samenleving.* De overheid realiseert zich gelukkig dat *Een belangrijke voorwaarde voor 'meedoen door sport' is 'meedoen aan sport'*. Of eens per maand sporten (de norm in het Olympisch Plan 2028) volstaat om ook die meerwaarde te verzilveren, is nog maar de vraag.

Rapportage Sport 2010_4.indd 120 25-11-2010 13:01:08

Het toekomstbeeld in het *Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs* is: elke dag sport en bewegen voor schoolgaande jongeren. Alle settings leveren daaraan een bijdrage: school, naschoolse opvang, sportclubs, buurtwerk, de straat, parken en pleinen.
Maar wat het beleid voor de toekomst ook beoogt – meer sporten en bewegen en alle indirecte gezondheids- of sociale effecten –, voor het resultaat is een nauwere samenwerking tussen alle betrokkenen vereist. En die samenwerking moet goed worden gecoordineerd en van een kwalitatief hoog gehalte zijn, gezien de wens sport en bewegen ook als instrument in te zetten voor andere (ontwikkel)vraagstukken. Dit vraagt om een bredere blik en een pedagogische inzet van alle betrokkenen. Inhoudelijk zullen alle betrokken 'opvoeders' hun aanpak nauwkeuriger op elkaar moeten afstemmen, zodat er samenhang ontstaat. In de sport zijn de eerste tekenen van zo'n ketenaanpak gelukkig zichtbaar, zowel in de praktijk (sport-zorgtrajecten, combinatiefuncties) als in de methodiekontwikkeling (Brouwer et al. 2001, Hutten 2009), maar er zijn sectoren waar men al enkele stappen verder is. Een levensloopanalyse zoals hiervoor beschreven kan dan een hulpmiddel zijn. Zij biedt bijvoorbeeld mogelijkheden om te verhelderen op welke momenten problemen zich openbaren, hoe zij samenhangen, of zij een ander karakter krijgen door belangrijke veranderingen in de levensloop en op welke leeftijden zij het beste beïnvloedbaar zijn.

Noten

1 Anderen concludeerden echter dat de ontwikkeling niet zonder meer zorgwekkend was (Van der Poel en Raaijmakers 1998).
2 Midden jaren zestig werd sport zelfs expliciet een 'jongmenselijke activiteit' genoemd, maar juist daarna voltrok zich een verdere verruiming naar de jongere jeugd (De Heer 1969).
3 Het aantal jeugdleden van sportclubs schommelt al 30 jaar rond de 1,5 miljoen en was in 1980 even hoog als in 2008: 1,6 miljoen (Hover 2002).
4 In ander onderzoek is gebleken dat plezier ook voor volwassenen een zeer belangrijk motief is, maar dat die relatief vaker gezondheid en fitheid noemen (Van den Dool et al. 2010).
5 Dit geldt zelfs voor 4-5-jarigen. In het deelproject Leefstijl en Gewicht van het KOALA-project is geconstateerd dat 4-5 jarige kinderen een groot gedeelte van hun tijd (86%) sedentair doorbrengen. Slechts 4% van de tijd die ze wakker zijn worden matig tot zwaar inspannende activiteiten uitgevoerd (De Vries et al. 2008).
6 Clubsport is hier breed: sportclub, sportschool of dansschool.
7 Onderzoek van TNO bij tien mbo-scholen onder bijna 7500 leerlingen stelde vast dat daarvan ongeveer 55% lid is van een sportclub, wat zo'n 10% minder is dan bij scholieren in het vo (Rijpstra et al. 2009).

Rapportage Sport 2010_4.indd 121 25-11-2010 13:01:08

Literatuur

Baur, J. (1989). *Körper- und Bewegungskarrieren: dialektische Analysen zur Entwicklung von Körper und Bewegung im Kindes- und Jugendalter.* Schorndorf: Hofmann Verlag.

Brouwer, B., C. Mooij, D. Houthoff en G. van Mossel (2001). *De leerlingen doorlopen het vak lichamelijke opvoeding - een verkenning van doorlopende leerlijnen in het bewegingsonderwijs in de basisvorming*. Enschede: Stichting Leerplanontwikkeling Nederland.

Breedveld, K. (2006). Verschillen in sportdeelname. In: K. Breedveld en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2006*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Chiou, M. en W. Bosveld (2010). *Sportmonitor 2009. Inzicht in het sportgedrag van Amsterdammers in 2009*. Amsterdam: Dienst Maatschappelijke Ontwikkeling.

Commissie Sport en Lichamelijke Opvoeding (1986). *Naar een geïntegreerd beleid Lichamelijke Opvoeding en Sport*. Rijswijk: ministerie van Cultuur, Recreatie en Maatschappelijk werk.

Crum, B. J. (1978). *Aan sport georiënteerd bewegingsonderwijs in het spanningsveld van aanpassing en kritiek*. Haarlem: De Vrieseborch.

Dool, R. van den, A. Elling en R. Hoekman (2009). *SportersMonitor 2008*. Nieuwegein/ 's-Hertogenbosch: Arko Sports Media/ W.J.H. Mulier Instituut.

Duijvestijn, P. en M. de Groot (2010). *Monitor bewegen en sport in het mbo, meting 2010*. Amsterdam: DSP-groep.

Elling, A. (2002). *'Ze zijn er niet voor gebouwd': In- en uitsluiting in de sport naar sekse en etniciteit*. Nieuwegein: Arko Sports Media.

Elling, A. (2007). *Het voordeel van thuis spelen. Sociale betekenissen en in- en uitsluitingsmechanismen in sportloopbanen*. Nieuwegein / 's-Hertogenbosch: Arko Sports Media / W.J.H. Mulier Instituut.

Elling, A. en R. van den Dool (2010). *Niet-sporters: achtergronden en opvattingen: aanvullende rapportage SportersMonitor 2008*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Frelier, M. en J. W. Janssens (red.) (2007). *Wat beweegt kinderen? Een onderzoek naar het sport- en beweeggedrag van kinderen*. Den Haag: Nicis Institute.

Harbers, M., E. van der Wilk en J. de Beer (2008). Zijn er verschillen tussen Nederland en andere landen? In: *Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid*, versie 3.22, www.nationaalkompas.nl, geraadpleegd op 24 juni 2010.

Heer, W. de (1969). *Jeugdsport in Nederland. Een poging tot het vaststellen van de kenmerken, de grenzen en de mogelijkheden van de jeugdsport en de sportieve opvoeding in de Nederlandse sportverenigingen*. Leuven: Instituut voor Lichamelijke Opleiding, Katholieke Universiteit Leuven.

Hover, P. (2002). *Sporters in cijfers 3. Ontwikkelingen in ledentallen NOC*NSF 1978-2000, inclusief een proeve van een kwalitatief gewogen vooruitberekening*. Arnhem: NOC*NSF

Hurrelmann, K. (2006). *Einführung in die Sozialisationstheorie. Über den Zusammenhang von Sozialstruktur und Persönlichkeit*. Weinheim / Basel: Beltz Verlag.

Hutten, T. (red.) (2009). *Het talent van Brabant. De rol van diverse actoren bij talentontwikkeling in de sport*. Breda: Nationale Hogeschool voor Toerisme en Verkeer.

Kamphuis, C. en R. van den Dool (2008). Sportdeelname. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008* (p. 74-101). Den Haag / 's-Hertogenbosch: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

Kamphuis, C., F. van Lenthe, K. Giskes, M. Huisman, J. Brug en J. Mackenbach (2008). Sociaaleconomische verschillen in sportdeelname. In: *Vrijetijdsstudies*, jg. 26, nr. 3, p. 17-30.

Rapportage Sport 2010_4.indd 122 25-11-2010 13:01:08

Kemper, H.G.C., W.T.M. Ooijendijk, M. Stiggelbout (2000).*Consensus over de Nederlandse Norm voor Gezond Bewegen.* Tijdschrift Sociale Gezondheidszorg, jg. 78, p. 180-183.

Kenyon, G. S. en B. D. McPherson (1981). Becoming involved in physical activity and sport: a proces of socialization. In: G.W. Loy, G. S. Kenyon en B. D. McPherson, *Sport, culture and society: a reader on the sociology of sport*. Philadelphia: Lea & Febinger.

KNVB (1983). *Jeugdvoetbal: min-nul-plus*. Zeist: Koninklijke Nederlandse Voetbalbond.

Koolen, R. (1986). De kloof tussen jongerencultuur en het georganiseerd sporten. In: *Spel en sport*, nr. 6, p. 2-7.

Lagendijk, E. (2008). Lokale samenwerking tussen onderwijs en sport. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008*. Den Haag / 's-Hertogenbosch: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

Lucassen, J. en M. van Schendel (red.) (2008). *De fitnessbranche in beeld 2008*. Nieuwegein / 's-Hertogenbosch: Arko Sports Media / W.J.H. Mulier Instituut.

Lucassen, J., E. Wisse en H. van der Werff (nog te verschijnen). *Brede Analyse Sport, Bewegen en Onderwijs 2010: aanvullend scholenonderzoek*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Lucassen, J. M. H., en K. Faber (1987). Het veelstromenlandschap van de jeugdsport nader bekeken. In: *Lichamelijke Opvoeding*, jg. 75, nr. 17, p. 648-652.

Middelbeek, L., L. Blokdijk, A.J. Schuit, G. Buijs, S.I. Rutz, H.J. Schilthuis en W.J.E. Bemelmans (2007). *Overgewichtpreventie in het voortgezet onderwijs: het landelijke en regionale beeld* (RIVM-rapport 260412001/2007). Zeist: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu.

Poel, H.J.J. van der, en S.F.J.M. Raaijmakers (1998). Vol leven en beweging. Sport- en bewegingsgedrag van jongeren, 1975-1995. *Mens en Maatschappij*, jg. 73, nr. 3, p. 277-291.

Raad voor het Jeugdbeleid (1995). *Jeugd in beweging. Sport is plezier waar je gezond van wordt*. Utrecht: Uitgeverij SWP.

Rijpstra, A., C. Bernaards, L. Engbers, M.W.A. Jongert (2009) *De leefstijl van MBO studenten in Nederland 2008/2009*. TNO-rapport Kwaliteit van Leven/GB/2009.104. Leiden: TNO.

Scheerder, J. en B. Vanreusel (2004). Generaties en hun sportieve kansen. De sportparticipatie van volwassen mannen en vrouwen geboren tussen 1920 en 1970. In: *Vrijetijdsstudies*, jg. 22, nr. 1, p. 17-34.

Scheerder, J. en B. Vanreusel (2006). Jong geleerd, oud gedaan? Over lifetime-sportbeoefening. In: P. de Knop, B. Vanreusel en J. Scheerder, *Sportsociologie. Het spel en de spelers* (p. 373-380). Maarssen: Elsevier Gezondheidszorg.

Stegeman, H. en J. Janssens (2004). *Introduction. Education through Sport. An Overview of Good Practices in Europe* (p. 14-32). 's-Hertogenbosch / Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut / Arko Sports Media.

Stubbe, J. (2006). *The genetics of exercise behavior and psychological well-being* (proefschrift). Amsterdam: Vrije Universiteit.

Stuij, M., E. Wisse, E., G. van Mossel, G., J. Lucassen en R. van den Dool (nog te verschijnen). *School, Bewegen en Sport*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Vanreusel, B. (1987). Bowie of basketbal. Een blik op jeugd- en sportcultuur. In: *Actor*, nr. 1, p. 38-45.

Vanreusel, B. (1998). Leerlingen en hun bewegingscultuur. In: H. Stegeman en K. Faber, *Onderwijs in bewegen. Basisthema's in de lichamelijke opvoeding*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Vries, H. de, M. Dijkstra en P. Kuhlman (1988). Self-efficacy: the third factor besides attitude and subjective norm as a predictor of behavioural intentions. In: *Health education research*, jg. 3, nr. 3, p. 273-282.

Rapportage Sport 2010_4.indd 123 25-11-2010 13:01:08

Vries, S.I. de, I. Bakker, A. Stafleu, R.A. Bausch-Golbohm en C. Thijs (2008). Lichamelijke (in)activiteit van kleuters. In: V.H. Hildebrand, W.T.M. Ooijendijk en M. Hopman-Rock (red.) *Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2006-2007.* (p.149-164).

Vries, S. de (2009). *Activity-friendly neigborhoods for children: measurement of physical activity and environmental correlates* (proefschrift). Amsterdam: Vrije Universiteit

VWS (2004). *BOS-impuls. Stimulans voor samenwerking buurt, onderwijs en sport.* Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

VWS (2008). *Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs.* Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Rapportage Sport 2010_4.indd 124 25-11-2010 13:01:08

7 Volwassenen: sport, bewegen en werk

Vincent Hildebrandt, Astrid Chorus (TNO Kwaliteit van Leven),
Annet Tiessen-Raaphorst (SCP)

7.1 Meer volwassenen aan het werk, maar ook in beweging?

Meer volwassenen tussen de 18 en 64 jaar zijn de afgelopen jaren aan sport (minstens 40 weken per jaar) gaan doen: in 1991 39%, in 2007 opgelopen naar 46%. Vooral mensen die nu tussen de 46 en 64 jaar zijn, zijn meer gaan sporten dan voorgaande cohorten (zie hoofdstuk 3). In het volwassen leven beïnvloeden echter verschillende omstandigheden de mogelijkheden om te sporten en bewegen. Een transitie die eerder al aan bod kwam (hoofdstuk 3), is dat velen een partner krijgen, gaan samenwonen en kinderen krijgen. Deze combinatie van werk en een druk leven thuis bevordert de sportdeelname niet. Een andere transitie is die van school naar werk. Bij de 18-24-jarigen is de verdeling werk-studie ongeveer gelijk, bij de volgende leeftijdsfase (25-44 jaar) is het aandeel werkenden groter dan 80% (zie hoofdstuk 2). In de daaropvolgende leeftijdsgroepen daalt het aandeel werkenden, doordat meer mensen hun tijd besteden aan de huishouding of werkloos of arbeidsongeschikt zijn geraakt. Werk vormt voor veel 18-65-jarigen een belangrijke tijdsbesteding: 70% van de potentiële beroepsbevolking besteedt 12 uur of meer per week aan werk. De verwachting is dat dit aandeel de komende jaren alleen nog maar zal groeien.

In dit hoofdstuk ligt de focus op de relatie tussen sportdeelname, bewegen en werk. Over de noodzaak van voldoende bewegen ter voorkoming van allerlei gezondheidsrisico's is al sinds lang consensus. Onvoldoende bewegen is een beïnvloedbare risicofactor voor tal van chronische ziekten, waaronder hart- en vaatziekten, diabetes type 2, kanker (colon en borst), obesitas, hypertensie, ziekten aan het bewegingsapparaat en psychische aandoeningen (depressie) (Department of Health 2004, WHO 2002). Voldoende sporten en bewegen is niet alleen goed voor de volksgezondheid, maar ook voor de economie: naar schatting is 1,4% (805 miljoen euro) van de totale volksgezondheidsuitgaven in Nederland het gevolg van te weinig bewegen (Van Baal et al. 2006); de indirecte kosten in de vorm van arbeidsverzuim, arbeidsongeschiktheid en dergelijke bedragen een veelvoud daarvan (Proper en Van Mechelen 2008). Interventieprogramma's kunnen de kosten drukken van arbeidsverzuim (2,5-4,9 dollar voor iedere geïnvesteerde dollar) en van de gezondheidszorg (2,5-4,5 dollar voor iedere geïnvesteerde dollar) (Proper en Van Mechelen 2008). Voor gunstige gezondheidseffecten is matig intensief bewegen al voldoende. Deze effecten nemen echter toe bij meer intensieve vormen van bewegen (Haskell et al. 2007). Ook komen gunstige effecten op het arbeidsverzuim pas naar voren bij werknemers die meer intensief bewegen. Sport vormt daarvan een belangrijk onderdeel (Proper et al. 2006).

Rapportage Sport 2010_4.indd 125 25-11-2010 13:01:08

De laatste jaren krijgt ook de zogenaamde sedentaire leefstijl steeds meer aandacht. Die wordt gekenmerkt door veel bewegingsarme bezigheden, die niet of nauwelijks worden onderbroken door momenten van beweging. Tegenwoordig zijn veel taken in het werk sedentair, zoals beeldschermwerk, operatortaken, assemblagetaken en chauffeurtaken. Traditionele bewegingsstimulerende activiteiten, zoals sporten of wandelen en fietsen in de vrije tijd, vormen hiertegen geen remedie. Dagelijks een uur intensief sporten kan namelijk heel goed samengaan met een sedentaire leefstijl. Deze leefstijl brengt, onafhankelijk van het beweeggedrag, gezondheidsrisico's met zich mee, zowel qua morbiditeit als mortaliteit (Hendriksen et al. 2010).
Tegengaan van sedentair gedrag op het werk is van oudsher een aandachtspunt voor bedrijven. Tot op heden is dat echter anders benoemd. Sedentaire bezigheden hebben namelijk langdurige statische belasting tot gevolg, wat kan leiden tot allerlei klachten en aandoeningen. De bekendste daarvan is RSI, wat tegenwoordig CANS wordt genoemd. Het tegengaan van deze langdurige statische belasting is al decennia onderdeel van het arbobeleid van bedrijven en bijvoorbeeld arbodiensten hebben veel expertise. De inspanning is echter de afgelopen decennia vooral gericht geweest op het creëren van een optimale werkplek (de ergonomische kantoorstoel, een juiste afstelling van tafelhoogte en beeldscherm enz.), waarmee misschien wel een averechts effect is bereikt: de werkplek is zo comfortabel geworden dat de noodzaak even te bewegen eerder kleiner dan groter is geworden. Tegelijkertijd is echter ook aandacht gegeven aan taakafwisseling en het doorbreken van langdurige statische werkzaamheden door bijvoorbeeld pauzesoftware. Hierop kan worden voortgebouwd bij het ontwikkelen van beleid om sedentair gedrag op de werkplek tegen te gaan.

Welke kansen en bedreigingen biedt de werksetting voor het stimuleren van voldoende sporten en bewegen en het tegengaan van een te sedentaire dagelijkse leefstijl? De bedreigingen lijken duidelijk: de werksituatie van veel Nederlanders is al sterk sedentair, en de verwachting is dat het aantal sedentaire werkplekken de komende jaren alleen maar zal toenemen door automatisering en informatisering en de afname van fysiek zware arbeid. Daarmee wordt de noodzaak om deze bewegingsarmoede op het werk te compenseren met sportieve activiteiten steeds groter. Daar liggen dan ook de kansen. Het bedrijfsleven heeft groot belang bij vitale werknemers, omdat die minder beroep op de gezondheidszorg doen en de concurrentiepositie van het Nederlandse bedrijfsleven versterken. Ook door de vergrijzing en de verhoging van de pensioenleeftijd is het belangrijk dat mensen vitaal blijven, ook op hogere leeftijd. In het Olympisch Plan 2028 (NOC*NSF 2009) wordt voor deze levensfase dan ook expliciet gewezen op de rol van bedrijfssport.

In dit hoofdstuk maken we de balans op van sporten en bewegen door volwassenen en dan specifiek door de werkenden. We leggen de grens bij volwassenen die minstens 12 uur per week werkzaam zijn. Allereerst kijken we naar de sportdeelname en het voldoen aan de combinorm (zie bijlage A voor een omschrijving) van de Nederlandse bevolking tussen 18 en 65 jaar. We maken onderscheid tussen werkenden en andere volwassenen (§ 7.2). In paragraaf 7.3 bekijken we alledaagse beweging, bewegingsarmoede

Rapportage Sport 2010_4.indd 126 25-11-2010 13:01:09

en sedentair gedrag op het werk en de invloed van het soort werk. Daarna beantwoorden we de vraag of werk en de aard van het werk van belang zijn voor het voldoen aan verschillende beweegnormen (§ 7.4). Ten slotte inventariseren we welke voorzieningen bedrijven aanbieden voor sport en bewegen en of werknemers daar ook gebruik van maken (§ 7.5). De analyses zijn uitgevoerd op het Aanvullend Voorzieningengebruik Onderzoek (AVO) en het databestand van de TNO-monitor Bewegen en Gezondheid die sinds 2000 deel uitmaakt van Ongevallen en Bewegen in Nederland (OBiN, zie bijlage C).

7.2 Sportdeelname en bewegen door volwassenen

De sportdeelname in minstens 40 weken per jaar door de groep 18-64-jarigen in zijn geheel lijkt vrij constant. Maar binnen die groep zijn er wel verschillen. Zo sporten mensen met kinderen van 6 jaar of jonger minder dan mensen zonder kinderen. Als de kinderen ouder worden, sporten de ouders zelf ook weer meer (hoofdstuk 3). Met het oplopen van de leeftijd neemt vooral de sportdeelname van alleenstaanden af; paren zonder kinderen blijven in de verschillende leeftijdscategorieën ongeveer evenveel aan sport doen (tabel 7.1).

Tabel 7.1

Sportdeelname (minstens 40 weken per jaar) naar leeftijd, huishoudensituatie en hoofdbezigheid, bevolking van 18-64 jaar, 2007 (in procenten)

	18-24 jaar (n = 458)	25-34 jaar (n = 820)	35-44 jaar (n = 1147)	45-54 jaar (n = 987)	55-64 jaar (n = 845)
totaal	50	45	44	48	45
inwonend kind	54	50			
alleenwonend	52	52	51	41	35
paar zonder kinderen	55	52	46	47	49
gezin met kinderen	–	35	44	53	40
eenoudergezin met kinderen	–	–	31	40	
school/studie	53				
werk	51	48	46	50	49
werkloos/arbeidsongeschikt	–	–	24	44	29
huishouding	–	–	45	41	45
pensioen/vut					50
werkt niet of minder dan 11 uur	54	31	37	43	42
werkt 12 uur of meer	48	49	47	50	48

– = onvoldoende gegevens beschikbaar.

Bron: SCP/CBS (AVO'07a)

Rapportage Sport 2010_4.indd 127 25-11-2010 13:01:09

Veel jongeren gaan na school werken. De posities op de arbeidsmarkt brengen verplichtingen met zich mee, evenals veranderingen in tijdsdruk en in inkomen. Voor de sportdeelname heeft dit echter geen gevolgen, evenmin als het aantal uren dat ze werken.
In de leeftijdsgroepen tussen 25 en 44 jaar heeft de arbeidsduur wel een verband met de sportdeelname: mensen die 12 uur of meer werken doen vaker aan sport dan mensen die niet of minder dan 12 uur werken. Vooral mensen die werkloos of arbeidsongeschikt zijn doen minder aan sport.
Bij de 45-plussers heeft de arbeidsduur geen verband met de sportdeelname. Opvallend is dat bij de 45-54-jarigen de werklozen en arbeidsongeschikten wel relatief vaak aan sport doen. De betrouwbaarheid hiervan is door het kleine aantal respondenten (n = 60) niet groot. De 55-64-jarigen doen wel veel minder aan sport, mogelijk door lichamelijke beperkingen.

Het beweeggedrag (voldoen aan de combinorm, zie bijlage A) van volwassenen vertoont een vergelijkbare trend als de sportdeelname. Het loopt langzaam terug met het oplopen van de leeftijd, met een piek bij de 45-54-jarigen (tabel 7.2). Hoewel de categorieën voor de gezinssituatie in tabel 7.1 en tabel 7.2 niet helemaal vergelijkbaar zijn, vallen de verschillen wel op. Mensen in een meerpersoonshuishouden voldoen vaker aan de combinorm dan alleenstaanden of paren. Bij de sportdeelname was dit juist niet het geval. Dit wekt de suggestie dat het spitsuur van het leven minder invloed heeft op het beweeggedrag dan op de sportdeelname.

Tabel 7.2
Voldoen aan de combinorm naar leeftijd, huishoudensituatie en hoofdbezigheid, bevolking van 18-64 jaar, 2008-2009 (in procenten)

	18-24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar
totaal	74	70	69	73	67
eenpersoonshuishouden	87	57	66	65	62
tweepersoonshuishouden	69	68	65	70	68
meerpersoonshuishouden	74	73	70	76	76
school/studie	79	73	–	–	–
werk	72	71	69	76	65
huishouding	–	74	76	70	68
niet-werkend	–	62	56	61	67

– = onvoldoende gegevens beschikbaar.

Bron: TNO (OBiN'08/'09)

De arbeidsdeelname heeft ook invloed op het beweeggedrag. Bij de 18-24-jarigen voldoen scholieren en studenten vaker aan de combinorm dan werkenden. In de leeftijdsgroepen daarna bewegen de niet-werkenden duidelijk minder dan werkenden, terwijl mensen die de huishouding tot voornaamste taak hebben meer beweging

Rapportage Sport 2010_4.indd 128 25-11-2010 13:01:09

krijgen. Dit laatste is niet meer het geval bij de 45-54-jarigen. Opvallend is de grote teruggang in het voldoen aan de combinorm tussen werkenden van 45-54 jaar en van 55-64 jaar. Deze daling is niet zichtbaar bij mensen die vooral in de huishouding actief zijn. Mensen die niet werken voldoen in de laatste leeftijdsgroep daarentegen juist vaker aan de combinorm.

7.3 Het werk als bron van beweging en van bewegingsarmoede

Naast werk, school en huishouding als bronnen van beweging dragen ook het woon-werkverkeer en vrijetijdsactiviteiten zoals tuinieren, klussen, sporten, fietsen en lopen of wandelen, bij aan het totaalplaatje. Werkende volwassenen besteden gemiddeld dagelijks acht minuten aan sport, waarvan vijf intensief (tabel 7.3). 18-34-jarige werkenden besteden meer tijd aan sport per dag dan de oudere groepen werkenden.
We bekijken het totaal van beweegactiviteiten en met name het belang van werk daarin. We kijken alleen naar de matig en zwaar intensieve activiteiten, omdat die voor de gezondheid relevant zijn. Gemiddeld besteden werkende Nederlanders hier bijna 120 minuten per dag aan (tabel 7.3).[1] Bijna 30% van deze beweging betreft zwaar intensieve activiteiten, hetgeen op zich gunstig is, omdat het gezondheidseffect van meer bewegen toeneemt met de intensiteit ervan (Haskell et al. 2007). Voor de verhouding tussen diverse bronnen van alledaagse beweging valt op dat werk verreweg de belangrijkste bron is, ook voor zwaar intensieve beweging, op grote afstand gevolgd door huishoudelijke activiteiten. Kijken we naar de drie onderscheiden leeftijdscategorieën, dan zien we twee grote verschillen. 18-34-jarigen halen meer beweging uit hun werk dan de oudere leeftijdsgroepen en 35-49-jarigen besteden naar verhouding meer tijd aan huishoudelijk werk.

Tabel 7.3
Lichamelijke activiteit naar type, intensiteit en leeftijd, werkenden van 18-64 jaar, 2006-2009 (in minuten per dag; n = 845)

	werk	woon-werk-verkeer	huis-houdelijk werk	tuinieren/ klussen	sport	fietsen	lopen/ wandelen	andere activiteiten	totaal
matig-zwaar	60	4	17	10	8	7	9	3	118
wv. zwaar	19	1	3	3	5	1	1	1	34
18-34 jaar	71	3	13	9	10	9	7	3	125
35-49 jaar	50	4	21	12	8	5	10	4	114
50-64 jaar	61	6	17	9	6	5	11	1	116

Bron: TNO (OBiN'06-'09)

Om na te gaan of het type werk van invloed is op de hoeveelheid lichaamsbeweging, hebben we de werkende bevolking opgesplitst naar branche (tabel 7.4). We zien dan grote verschillen. In branches met veel lichamelijke arbeid halen werknemers veel hogere scores in ten minste matig intensieve beweging dan in branches met veel zittend werk.

Rapportage Sport 2010_4.indd 129 25-11-2010 13:01:09

Het minst beweeglijke werk is te vinden in de administratieve sector. De agrarische en industriële sector kennen juist relatief veel beweeglijk werk.

Dit beeld zien we terug als we kijken naar het aantal uur zitten of liggen tijdens alledaagse activiteiten, als indicator voor de sedentaire component (tabel 7.5). Het algemene beeld is dat de Nederlander op een werkdag meer zit dan op een vrije dag: 6,3 uur tegenover 4,4 uur. Opnieuw zijn er grote verschillen tussen de branches: in de sectoren beleid en administratie wordt gemiddeld veel meer gezeten dan in andere sectoren. In de dienstverlening wordt het minst gezeten. Werknemers in de administratieve sector zitten ruim drie keer zo veel op hun werk als hun collega's in de dienstverlening (zie ook Jans et al. 2007). Op niet-werkdagen zijn de verschillen veel kleiner of afwezig.

Tabel 7.4

Lichamelijke activiteit naar type en branche, werkenden van 18-64 jaar, 2006-2009, (in minuten per dag; n = 845)

	werk	woon-werk-verkeer	huishoudelijk werk	tuinieren/klussen	sport	fietsen	lopen/wandelen	andere activiteiten	totaal
wetenschap									
matig-zwaar	37	3	19	13	10	11	10	2	107
wv. zwaar	10	1	4	4	6	2	1	1	29
beleid									
matig-zwaar	52	5	20	20	13	2	17	2	130
wv. zwaar	3	0	1	0	7	0	4	0	5
administratief									
matig-zwaar	30	5	15	7	6	4	9	3	80
wv. zwaar	11	1	2	3	4	1	0	1	23
commercie									
matig-zwaar	72	6	23	4	4	3	8	8	127
wv. zwaar	18	1	5	1	3	1	0	0	29
dienstverlening									
matig-zwaar	73	4	29	9	5	9	10	1	140
wv. zwaar	13	2	6	3	3	3	1	0	31
agrarisch/visserij									
matig-zwaar	116	7	11	17	11	4	12	13	191
wv. zwaar	51	0	3	16	2	1	9	10	92
ambacht, industrie									
matig-zwaar	83	2	9	9	12	5	6	2	128
wv. zwaar	36	1	1	2	8	1	1	0	50

Bron: TNO (OBiN'06-'09)

Rapportage Sport 2010_4.indd 130 25-11-2010 13:01:09

Tabel 7.5

Zitten/liggen op werkdag en vrije dag, naar branche, werkenden van 18-64 jaar, 2006-2009 (in aantal uren; n = 2854)

	werk incl. woon-werkverkeer	overig werkdag	totaal werkdag	nachtrust	totaal werkdag +nachtrust	vrije dag	totaal vrije dag + nachtrust
totaal	3,3	3,0	6,3	7,4	13,7	4,4	11,8
branche							
wetenschap	3,2	2,6	5,9	7,6	13,5	4,2	11,8
beleid	4,7	2,5	7,2	7,1	14,3	4,1	11,2
administratie	5,4	3,0	8,4	7,4	15,8	4,5	11,9
commercie	2,4	2,8	5,2	7,5	12,7	4,4	11,9
dienstverlening	1,7	2,8	4,6	7,6	12,2	4,1	11,7
agrarische beroepen	2,3	2,9	5,3	7,2	12,5	5,1	12,3
industrie	3,2	3,4	6,6	7,0	13,6	4,5	11,5

Bron: TNO (OBiN'06-'09)

7.4 De relatie tussen bewegingsarmoede op het werk en beweeggedrag in de vrije tijd

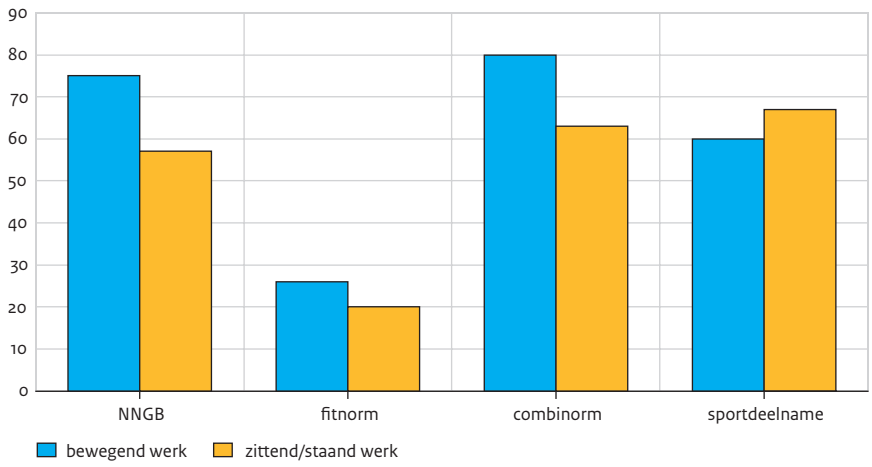
Werk kan de grootste bron van alledaagse lichaamsbeweging zijn, maar ook de grootste bron van sedentaire activiteit. Dit wordt ook zichtbaar als we kijken naar het behalen van de beweegnormen (figuur 7.1). Mensen met bewegingsarm werk halen minder vaak de beweegnormen. Zij sporten weliswaar iets vaker, maar dat compenseert de bewegingsarmoede op het werk niet voldoende om toch op hetzelfde niveau te komen als de collega's in branches met veel beweging.

Dit komt ook naar voren uit verschillen tussen werknemers met beweeglijk dan wel bewegingsarm werk (tabel 7.6): gemiddeld bewegen werknemers met bewegingsarm werk meer dan tweemaal zo weinig (160 vs. 75 minuten) op het werk als hun collega's met beweeglijk werk. Opvallend is dat werknemers met bewegingsarm werk ook minder minuten beweging halen uit huishoudelijke activiteiten en tuinieren/klussen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 131 25-11-2010 13:01:09

Figuur 7.1

Voldoen aan de beweegnormen en sport[b], naar type werk[c], werkenden van 18-64 jaar, 2006-2009 (in procenten; n = 2854)



a De beweegnormen staan uitgelegd in bijlage A.
b Mensen worden beschouwd als sporter als zij minstens een keer per jaar aan sport doen.
c Werknemers konden aangeven of zij werk hebben waarin zij veel zitten of staan of juist veel bewegen.

Bron: TNO (OBiN'06-'09)

Tabel 7.6

Lichamelijke activiteit, naar type en werk[a], werkenden van 18-64 jaar, 2006-2009 (in minuten per dag; n = 845)

	werk	woon-werk-verkeer	huishoudelijk werk	tuinieren/klussen	fietsen	wandelen	sporten	totaal
bewegend werk	160	6	48	22	11	25	13	285
zittend/staand werk	75	8	37	15	9	24	14	182

a Werknemers konden aangeven of zij werk hebben waarin zij veel zitten of staan of juist veel bewegen.

Bron: TNO (OBiN'06-'09)

Het sedentaire gedrag in de vrije tijd van mensen die op het werk weinig bewegen blijkt ook uit tabel 7.7. Om het contrast te maximaliseren hebben we twee groepen werknemers vergeleken: mensen die op het werk een uur of minder per dag zitten of liggen tegenover mensen die vier uur of meer per dag zitten of liggen. De groep met relatief beweeglijk werk is in de vrije tijd actiever en brengt minder tijd zittend door. Bij de 18-34-jarigen is weinig verschil te zien tussen de actieve en sedentaire leefstijl.

Rapportage Sport 2010_4.indd 132 25-11-2010 14:55:36

35-49-jarigen die op het werk actief zijn bewegen echter veel meer in de vrije tijd en zitten dan ook minder dan hun leeftijdsgenoten die op het werk sedentair zijn. Bij hen maakt het type werk niet uit voor de actieve vrijetijdsbesteding, maar wel voor de sedentaire vrijetijdsbesteding: mensen die actief zijn op het werk zijn ook minder sedentair in de vrije tijd.

Tabel 7.7

Actieve en sedentaire vrijetijdsbesteding naar type werk, werkenden van 18-64 jaar, 2006-2009 (in minuten en uren per dag)

	aantal minuten actieve vrijetijdsbesteding (n = 845)			
type werk	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	totaal
actief[a]	82	123	75	100
sedentair[b]	81	93	78	86
	aantal uur sedentaire vrijetijdsbesteding (n = 2854)			
type werk	18-34 jaar	35-49 jaar	50-64 jaar	totaal
actief	2,6	2,5	2,5	2,6
sedentair	2,8	3,2	3,5	3,0

a 1 uur of minder per dag zitten of liggen.
b 4 uur of meer per dag zitten of liggen.

Bron: TNO (OBiN'06-'09)

7.5 Voorzieningen op het werk en het gebruik daarvan

Voor de volwassen werknemer is de werkgever een potentiële aanbieder van lichaamsbeweging, niet alleen door het werk zelf, maar ook door een goed gezondheidsbeleid of goede secundaire arbeidsvoorwaarden. Volgens de werknemers zelf biedt 21% van de werkgevers een of meer voorzieningen voor beweging aan. Tabel 7.8 geeft een overzicht van de voorzieningen die bedrijven bieden en het gebruik daarvan. In-company fitness en korting op fitness buiten het bedrijf vormen verreweg het grootste deel van het aanbod en daarvan wordt ook het meest gebruik gemaakt. Het stimuleren van meer bewegen tijdens de werktaken zelf gebeurt nauwelijks. Bewegingsstimulering vindt vooral plaats in grote bedrijven (meer dan 250 werknemers): bijna de helft van de bedrijven die volgens werknemers actief is behoort tot deze groep.

Deze resultaten verschillen nogal van een andere periodieke enquête onder bedrijven, waaruit bleek dat 42% van de bedrijven naar eigen zeggen voorzieningen aanbiedt (Hildebrandt en Simons 2009). Blijkbaar worden tal van activiteiten die het bedrijf onder deze noemer schaart, door werknemers niet als zodanig ervaren. Daarnaast blijken aangeboden voorzieningen maar in beperkte mate door werknemers benut te worden: bedrijfscompetities scoren het hoogst qua participatie, terwijl van kortingen op het lidmaatschap van sportverenigingen nauwelijks gebruik wordt gemaakt. Aangezien iedere werknemer eigen voorkeuren zal hebben voor een vorm van sport en beweging, is het op zich niet verwon-

Rapportage Sport 2010_4.indd 133 25-11-2010 13:01:09

derlijk dat een bepaald aanbod slechts een deel van de werknemers bereikt. Dit pleit wel voor een breed palet aan mogelijkheden, wil men zoveel mogelijk werknemers laten participeren.

Tabel 7.8

Faciliteren van bewegen op het werk en het gebruik daarvan, 2006-2009 (n = 2854) (in procenten)

	aanwezig	gebruik (% van aanwezig)
in-company fitness	5,4	26,9
korting fitness buiten bedrijf	7,7	19,0
korting lidmaatschap sportvereniging	2,6	6,8
fietsen naar het werk	2,4	26,7
lunchwandelen	0,4	20,7
bedrijfscompetities	1,2	35,8
sportevenementen	1,5	14,8
meer bewegen in het werk	0,6	21,2
anders[a]	4,7	23,3

a Meestal verbijzonderingen van de andere categorieën.

Bron: TNO (OBiN'06-'09)

7.6 Conclusies en aanbevelingen

Er lijkt een soort tweedeling te bestaan binnen de Nederlandse werkende bevolking: aan de ene kant werknemers die beweeglijk werk hebben, ook in hun vrije tijd relatief veel bewegen en dus (ruimschoots) voldoen aan de beweegnormen en weinig sedentair zijn, en aan de andere kant werknemers die bewegingsarm werk hebben en ook in hun vrije tijd relatief weinig bewegen en een sedentair leven leiden. Deze tweede groep voldoet veel minder vaak aan de beweegnormen en loopt daarmee gezondheidsrisico's. In de westerse landen is de afgelopen 30 jaar het aantal beroepen met hoge fysieke activiteit scherp gedaald en het aantal beroepen met lage fysieke activiteit sterk gestegen. Zo kende in de Verenigde Staten in 1960 circa 50% van de beroepen nog ten minste matig intensieve activiteit, nu circa 20% (Church 2010).
Feitelijk is hier sprake van een nieuw en majeur arbeidsrisico: langdurige bewegingsarmoede opgelegd door de werktaken (beeldschermwerk, assemblage, chauffeuren) die tot ernstige gezondheidsschade kan leiden. Toch heeft dit arbeidsrisico tot nu toe weinig aandacht gekregen, vermoedelijk doordat de gezondheidsrisico's niet acuut optreden (anders dan met RSI- of rugklachten). Aandoeningen zoals hartvaatziekten, diabetes of kanker ontstaan geleidelijk, waardoor de oorzakelijke factor (bewegingsarmoede) niet zo direct zichtbaar is.
Deze situatie vraagt om een actief bewegingsstimuleringsbeleid binnen bedrijven. Niet alleen vanwege het arbeidsrisico waarvoor de werkgever mede verantwoordelijk is, maar ook omdat onvoldoende bewegende werknemers de arbeidsparticipatie en

Rapportage Sport 2010_4.indd 134 25-11-2010 13:01:09

het bedrijfsrendement ongunstig beïnvloeden. Immers, werknemers die voldoende (intensief) bewegen verzuimen aanzienlijk minder en korter (Van den Heuvel et al. 2003, Proper et al. 2006). Dit effect is nog tweemaal zo sterk bij werknemers met bewegingsarm werk. De lagere fitheid en slechtere gezondheid door onvoldoende bewegen vormen een probleem voor de toekomst. De behoefte aan optimaal inzetbare werknemers neemt alleen maar toe door de vergrijzing en de noodzaak de arbeidsparticipatie van oudere werknemers te bevorderen, is groot. Er zijn dus twee redenen om een actief bedrijfsbeleid voor bewegen te stimuleren. Ten eerste schade beperken: terugdringen van gezondheidsrisico's door bewegingsarmoede. Ten tweede: productiviteit verhogen door (oudere) werknemers maximaal inzetbaar te houden.
Zo bezien is het opvallend dat de aandacht van beleidsorganen en bedrijfsleven voor bewegingsarmoede op het werk tot nu toe zo beperkt is. Weliswaar krijgt het begrip vitaliteit veel aandacht, maar de aandacht is over het algemeen gericht op de individuele werknemer, terwijl de werksituatie zelf vrijwel buiten beschouwing blijft. Een evenwichtiger benadering met aandacht voor zowel de werkbelasting als de individuele inzetbaarheid is geboden. Daar liggen nog veel kansen. Bedrijven bieden nu vooral bewegingsmogelijkheden buiten het bedrijf en buiten werktijd, maar misschien is het lucratiever om het werk zelf beweeglijker te maken en sedentaire taken af te wisselen met meer beweeglijke taken. Er moeten interventiemethodieken komen om bewegingsarme werktaken beweeglijker te maken. Gezien het belang van werkgevers om arbeidsrisico's te minimaliseren, kunnen werkgevers hierin het voortouw nemen.
Ook nieuwe ontwikkelingen in vorm, inhoud en organisatie van het werk, zoals 'het nieuwe werken', waarbij arbeidstijden en arbeidsomgeving veel flexibeler worden ingevuld en de grenzen tussen thuis en werk vervagen, zullen in de toekomst ongetwijfeld invloed krijgen op het werk als bron van lichaamsbeweging. Of deze invloed gunstig of ongunstig is, hangt af van de invulling van deze concepten. Wij pleiten voor expliciete opname van voldoende lichaamsbeweging en voldoende afwisseling in sedentaire taken in de conceptontwikkeling.
Voor het sportbeleid is een duidelijke doelgroep de sedentaire werknemers die er maar niet in slagen de bewegingsarmoede op het werk in de vrije tijd te compenseren. De grootste uitdaging vormt ongetwijfeld de groep oudere werknemers, die relatief minder sporten en voor wie sport juist een middel kan zijn om de fitheid en inzetbaarheid te verhogen. De toegenomen sportdeelname onder de 45-64-jarigen is dan ook een positieve ontwikkeling. Op die manier kan ook de sport een bijdrage leveren aan niet alleen een gezonde, maar ook optimaal productieve werkende bevolking.

Noot

1 Gevraagd naar het aantal minuten dat men bepaalde activiteiten verricht, blijkt de optelsom de combinorm ruim te boven te gaan. Waarschijnlijk komt dat doordat de beweegnormen vereisen dat beweegactiviteiten een minimale duur moeten hebben om mee te tellen, waardoor veel kortdurende activiteiten buiten beschouwing blijven.

Rapportage Sport 2010_4.indd 135 25-11-2010 13:01:09

Literatuur

Baal, P.H.M. van, R. Heijnink, R.T. Hoogenveen, en J.J. Polder (2006). *Zorgkosten van ongezond gedrag. Zorg voor euro's – 3*. Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu.

Church, T.S. (2010). *Trends in Work Related Physical Activity in North American Adults.* Paper voor het International Congress on Physical Activity and Health, 5-8 mei, Toronto, Canada.

Department of Health (2004). *At Least Five a Week. Evidence on the Impact of Physical Activity and its Relationship to Health. A Report from the Chief Medical Officer.* Londen: Department of Health.

Haskell, W.L., I. Lee, R.R. Pate, K.E. Powell, S.N. Blair, B.A. Franklin, K.A. Macera, G.W. Heath, P.D. Thompson en A. Bauman (2007). Physical Activity and Public Health: Updated Recommendation for Adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. In: *Medicine & Science in Sports & Exercise.* jg. 39, nr. 8, p.1423-1434.

Hendriksen, I.J.M., C. Bernaards en V.H. Hildebrandt (2010). Lichamelijke inactiviteit en sedentair gedrag in de Nederlandse bevolking. In: V.H. Hildebrandt, A.M.J. Chorus en J. Stubbe, *Trendrapport Bewegen Gezondheid 2008/2009*. Leiden: TNO.

Heuvel, S.G. van den, V.H. Hildebrandt, H.C. Boshuizen, P.M. Bongers en B.M. Blatter (2003). Sporten, type werk, arbeidsverzuim en welbevinden: resultaten van een 3-jarige follow-up studie. In: *Tijdschrift voor gezondheidswetenschappen*, jg. 81, nr. 5, p. 256-264.

Hildebrandt, V.H. en M. Simons (2009). Steeds meer bedrijven in beweging. In: *Praktijkblad Preventie*, jg. 3, nr. mei, p. 6-7.

Jans, M.P., K.I. Proper en V.H. Hildebrandt (2007). Sedentair gedrag van de Nederlandse werkende bevolking. In: V.H. Hildebrandt, W.T.M. Ooijendijk en M. Hopman-Rock, *Trendrapport Bewegen & Gezondheid 2004-2005*. Leiden: TNO.

NOC*NSF (2009). *Olympisch Plan 2028; heel Nederland naar Olympisch niveau, plan van aanpak op hoofdlijnen.* Arnhem: NOC*NSF.

Proper, K.I., S.G. van den Heuvel, E.M. de Vroome, V.H. Hildebrandt en A.J. van der Beek (2006). Dose–response relation between physical activity and sick leave. In: *British Journal of Sports Medicine*, jg. 40, nr. 2, p. 173-178.

Proper, K.I. en W. van Mechelen (2008). *Effectiveness and cost-effectiveness of worksite interventions to promote physical activity and healthy diet*. World Health Organization.

WHO (2002). *The World Health Report, Reducing Risks, Promoting Healthy Life*. Genève: World Health Organization.

Rapportage Sport 2010_4.indd 136 25-11-2010 13:01:09

8 Ouderen in beweging: van vitaal belang

Astrid Chorus (TNO), Cretien van Campen en Maaike den Draak (SCP)

8.1 Groeiend aantal ouderen en het belang van vitaliteit

De levensverwachting in ons land is de afgelopen eeuw sterk toegenomen. Ruim 75% van de mannen en bijna 85% van de vrouwen bereikt tegenwoordig de leeftijd van 70 jaar. Op 1 januari 2010 telde Nederland ruim 2,5 miljoen ouderen (65 jaar en ouder); dat is 15% van de bevolking. Hun aantal zal sterk blijven toenemen: volgens de bevolkingsprognose van het CBS zijn er in 2020 3,4 miljoen 65-plussers, van wie 0,8 miljoen 80-plussers. In 2050 zullen er 4,5 miljoen 65-plussers zijn, een kwart van de bevolking. De stijgende levensverwachting is een ongekende verworvenheid; vooral als we erin slagen tot op hoge leeftijd gezond en fit te blijven. Bewegen en sporten zijn daarbij essentieel. Personen met gebrek aan beweging hebben een groter risico op gezondheidsproblemen. Het is dan ook bemoedigend dat steeds meer mensen lichamelijk actief zijn, ook als zij ouder worden. Belangrijk is voldoende passend beweegaanbod, zodat ook ouderen (blijven) bewegen. Niet alleen uit het oogpunt van gezondheid, maar ook het oogpunt van zelfstandigheid en participatie in de maatschappij. Maar ook ouderen in instellingen hebben baat bij bewegen ter preventie van functionele achteruitgang (Forster et al. 2009, De Ligny et al. 2010).

Een belangrijke doelstelling van het ouderenbeleid in Nederland (VWS 2005) is de vitaliteit en participatie van ouderen te optimaliseren door sport en bewegen. In het kader van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) hebben gemeenten de taak ouderen in staat te stellen maatschappelijk actief te zijn.

Door het sport- en beweeggedrag van ouderen te monitoren valt hun maatschappelijke participatie en gezondheid te evalueren. De vitale oudere is ook een van de ambities van het Olympisch plan 2028 (NOC*NSF 2009) en daaraan gerelateerde landelijke initiatieven zoals 'Fit for Life', dat beoogt meer ouderen, thuis of in instellingen, te laten sporten en bewegen. De Inspectie voor de Gezondheidszorg (IGZ) beoogt in het kader van preventie om in 2010 het onderwerp bewegen op de agenda te zetten van instellingen in de ouderenzorg.

De nota *Tijd voor sport* (VWS 2005) gaat uit van de combinorm, een combinatie van de Nederlandse norm gezond bewegen (NNGB) en de fitnorm (zie bijlage A). Naast aerobe activiteiten (activiteiten die de hartslag en ademhaling verhogen) kunnen ouderen krachtoefeningen doen om achteruitgang in functioneren tegen te gaan. Sinds enkele jaren wordt geadviseerd om minimaal twee keer per week krachtoefeningen te doen (Nelson et al. 2007). In verschillende gemeenten worden beweegprogramma's voor ouderen georganiseerd, zoals het Groninger Actief Leven Model (GALM), Meer Bewegen voor Ouderen en Fitness 55+, die vaak onderdeel zijn van bredere preventieprogramma's en deel uitmaken van de Wmo (Schippers et al. 2009).

Rapportage Sport 2010_4.indd 137 25-11-2010 13:01:09

In dit hoofdstuk kijken we naar het beweeggedrag van Nederlandse ouderen. We maken onderscheid tussen zelfstandig wonende ouderen en ouderen in instellingen (verzorgingshuis of verpleeghuis). We gebruiken twee databronnen over zelfstandig wonende ouderen, namelijk het Aanvullend Voorzieningengebruik Onderzoek (AVO) en Ongevallen en Bewegen in Nederland (OBiN), en de databron Ouderen In Instellingen (OII) uit 2008-2009 (zie bijlage C). De volgende vragen zijn onderzocht:
- Hoe is het sport- en beweeggedrag van zelfstandig wonende ouderen?
- Wat zijn kenmerken van ouderen die al dan niet sporten, en van ouderen die al dan niet voldoende bewegen?
- Hoe is het sedentaire gedrag van ouderen in relatie tot beweeggedrag?
- Hoe is het beweeggedrag van ouderen in instellingen?

8.2 Sporten en het behalen van de beweegnormen

De sportparticipatie van zelfstandig wonende ouderen heeft in de afgelopen jaren een flinke inhaalslag gemaakt en is vooral toegenomen onder ouderen van 65-74 jaar (zie hoofdstuk 3). Bijna de helft van de 65-74-jarigen doet minstens twaalf keer per jaar aan sport en 37% is minstens 40 weken per jaar sportief actief (tabel 8.1). Voor veel ouderen bestaat sporten uit fietsen, wandelen of zwemmen. De groep 75-plussers doet veel minder aan sport. Zij vinden zichzelf te oud om te sporten of hun gezondheid laat het niet meer toe. Bij deze groep is geen stijging in de sportdeelname waar te nemen.

Tabel 8.1
Sportdeelname naar frequentie, bevolking van 65 jaar en ouder, 2007-2008 (in procenten)

	65-74 jaar	75 jaar en ouder
minstens 12 weken per jaar	48	20
minstens 40 weken per jaar	37	16

Bron: SCP/CBS (AVO'07a)

Ouderen die minstens twaalf keer per jaar sporten, zijn relatief jonger, hoger opgeleid en van Nederlandse herkomst dan ouderen die niet sporten (tabel 8.2). Niet-sportende ouderen hebben vaker last van een of meer langdurige aandoeningen (33%) dan sportende ouderen (19%).

Naast sociale contacten, gezelligheid en plezier wordt sport ook veelvuldig in verband gebracht met gezondheidsbevordering. De algemene aanname is dat sporters ook in het dagelijkse leven meer bewegen dan niet–sporters (Hoekman en Breedveld 2008). Dit wordt bevestigd door gegevens uit OBiN: sportende ouderen voldoen 1,4 tot 2,8 keer vaker aan de beweegnormen en 1,8 keer vaker aan de richtlijn voor kracht dan niet-sportende ouderen. Lichaamsbeweging is een van de motieven om te sporten bij 70% van de beoefende sporten (Van den Dool et al. 2009).

Rapportage Sport 2010_4.indd 138 25-11-2010 13:01:09

Tabel 8.2
Kenmerken van sportende en niet-sportende zelfstandig wonende ouderen vanaf 65 jaar, 2006-2009 (in procenten)

	sportende ouderen	niet-sportende ouderen
man	32	68
vrouw	36	64
65-74 jaar	42	58
75 jaar en ouder	23	77
laag opleidingsniveau	30	70
midden opleidingsniveau	40	60
hoog opleidingsniveau	45	55
Nederlands	35	65
migrant	30	70

Bron: TNO (OBiN'06-'09)

Het aandeel van sport ten opzichte van alle vormen van lichaamsbeweging is echter beperkt; door sportbeoefening alléén voldoet slechts 3% van de volwassenen aan de beweegnorm (Tiessen-Raaphorst et al. 2007). Ouderen die aan de beweegnorm of aan de combinorm voldoen, besteden 5% van de totale hoeveelheid lichamelijke activiteit aan sport. Uitgesplitst naar leeftijd is er geen verschil voor de beweegnorm en de combinorm. Ouderen die aan de fitnorm voldoen, besteden 12% van de totale hoeveelheid lichamelijke activiteit aan sport. Uitgesplitst naar leeftijd besteden 65-74 jarigen 13% van hun lichamelijke activiteit aan sport en 75-plussers 4%. Wat betreft kracht besteden ouderen die aan die richtlijn voldoen 10% van de hoeveelheid lichamelijke activiteit aan sport, 65-74 jarigen 11% en 75 jarigen 4%.
Sportende ouderen voldoen dus relatief vaker aan de normen, maar de bijdrage die sport levert aan de beweegnormen is betrekkelijk laag. De bijdrage is het hoogst aan de fitnorm en de krachtrichtlijn van 65-74-jarigen; de bijdrage door sport aan deze normen daalt naar minder dan 5% bij 75-plussers. De sportdeelname in deze leeftijdsgroep is klein.

8.3 Het beweeggedrag van zelfstandig wonende ouderen

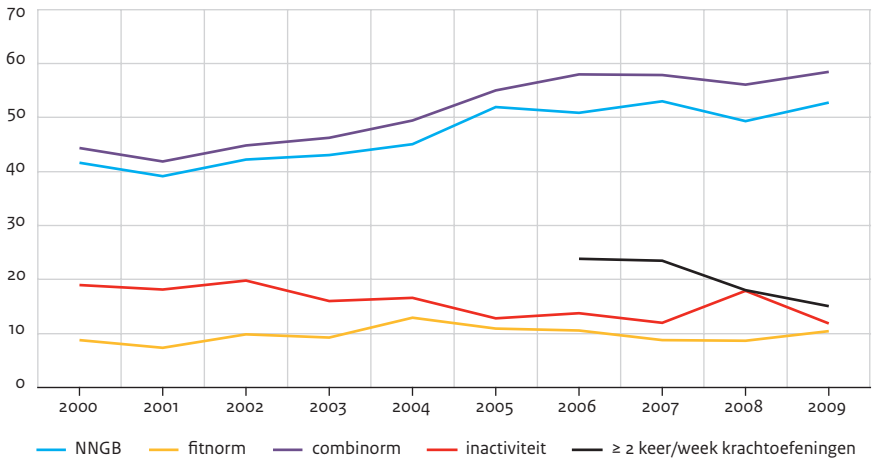
Een actieve leefstijl is van cruciaal belang. Ook op oudere leeftijd loont gezondheidsbevorderend gedrag (Harbers 2009a). De levensverwachting van ouderen die te weinig lichamelijk actief zijn is lager dan van ouderen die voldoende actief zijn (Knoops et al. 2004). Ook bij ouderen die pas op de leeftijd van 75 jaar of ouder regelmatig gaan bewegen neemt de levensverwachting toe. Ouderen die van niets naar een beetje lichaamsbeweging gaan, boeken de meeste gezondheidswinst (Nied en Franklin 2002). Internationaal onderzoek laat zien dat het onderhouden van een actieve leefstijl door ouderen veelal op gedragsgerelateerde barrières stuit (Lee et al. 2008).

Rapportage Sport 2010_4.indd 139 25-11-2010 13:01:09

Het percentage zelfstandig wonende ouderen dat aan de beweegnormen voldoet, is in de periode 2000-2006 aanzienlijk gestegen (zie figuur 8.1). In 2006 voldeed 58% van de ouderen aan de combinorm; in 2000 was dit nog 44%. Na 2006 is het percentage ongeveer stabiel gebleven. De stijging in de combinorm lijkt vooral gepaard te gaan met een vergelijkbare stijging in de beweegnorm. De fitnorm schommelt over de jaren tussen 9% en 11%. Het percentage inactieve ouderen is in de periode 2000-2009 gedaald van 19% naar 12%, met een duidelijke uitschieter naar boven in 2008.

Figuur 8.1

Voldoen aan verschillende beweegnormen, bevolking van 65 jaar en ouder, 2000-2009 (in procenten)



Bron: TNO (OBiN '00-'09)

Vanaf 2006 is informatie beschikbaar over krachtoefeningen door ouderen. In 2008-2009 voldoen beduidend minder ouderen aan de richtlijn van minimaal twee keer per week dan in 2006-2007. Voor de totale groep ouderen ligt het percentage ouderen dat aan deze richtlijn voldoet in Nederland laag.
Uitgaande van de bevolkingssamenstelling op 1 januari 2010 schatten we dat 1,5 miljoen 65-plussers voldoende bewegen om hun gezondheid op peil te houden; niettemin bewegen 1 miljoen 65-plussers (nog) onvoldoende. Ruim 300.000 van hen zijn volledig inactief. Slechts 225.000 ouderen doen oefeningen om krachtverlies te voorkomen en functionaliteit te behouden.

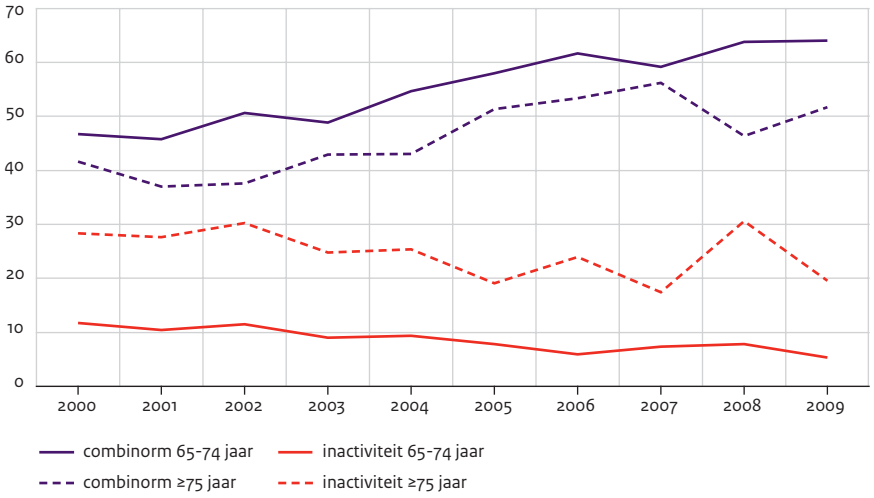
Uit de leeftijdsspecifieke trendcijfers (figuur 8.2) blijkt duidelijk dat ouderen van 65-74 jaar beduidend lichamelijk actiever zijn dan 75-plussers. Ouderen van 65-74 jaar behalen de combinorm vaker dan 75-plussers. In beide leeftijdsgroepen is het percentage dat de combinorm behaalt toegenomen. Het behalen van de fitnorm ligt bij ouderen van 65-74 jaar twee tot drie keer hoger dan bij 75-plussers. In beide groepen is voor de fitnorm

Rapportage Sport 2010_4.indd 140 25-11-2010 13:01:09

geen sprake van een duidelijke positieve of negatieve trend. De mate van inactiviteit is in beide groepen gedaald; in de groep 75-plussers is er in 2008 een uitschieter naar boven, maar in 2009 ligt het niveau weer op dat van 2007. De mate van inactiviteit ligt in de loop der jaren bij 75-plussers 2-4 keer hoger dan bij 65-74 jarigen. In beide leeftijdsgroepen neemt het percentage ouderen dat aan de richtlijn voor kracht voldoet in gelijke mate af. De groep 75-plussers heeft relatief meer gezondheidsproblemen dan de 65-74-jarigen. Slechts een vijfde van de ouderen met een slechte gezondheid voldoet aan de beweegnorm en dit aandeel blijft redelijk stabiel (Den Draak en Van Campen 2008).

Figuur 8.2

Voldoen aan de combinorm en mate van inactiviteit naar leeftijd, bevolking van 65 jaar en ouder, 2000-2009 (in procenten)



Bron: TNO (OBiN '00-'09)

Determinanten van beweeggedrag van ouderen

Veel gezondheidsproblemen zijn behalve oorzaak ook gevolg van een ongezonde leefstijl. Zelfs als ouderen hun gedrag pas na hun 65e aanpassen blijkt dit nog effectief te zijn. Gedrag is de resultante van de intenties van een persoon, zijn capaciteiten en ervaren barrières om een actieve leefstijl te ontwikkelen. Om aanknopingspunten voor beweegstimulering te vinden worden sinds 2006 in OBiN determinanten van beweeggedrag gemeten. Deze zijn gebaseerd op het *Integrated Model for Change* (I-Change Model, De Vries et al. 2003), dat drie primaire gedragsdeterminanten onderscheidt:

– Attitude is de houding van een persoon ten opzichte van een bepaald gedrag en kan worden gezien als een afweging van de voor- en nadelen die de persoon aan het gedrag verbindt.
– Sociale invloed wordt bepaald door sociale normen, het waargenomen gedrag van anderen en de ervaren sociale druk of steun voor het gedrag.

Rapportage Sport 2010_4.indd 141 25-11-2010 13:01:09

  - Sociale druk is het beïnvloeden van een individu door bijvoorbeeld familie en vrienden met het doel diens gedrag te veranderen.
  - Bij sociale steun zijn de acties van anderen erop gericht de persoon te helpen bij het veranderen van het gedrag.
- Eigen effectiviteit is het vertrouwen in jezelf om het gewenste gedrag uit te (gaan) voeren.

Van den Dool et al. (2009) vonden dat slechts 18% van de ouderen de intentie had om te gaan sporten. Een groot deel van de 65-74-jarigen heeft echter wel een positieve attitude tegenover bewegen in brede zin (tabel 8.4). Ouderen die op deze leeftijd niet aan de combinorm voldoen, lijken zelfs positiever te staan tegenover bewegen dan ouderen die wel aan deze norm voldoen. Bij 75-plussers zijn ouderen die de norm niet halen minder positief.

Tabel 8.4

Determinanten van beweeggedrag naar voldoen aan de combinorm en leeftijd, zelfstandig wonende ouderen van 65 jaar en ouder, 2008-2009 (in procenten)

		65-74 jaar		75 jaar en ouder	
		wel voldoen aan combinorm	niet voldoen aan combinorm	wel voldoen aan combinorm	niet voldoen aan combinorm
attitude	(zeer) goed om meer te gaan bewegen	58	61	56	43
	prettig om meer te gaan bewegen	46	61	40	37
sociale norm	(heel) veel bewegen door mensen waar veel mee omgegaan wordt, bijvoorbeeld uw partner, familieleden, kennissen, collega's	37	35	25	29
sociale steun	veel stimulans van mensen in omgeving om meer te gaan bewegen	11	14	8	8
eigen effectiviteit	(zeer) goed lukken om meer te gaan bewegen	50	51	38	23

Bron: TNO (OBiN'08-'09)

Ook de sociale druk is voor 65-74-jarigen hoger dan voor 75-plussers. Binnen de leeftijdsgroepen is er geen verschil tussen ouderen die wel of niet aan de norm voldoen. Beide leeftijdsgroepen ervaren echter relatief weinig stimulans uit hun directe omgeving om meer te gaan bewegen.
Ouderen van 65-74 jaar denken vaker dat het zal lukken om meer te gaan bewegen dan 75-plussers. De helft van de 65-74 jarigen zegt dat het zal lukken om meer te gaan bewegen, ongeacht of ze aan de combinorm voldoen; bij 75-plussers zijn degenen die niet aan de

Rapportage Sport 2010_4.indd 142 25-11-2010 13:01:09

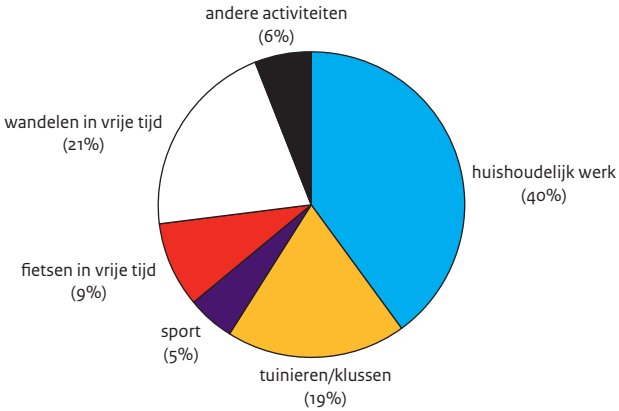
combinorm voldoen hier echter duidelijk minder van overtuigd dan degenen die wel aan die norm voldoen.
Opvallend is dat ouderen die onvoldoende bewegen even positief of positiever tegenover bewegen staan dan ouderen die voldoende bewegen, maar dat ze minder vertrouwen hebben in hun eigen capaciteiten om meer te gaan bewegen. Veel ouderen zijn er bij gebaat om te ervaren dat bewegen leuk en veilig kan zijn en onderdeel kan uitmaken van hun dagelijkse bezigheden. Een stimulans vanuit hun sociale omgeving is zeker van belang.

Voorkeur fysieke activiteiten zelfstandig wonende ouderen

In OBiN wordt aan een kwart van de onderzoekspopulatie naast de beweegnormen gedetailleerd gevraagd naar het totale beweeggedrag voor één specifieke dag. Niet om op individueel niveau een beeld te krijgen, maar om op groepsniveau betrouwbare gegevens te verkrijgen over de tijdsbesteding aan dagelijkse lichamelijke activiteiten. Voor ouderen zijn dat huishoudelijk werk, tuinieren, klussen, sporten, fietsen, wandelen en overige activiteiten. Voor elk type activiteiten is gevraagd naar het aantal minuten dat hieraan besteed is.
In 2008/2009 besteedden zelfstandig wonende ouderen in totaal 103 minuten op een gemiddelde dag aan deze activiteiten. De activiteiten zijn niet allemaal intensief genoeg om bij te dragen aan de norm, maar geven vooral aan wat ouderen graag ondernemen. In figuur 8.3 is het aandeel van de verschillende activiteiten weergegeven. Naast huishoudelijk werk behoren wandelen, klussen en tuinieren tot belangrijke dagelijkse activiteiten van ouderen. Sportieve activiteiten zoals fietsen, wandelen en sporten beslaan 35% van de dagelijkse lichamelijke activiteiten van ouderen, gemiddeld 34 minuten over de gehele groep. Sport alleen maakt 5% van de tijd uit.

Figuur 8.3

Beweegpatroon van zelfstandig wonende ouderen van 65 jaar en ouder, 2008-2009 (percentage van het totale aantal minuten lichamelijk actief per dag)



Bron: TNO (OBiN'08-'09)

Rapportage Sport 2010_4.indd 143 25-11-2010 13:01:09

Het absolute aantal minuten per dag dat ouderen besteden aan genoemde activiteiten neemt af met de leeftijd: van gemiddeld 130 minuten per dag onder 65-74 jarigen tot 75 minuten per dag onder 75-plussers. Deze laatsten besteden relatief minder tijd aan zwaardere inspannende activiteiten, zoals tuinieren en klussen (16% versus 22%) en sporten (3% versus 5%), en meer tijd aan huishoudelijke taken (45% versus 37%) dan de 65-74-jarigen. Het aandeel fietsen en wandelen is vergelijkbaar.

8.4 Sedentair gedrag van ouderen

Onafhankelijk van het behalen van de beweegnormen vormt sedentair gedrag een groot risico voor allerlei chronische aandoeningen en dus een bedreiging van de zelfredzaamheid en een verhoogd risico op vroegtijdig overlijden (Katzmarzyk 2009, Keeton en Kennedy 2009). Sedentair gedrag is gedrag met een erg laag energieverbruik, zoals televisie kijken, computeren, zitten en liggen. In OBiN is dit geoperationaliseerd als de tijd (in uren) zitten en liggen op een gemiddelde dag (exclusief slaaptijd gedurende de nacht). Uit tabel 8.5 valt af te lezen dat ouderen van 65-74 jaar op een gemiddelde dag 240 minuten zitten/liggen (exclusief slaaptijd) en ouderen van 75 jaar en ouder ruim 300 minuten. Hoewel er nog geen richtlijnen bestaan voor het bestrijden van sedentair gedrag laat recent internationaal onderzoek zien dat 240 of meer minuten per dag zitten of liggen een verhoogd risico geeft op metabool syndroom[1] en cardiovasculaire aandoeningen, ongeacht de mate van lichamelijke activiteit (Sisson et al. 2009). Nederlandse ouderen zijn dus qua sedentair gedrag een belangrijke risicogroep.

Tabel 8.5

Aantal minuten zitten/liggen op een gemiddelde dag, 65-74-jarigen en 75-plussers, 2008-2009 (in minuten per dag)

	65-74 jaar	75 jaar en ouder
aantal minuten zitten/liggen op een gemiddelde dag (exclusief slaaptijd; vakantie- en feestdagen buiten beschouwing gelaten)	240	306

Bron: TNO (OBiN'08-'09)

Sedentair gedrag wordt vaak verward met lichamelijke inactiviteit (zie bijlage A). Wie voldoende lichamelijk actief is volgens de beweegnormen kan toch veel sedentair gedrag vertonen. Sedentair gedrag en lichamelijke inactiviteit zijn dus twee verschillende zaken, die een ander verband hebben met determinanten zoals geslacht en sociaaleconomische status. Mannen leiden vaker een zittend/liggend bestaan, terwijl vrouwen vaker onvoldoende lichamelijk actief zijn. Ook zijn mensen met een lage sociaaleconomische status vaker inactief en hebben mensen met een hoge sociaaleconomische status vaker een zittend beroep (Owen et al. 2000).

Rapportage Sport 2010_4.indd 144 25-11-2010 13:01:09

Tabel 8.6

Relatie tussen sedentair gedrag[a] en beweeggedrag bij ouderen, 2008–2009 (odds ratio's[b] en 95% betrouwbaarheidsintervallen)

	beweegnorm		fitnorm		combinorm		inactief		≥ 2 keer/week kracht	
sedentair gedrag	OR	95% BI	OR	95% BI	OR	95% BI	OR	95% BI	OR	95% BI
niet sedentair (<240 minuten/dag zitten/liggen)	1,00	(referentie)	1,00	(referentie)	1,00	(referentie)	1,00	(referentie)	1,00	(referentie)
240-360 minuten/dag zitten/liggen	1,09	(1,08-1,09)	0,80	(0,79-0,80)	1,02	(1,01-1,02)	1,02	(1,02-1,03)	0,83	(0,83-0,84)
sedentair (>360 minuten/dag zitten/liggen)	0,41	(0,40-0,41)	0,27	(0,26-0,27)	0,32	(0,32-0,33)	4,39	(4,38-4,41)	0,43	(0,42-0,43)

a Exclusief slaaptijd gedurende de nacht.
b Een odds ratio (OR) > 1,00 betekent dat sedentair gedrag vaker voorkomt onder normactieven dan onder niet-normactieven. Een odds ratio < 1,00 geeft aan dat sedentair gedrag vaker voorkomt onder niet-normatieven. Het betrouwbaarheidsinterval (BI) geeft weer hoe nauwkeurig de schatting is: hoe nauwer het interval, hoe nauwkeuriger de schatting.

Bron: TNO (OBiN'08-'09)

Sedentaire ouderen voldoen significant minder vaak aan de beweegnormen en zijn significant vaker inactief vergeleken met niet-sedentaire ouderen (tabel 8.6).[2] De relatie tussen sedentair gedrag en de beweegnormen blijft bestaan na correctie voor leeftijd. Sedentaire ouderen zijn minder lichamelijk actief dan niet-sedentaire ouderen, hetgeen betekent dat in tegenstelling tot de leeftijdsgroep 15-64-jarigen (hoofdstuk 7) het sedentaire gedrag van ouderen niet gecompenseerd wordt met voldoende beweging, maar wellicht het gevolg is van niet meer willen of kunnen bewegen.

8.5 Bewegen door ouderen in instellingen

Moeten ouderen in verzorgingshuizen en verpleeghuizen ook nog bewegen? Die vraag zou enkele decennia geleden nog met 'nee' beantwoord worden. De toenmalige bejaardenoorden werden beschouwd als rusthuizen, waar men na een werkzaam leven kon genieten van de oude dag. Sporten was schaken, dammen, fietsen en wandelen. Tegenwoordig is dat anders. Maatschappelijk gezien is de aandacht voor bewegen toegenomen, maar de bewoners van de huidige verzorgingshuizen zijn niet meer te vergelijken met die van enkele decennia geleden. De instellingen worden nu bewoond door mensen die vanwege gezondheidsproblemen niet meer zelfstandig thuis kunnen wonen. Ze zijn zeer slecht ter been, hebben chronische aandoeningen en zijn ernstig belemmerd in het dagelijks functioneren, bijvoorbeeld door een hersenbloeding of dementie. Nu 'moeten' de bewoners bewegen maar kunnen ze het niet.

Rapportage Sport 2010_4.indd 145 25-11-2010 13:01:10

Het ministerie van VWS heeft bewegen, gezonde voeding en preventie van vallen, depressie, eenzaamheid en decubitus (doorligwonden) tot speerpunten van beleid gemaakt (VWS 2005). Deze thema's zijn op het lijf van onze doelgroep geschreven, de ouderen in instellingen.
Beweegprogramma's in instellingen kunnen bijdragen aan de gezondheid en het welzijn van ouderen. Er zijn in Nederland veel beweegprogramma's als onderdeel van preventieprogramma's van de Wmo (Schippers et al. 2009), maar het aanbod is versnipperd, de effectiviteit is vaak niet voldoende aangetoond en de meeste zijn toegesneden op zelfstandig wonende ouderen (Harbers 2009b, Van Lindert 2009). Volgens activiteitenbegeleiders voelen ouderen in instellingen zich in deelname aan beweegactiviteiten belemmerd door lichamelijke achteruitgang, vermoeidheid en drempelvrees (Wink 2006). Het blijkt motiverend als het bewegen gekoppeld wordt aan iets gezelligs. Ook een beweegaanbod op verschillende niveaus, een persoonlijke benadering bij de werving, advies van een fysiotherapeut of arts, het enthousiasme van andere bewoners, het gebruik van (professionele) materialen en de ervaren verbeterde fysieke mogelijkheden hebben een motiverende werking op bewoners (Wink 2006).

Behalen van de beweegnorm door ouderen in instellingen

Er is maar een zeer kleine groep bewoners van verzorgings- en verpleeghuizen die voldoende bewegen volgens de beweegnorm: 14% in verzorgingshuizen en 4% in somatische afdelingen van verpleeghuizen (tabel 8.7). In vergelijking met zelfstandig wonende ouderen (53%) is dit zeer laag. Dit verschil kan grotendeels verklaard worden door de lichamelijke beperkingen en gezondheidsproblemen van instellingsbewoners (zie bijlagetabel B8.1). Verontrustender zijn de percentages inactieven: driekwart van de verzorgingshuisbewoners en negen van de tien verpleeghuisbewoners is inactief.

Tabel 8.7

Percentage tehuisbewoners van 65 jaar en ouder dat voldoet aan de beweegnormen, naar woonvorm, 2008-2009 (in procenten)

	verzorgingshuis	somatisch verpleeghuis	totaal	sign.
voldoen aan beweegnorm (NNGB)[a]	14	4	12	sign.***
niet-normactief	86	96	88	
inactief[a]	76	89	78	sign.***

significantie: *** p < 0,001
a Voor omschrijving zie bijlage A.

Bron: SCP (011'08)

Voor ouderen in instellingen is recent een aparte beweegnorm ontwikkeld: zeven keer per week 15-30 minuten matig bewegen, waarbij het type activiteit is afgestemd op de persoon (Jans et al. 2008). Er zijn helaas nog geen gegevens beschikbaar over het beweeggedrag van ouderen in instellingen volgens deze norm.

Rapportage Sport 2010_4.indd 146 25-11-2010 13:01:10

Kenmerken van ouderen in verzorgingshuizen met bewegingsarmoede[3]

De bewegingsarmoede van bewoners van verzorgingshuizen kan naar demografische kenmerken uitgesplitst worden (tabel 8.8). Er is een duidelijk verschil in bewegingsarmoede tussen mannen en vrouwen. Vrouwen voldoen significant minder aan de beweegnorm en zijn significant vaker inactief dan mannen. Vrouwen in verzorgingshuizen zijn gemiddeld ook wat ouder dan mannelijke bewoners: 86,3 jaar versus 84,7 jaar. Maar na correctie voor leeftijd en gezondheidskenmerken blijven de man-vrouwverschillen bestaan (zie bijlagetabel B8.3). Andere onderzoeken onder ouderen bevestigen dat vrouwen vaker onvoldoende bewegen (Van Lindert 2009).
Het collectieve beeld in de samenleving is dat ouderen met het toenemen van de leeftijd minder gaan bewegen. We stelden al vast dat 75-plussers minder bewegen dan 65-74-jarigen. Dit ligt anders voor ouderen in instellingen. De verschillen in bewegingsarmoede naar leeftijdscategorieën zijn namelijk niet significant. Het is dus niet vanzelfsprekend dat men door het ouder worden onvoldoende beweegt.
Ook is er geen significant verschil naar opleiding. Hoewel sociaaleconomische status een voorspeller van gezondheidsproblemen en opname in een instelling is, en je zou verwachten dat dit een factor van betekenis is, blijkt het dus geen voorspeller voor het beweeggedrag van bewoners van verzorgingshuizen.

Tabel 8.8

Voldoen aan de beweegnormen, naar achtergrondkenmerken, verzorgingshuisbewoners van 65 jaar en ouder, 2008-2009 (in procenten)

	% niet voldoen aan beweegnorm (NNGB)	% inactief	(n)
geslacht	sign.***	sign.*	
man	76	69	(194)
vrouw	89	78	(630)
leeftijdsgroep	n.s.	n.s.	
65-74 jaar	80	69	(35)
75-79 jaar	83	73	(84)
80-84 jaar	87	77	(194)
85-89 jaar	85	72	(267)
≥ 90 jaar	88	80	(246)
opleiding	n.s.	n.s.	
hooguit lager onderwijs	87	76	(417)
lbo, mulo	84	76	(292)
mms, hbs, mbo, hbo, universiteit	84	75	(114)
totaal	86	76	(823)

significantie: * p < 0,05; *** p < 0,001; n.s. = niet significant.

Bron: SCP (011'08)

Rapportage Sport 2010_4.indd 147 25-11-2010 13:01:10

Bewegingsarmoede wordt in de wetenschappelijke literatuur in verband gebracht met gezondheidsproblemen. Deze relatie is tweezijdig: minder bewegen kan leiden tot problemen met de gezondheid en mensen met lichamelijke beperkingen door gezondheidsproblemen zullen minder bewegen. Op grond van onze onderzoeksgegevens (011'08) kunnen we geen oorzakelijke verbanden aantonen, maar wel laten zien welke gezondheidsproblemen van ouderen in instellingen samenhangen met bewegingsarmoede. Naarmate ouderen meer chronische aandoeningen hebben, zich minder gezond voelen, ernstiger beperkingen hebben en meer pijn ervaren bij dagelijkse bezigheden, voldoen ze minder aan de beweegnorm en zijn ze vaker inactief (zie bijlagetabel B8.1). Andere onderzoeken onder ouderen bevestigen dat een lage ervaren gezondheid en lichamelijke beperkingen van invloed zijn (Van Lindert 2009).
Naast lichamelijke gezondheid kunnen ook psychische problemen een belemmering zijn voor bewegen. Men heeft bijvoorbeeld geen zin, geen energie, ziet het nut er niet van in of isoleert zich. Andersom kan minder bewegen leiden tot depressiviteit. Voor bewoners van verzorgingshuizen is er echter geen relatie tussen voldoende bewegen en psychische gezondheid en geestelijk welbevinden (bijlagetabel B8.2).
Als we bekijken welke factoren bewegingsarmoede het beste voorspellen, blijkt dat vrouwen en personen met matige tot ernstige motorische beperkingen een grotere kans op bewegingsarmoede hebben (na correctie voor andere kenmerken, zie bijlagetabel B8.3). Daarnaast wordt ook hier bevestigd dat de leeftijd van verzorgingshuisbewoners geen relatie heeft met beweeggedrag.

8.6 Conclusies en blik op de toekomst

Het sport- en beweeggedrag van zelfstandig wonende ouderen in Nederland heeft de afgelopen tien jaar een gunstige ontwikkeling doorgemaakt; het percentage dat aan de normen voldoet is gestegen en het percentage inactieve ouderen is gedaald. De gunstige trend lijkt echter enigszins af te vlakken en de vraag is of met de huidige maatregelen een verdere toename van een actieve leefstijl onder ouderen haalbaar is. De levensfase van globaal tussen 65 en 80 jaar wordt de derde levensfase genoemd. De vierde levensfase wordt gekenmerkt door het krijgen van ernstige beperkingen, waardoor personen afhankelijk worden van thuiszorg of in een instelling opgenomen worden. Deze groep blijkt veel minder vaak aan de beweegnorm te voldoen en vaker inactief te zijn.
Hoewel mensen in de derde levensfase vaker actief zijn, zijn zij ontvankelijk voor gebeurtenissen die een actieve leefstijl bedreigen en een sedentaire leefstijl in de hand werken. Een chronische ziekte, functionele beperkingen, cognitieve achteruitgang, een partner verliezen en een ziekenhuisopname hebben gevolgen voor het sport- en beweeggedrag (De Boer 2006). Dat zien we vooral bij de 75-plussers. Hoewel zij in de loop van de jaren meer zijn gaan bewegen, ligt het percentage dat aan de normen voldoet beduidend lager en is de sportparticipatie gelijk gebleven. De mate van inactiviteit ligt ook beduidend hoger, doordat zij vaker diverse aandoeningen (multimorbiditeit) hebben die hen belemmeren in het dagelijks leven.

Rapportage Sport 2010_4.indd 148 25-11-2010 13:01:10

Onvoldoende bewegen komt veel vaker voor onder ouderen in instellingen dan onder zelfstandig wonende ouderen. In instellingen bewegen vooral vrouwen met motorische beperkingen minder; leeftijd en opleiding van de bewoners zijn niet van invloed.

Voor de toekomst blijft een actieve leefstijl van belang, zowel voor ouderen zelf als voor de maatschappij. Dit valt niet mee wanneer ouderen geconfronteerd worden met gebeurtenissen in de levensloop die een actieve leefstijl bedreigen en een beroep doen op hun veerkracht en herstelvermogen.
Om de behaalde successen voor de toekomst te garanderen moeten gezondheidsbevorderende maatregelen door sport en bewegen goed afgestemd zijn op de doelgroep, rekening houdend met de grote diversiteit tussen ouderen (Gezondheidsraad 2009). Vooral onder 75-plussers komen kwetsbare groepen voor die niet direct aansluiting vinden bij de actievere leefstijl die voor hen als ideaal wordt gezien. Voor 75-plussers moeten er vooral betere mogelijkheden komen om een actievere leefstijl te ontwikkelen en een sedentaire leefstijl tegen te gaan. Mogelijkheden die afgestemd zijn op kwetsbare situaties, het vertrouwen dat mensen in zichzelf hebben om het gewenste gedrag te vertonen, en de rol van de sociale omgeving. Functionele trainingsprogramma's met aandacht voor gedragsverandering kunnen voorkomen dat zelfstandig wonende ouderen met een inactieve leefstijl van zorg afhankelijk worden (De Vreede et al. 2007).
Bewegen voor ouderen in instellingen vraagt om een combinatie van een groeps- en een individuele aanpak. Ouderen met ernstige zintuiglijke en lichamelijke beperkingen vragen om een aangepaste aanpak (Wink 2006).
Voor 65-74-jarigen is het van belang dat een actieve leefstijl behouden wordt, rekening houdend met veranderingen die een actieve leefstijl bedreigen. De sociale omgeving moet hierop bedacht zijn en betrokken worden bij het signaleren van problemen en het stimuleren van het behoud van een actieve leefstijl (Gezondheidsraad 2009).

Belangrijke bronnen van lichaamsbeweging voor zelfstandig wonende ouderen zijn huishoudelijke activiteiten, wandelen en fietsen. Sport maakt slechts een gering deel uit van de totale hoeveelheid lichaamsbeweging, ook bij ouderen die de normen behalen. Toch blijken sportende ouderen vaker de normen te behalen, en vooral de fitnorm en krachtrichtlijn, dan niet-sportende ouderen.
Volgens de huidige aanbevelingen over gezond bewegen draagt elke vorm van lichaamsbeweging met een matige intensiteit (bijvoorbeeld wandelen in een tempo van vier km per uur of fietsen met een snelheid van tien km per uur) bij aan de combinorm voor ouderen. Uit buitenlands onderzoek blijkt echter dat intensievere vormen van lichaamsbeweging, zoals sport, ook bij ouderen een (groter) positief effect hebben op de gezondheid dan minder intensieve. Ouderen die op meeste dagen in de week 20-30 minuten intensieve oefeningen doen functioneren fysiek beter dan ouderen die matig intensief zijn gedurende de dag of inactief zijn (Brach et al. 2004). Bijgestelde aanbevelingen van de American College of Sports Medicine pleiten voor bevordering van de aerobe fitheid en spierkracht van ouderen en bestrijding van sedentair gedrag (Nelson et al. 2007).

Rapportage Sport 2010_4.indd 149 25-11-2010 13:01:10

Voor een maximaal gezondheidseffect zijn de intensievere vormen van lichaamsbeweging dus belangrijk en moet sedentair gedrag gereduceerd worden. Het zou ook goed zijn om vast te stellen welke vormen van lichaamsbeweging bijdragen aan fitheid en kracht.
Deze nieuwe inzichten moeten voorgelegd worden aan experts op het gebied van sport, bewegen en ouderen om te bespreken of de Nederlandse beweegnorm voor ouderen aan herziening toe is. Voor de toekomst dient in ieder geval duidelijker gecommuniceerd te worden dat men voor het bereiken van gezondheidseffecten voor ouderen rekening moet houden met intensiteit, frequentie, type en tijdsduur van verschillende vormen van lichaamsbeweging en sport.

Noten

1 Metaboolsyndroom is een combinatie van hoge bloeddruk, suikerziekte, verhoogd cholesterol en overgewicht. Een vijfde afwijking die vaak hiermee gepaard gaat is proteïnurie, verhoogde eiwitafscheiding in de urine.

2 Om de relatie tussen sedentair gedrag en beweeggedrag weer te geven is het aantal minuten sedentair gedrag gecategoriseerd op basis van tertielen en vervolgens geanalyseerd met een logistische regressie-analyse. Ouderen die minder dan 240 minuten per dag zitten/liggen (exclusief slaaptijd gedurende de nacht), zijn geclassificeerd als niet-sedentair (onderste tertiel) en ouderen die meer dan 360 minuten zitten/liggen zijn geclassificeerd als sedentair.

3 We kijken naar de bewoners van verzorgingshuizen. De verpleeghuisbewoners laten we hier buiten beschouwing, omdat het aantal personen dat aan de beweegnorm voldoet te laag is voor een vergelijking.

Literatuur

Boer, A.H. de (red.) (2006). *Rapportage ouderen 2006: veranderingen in de leefsituatie en levensloop van ouderen.* Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Brach, J.S., E.M. Simonsick, S. Kritchevsky, K. Yaffe en A.B. Newman and for the Health, Aging and Body Composition Study Research Group (2004). The Association Between Physical Function and Lifestyle Activity and Exercise in the Health, Aging and Body Composition Study. In: *Journal of the American Geriatrics Society*, jg. 52, nr.4, p. 502–509.

Dool, R. van den, A. Elling en R. Hoekman (2009). *SportersMonitor 2008: een beschrijving van actuele sportissues*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Draak, M. den en C. van Campen (2008). Gezond blijven. In: C. van Campen (red.), *Grijswaarden. Monitor ouderenbeleid 2008* (p. 64-81). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP-publicatie 2008/12) .

Forster, A., R. Lambley, J. Hardy, J. Young, J. Smith, J. Green en E. Burns (2009). *Rehabilitation for older people in long-term care*. Cochrane database of systematic reviews 2009, 1:Art. No.: CD004294.

Gezondheidsraad (2009). *Preventie bij ouderen: focus op zelfredzaamheid*. Den Haag: Gezondheidsraad.

Harbers, M.M. (2009a). Preventie gericht op ouderen samengevat. In: *Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid*. Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu, www.nationaalkompas.nl Nationaal Kompas Volksgezondheid\Preventie\Gericht op doelgroepen\Ouderen, gepubliceerd op 8 juni 2009.

Rapportage Sport 2010_4.indd 150 25-11-2010 13:01:10

Harbers, M. M. (2009b). Wat is het aanbod? In: *Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid*. Bilthoven: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu, www.nationaalkompas.nl> Nationaal Kompas Volksgezondheid\Preventie\Gericht op doelgroepen\Ouderen, gepubliceerd op 8 juni 2009.

Hoekman, R. en K. Breedveld (2008). Bewegen en sporters. In: V. Hildebrandt, W. Ooijendijk en M. Hopmann-Rock (red.), *Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2006/2007*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven, pp. 129-148.

Jans, M.P., P. de Vreede, E.C.P.M. Tak en N.L.U. van Meeteren (2008). *Ontwikkeling van een beweegnorm voor ouderen in verpleeg- en verzorgingshuizen*. Leiden: TNO.

Katzmarzyk, P.T., T.S. Church, C.L. Craig en C. Bouchard (2009). Sitting time and mortality from all causes, cardiovascular disease, and cancer. In: *Medicine & Science in Sports & Exercise*, nr. 41, p. 998-1005.

Keeton, V.F. en C. Kennedy (2009). Update on physical activity including special needs population. In: *Current Opinion in Pediatrics*, nr. 21, p. 262-268.

Knoops, K.T.B., L.C.P.G.M. de Groot, D. Kromhout, A. Perrin, O. Moreiras-Varela en A. Menotti (2004). Mediterranean diet, lifestyle factors, and 10-year mortality in elderly European men and women: the HALE project. In: *Journal of the American Medical Association*, jg. 292, nr.12, p. 1433-1439.

Lee, L.L., A. Arthur en M. Avis (2008). Using self-efficacy theory to develop interventions that help older people overcome psychological barriers to physical activity: a discussion paper. In: *International journal of nursing studies*, jg. 45, nr. 11, p. 1690-9.

Ligny, L.H. de, P.L. de Vreede, M.W.A. Jongert en N.L.U van Meeteren (2010). Fysieke activiteit van cliënten in het verpleeghuis. In: *Nederlands Tijdschrift voor Fysiotherapie*, jg. 120, nr.2, p. 50-57.

Lindert, C. van (red.) (2009). *Fit for life: (on)bereikbaar doel? Quick scan sport, bewegen en ouderen 2009*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Nelson, M.E., W.J. Rejeski, S.N. Blair, P.W. Duncan, J.O. Judge, A.C. King, C.A. Macera en C. Castaneda-Sceppa (2007). Physical activity and public health in older adults: recommendation from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. In: *Medicine and Science in Sports and Exercise.*, jg. 39, nr. 8, p. 1435-45.

Nied, R.J. en B. Franklin (2002). Promoting and prescribing exercise for the elderly. In: *American Family Physician*, jg. 65, nr.3, p. 419-426.

NOC*NSF (2009a). *Olympisch Plan 2028; heel Nederland naar Olympisch niveau, plan van aanpak op hoofdlijnen*. Arnhem: NOC*NSF.

Owen, N., E. Leslie, J. Salmon en M.J. Fotheringham (2000). Environmental determinants of physical activity and sedentary behavior. In: *Exercise and Sport Sciences Reviews*, jg. 28, nr.4, p.153-158.

Schippers, A., B. Albers, M. Kuijper, R. Marx, M. van Overbeek, G. Visser (2009). *Zorg voor morgen. Schets van preventieve zorg voor ouderen*. Utrecht: Vilans.

Sisson, S.B., S.M. Camhi, T.S. Church, C.K. Martin, C. Tudor-Locke, C. Bouchard, C.P. Earnest, S.R. Smith, R.L. Newton jr., T. Rankinen en P.T. Katzmarzyk (2009). Leisure time sedentary behavior, occupational/domestic physical activity, and metabolic syndrome in U.S. men and women. In: *Metabolic Syndrome and Related Disorders*, jg. 7, nr. 6, p. 529-36.

Tiessen-Raaphorst, A., E. van Ingen en K. Breedveld (2007). Tijd voor sport en bewegen. In: V.H. Hildebrandt, W.T.M Ooijendijk en M. Hopman-Rock (red.), *Trendrapport bewegen en gezondheid 2004/2005*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven (p.53-66).

Rapportage Sport 2010_4.indd 151 25-11-2010 13:01:10

Vreede, P.L. de, N.L. van Meeteren, M.M. Samson, H.M. Wittink, S.A. Duursma en H.J. Verhaar (2007). The effect of functional tasks exercise and resistance exercise on health-related quality of life and physical activity. A randomised controlled trial. In: *Gerontology*, jg. 53, nr. 1, p. 12-20.

Vries, H. de, A. Mudde, I. Leijs, A. Charlton, E. Vartiainen, G. Buijs, G, M.P. Clemente, H. Storm, A. Gonzalez Navarro, M. Nebot, T. Prins, en S. Kremers (2003). The European Smoking Prevention Framework Approach (EFSA): an example of integral prevention. In: *Health Education Research*, jg. 18, nr. 5, p. 611–626.

VWS (2005). *Ouderenbeleid in het perspectief van de vergrijzing*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

VWS (2007). *Actualisatie van het ouderenbeleid*. Den Haag: ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (Kamerstuk DMO-CB-U-2763737).

Wink, G. (2006). *Stimuleren van bewegen van ouderen in woonzorginstellingen*. Bennekom: Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen, http://kic.nisb.nl/site/catalogus/show/5761, geraadpleegd 9 juni 2010.

Bijlagen bij hoofdstuk 8, te vinden op www.scp.nl/publicaties bij Rapportage sport 2010

B8.1 Niet-voldoen aan de beweegnormen, naar subjectieve gezondheid, belemmeringen en lichamelijke aandoeningen, verzorgingshuisbewoners van 65 jaar en ouder, 2008/'09 (in procenten)

B8.2 Niet-voldoen aan de beweegnormen, naar psychische gezondheid en gelukgevoelens, verzorgingshuisbewoners van 65 jaar en ouder, 2008/'09 (in procenten)

B8.3 Determinanten van het aantal dagen per week waarop men ten minste 30 minuten actief is, verzorgingshuisbewoners van 65 jaar en ouder, beta's en R^2 (n=696)

Rapportage Sport 2010_4.indd 152 25-11-2010 13:01:10

9 Levensloop van topsporters: van pril talent tot oud-topsporter

Maarten van Bottenburg (Universiteit Utrecht)

9.1 Het belang van een levensloopperspectief op topsport

In de topsport draait het om succes. En dus is de aandacht van topsporters, coaches, beleidsmakers, journalisten en onderzoekers lange tijd overwegend gericht geweest op de periode waarin de topsporter zich meet met de internationale top. In de afgelopen decennia is die aandacht uitgebreid naar fasen die daaraan voorafgaan en erop volgen: talentherkenning en -ontwikkeling en de periode die volgt nadat afscheid is genomen van de topsport. In dit hoofdstuk brengen we deze verschillende fasen met elkaar in verband vanuit een levensloopperspectief. Dit werkt verhelderend en verrijkend bij het begrijpen en begeleiden van topsporters in hun persoonlijke ontwikkeling. Bovendien helpt het om het Nederlandse streven om structureel bij de beste tien landen ter wereld te behoren te verbinden met het ideaal van een leven lang sporten; en dus om het topsport- en breedtesportbeleid meer op elkaar te betrekken.

Wereldwijd bestaat de tendens om talenten op steeds jongere leeftijd te identificeren, te laten specialiseren en meer trainingsarbeid te laten verrichten; al verschilt dit per land en per tak van sport. Om door te dringen tot de mondiale top wordt van talenten vaak al tijdens de adolescentie een voltijdse sportbeoefening gevraagd, die per definitie gepaard gaat met opofferingen op andere terreinen (Ericsson et al. 1993, Gould en Carson 2004, Hecimovich 2004, Strachan et al. 2009). Tegelijkertijd is bekend dat slechts een klein percentage van de jonge talenten daadwerkelijk de top haalt, dat moeilijk voorspelbaar is wie dat zijn en dat juist een vroege trainingsspecialisatie en -intensivering de kans op uitval van talenten vergroot (Bloom 1985, Ericsson en Charness 1994, Régnier et al. 1993, Wiersma 2000).
Een dergelijke constatering noopt tot zorgvuldigheid bij de organisatie en inrichting van zowel breedte- als topsport. Op welke leeftijd worden talenten geïdentificeerd? Stuurt het sportsysteem aan op vroegtijdige specialisatie of juist op differentiatie? En wat betekent dat voor de motivatie en participatie van jonge talenten en degenen die nooit de status van topsporter zullen bereiken? Zorgvuldigheid rond talentontwikkeling is des te meer geboden omdat het ontwikkelingsproces tot topsporter zich afspeelt in een periode van ingrijpende persoonlijke veranderingen. Niet alleen wordt de junior senior en de regionale uitblinker een nationale en internationale topper, tegelijkertijd vindt er een transitie plaats van kind naar adolescent tot volwassene, en van scholier naar student tot lid van de beroepsbevolking (Wylleman en Lavallee 2003). Gedurende deze transities komen sporttalenten en topsporters voor lastige keuzes te staan als zij maximaal tijd willen besteden aan verdere prestatieverbetering (Ericsson et al. 1993).

Rapportage Sport 2010_4.indd 153 25-11-2010 13:01:10

De topsportcarrière begint in vergelijking met de loopbaan in andere vakgebieden niet alleen vroeger, maar eindigt ook veel eerder (Ericsson en Charness 1994). Wanneer topsporters vrijwillig of gedwongen afscheid nemen van hun sportcarrière, ligt er voor hen nog een lang werkzaam leven in het verschiet. Velen worden dan uitgedaagd om voor zichzelf de balans op te maken van hun sportinvesteringen, -opofferingen en -ervaringen, en om de geleverde prestaties niet zozeer te zien als het eindpunt van hun talentontwikkeling, maar vooral als deel van een doorlopend proces waarin zij zich als mens ontwikkelen (Burton et al. 2006). Hoe gaan zij verder met hun leven en welke rol speelt sport daar in?

Om meer inzicht te verwerven in de levensloop van pril talent tot oud-topsporter bespreken we in dit hoofdstuk welke kennis er in de wetenschappelijke literatuur te vinden is over de ontwikkeling van de levensloop van topsporters (§ 9.2), welke empirische gegevens hierover reeds voorhanden zijn voor Nederlandse topsporters (§ 9.3 tot en met 9.6) en welke conclusies hieruit te trekken zijn (§ 9.7).

9.2 Indeling van fasen en transities in de topsport

In een klassiek geworden studie naar 120 personen (beeldhouwers, pianisten, wiskundigen, neurologen, zwemmers en tennissers) die in hun gebied de wereldtop hadden bereikt, onderscheidde Bloom (1985) drie fasen in talentontwikkeling. Deze fasen worden wel aangeduid als de initiatiefase, de ontwikkelingsfase en de perfectiefase. In de eerste fase, die loopt van de kennismaking met de betreffende activiteit tot het moment van instructie en doelgerichte oefening, ontwikkelen talenten spelenderwijs een liefde voor hun latere expertgebied. Zij worden gestimuleerd door hun omgeving, ontdekken de activiteit op hun eigen wijze, hebben daarin plezier, en boeken progressie.
De tweede fase bestaat uit een langdurige periode van oefening om vaardigheden en technieken onder de knie te krijgen, met de hulp van een coach of leraar. In de derde fase wijdt het talent zich voltijds aan verbetering van zijn of haar prestaties. Deze fase gaat gepaard met hard werken en vele opofferingen, maar ook met de overtuiging dat dit de moeite waard is. In alle expertgebieden en fasen is ondersteuning van derden essentieel. Deze komt van ouders, coaches/leraren en organisaties in het expertgebied.

In navolging van Bloom hebben andere auteurs deze indeling getoetst, verfijnd, op de sport toegepast en uitgebreid (Conzelman et al. 2001, Côté 1999, Csikszentmihalyi et al. 1993, Ericsson en Charness 1994, Ericsson et al. 1993, Wylleman en Lavallee 2003). (Zie bijlage B9.1 voor een overzicht.) In het *Developmental Model of Sport Participation* (DMSP) onderscheiden Côté en Fraser-Thomas (2007) *sampling years*, *specializing years* en *investment years*. Tijdens de *sampling years*, doorgaans tussen 6 en 12 jaar, raken sporters op speelse wijze bekend met het plezier van sportbeoefening en de vaardigheden die verschillende sporten vereisen. Een deel van hen zal deze sportbeoefening op recreatieve wijze voortzetten, maar een ander deel zal zich, overwegend in de leeftijd van 13 tot 15 jaar, specialiseren in één tak van sport en zich in die periode toeleggen op minder speelse, gerichte oefeningen. De *investment years*, vanaf ongeveer 16 jaar, vormen de volgende fase.

Rapportage Sport 2010_4.indd 154 25-11-2010 13:01:10

Hierin wordt gericht geïnvesteerd in vele uren training om tot de top te kunnen gaan behoren. Daarmee treedt een fase aan die Wylleman en Lavallee (1993) de perfectioneringsfase noemen, waarin topsporters de competitie met de wereldtop aangaan en hun hoogste niveau bereiken. Deze loopt over in een periode waarin topsporters besluiten hun sportcarrière te beëindigen en zich beraden op hun verdere persoonlijke ontwikkeling (Burton et al. 2006). Hier vatten we deze indeling samen door te spreken van een kennismakingsfase, een specialisatie- en investeringsfase, een perfectioneringsfase, een beëindigingsfase en een tweede-carrièrefase. Deze indeling komt ook terug in de rest van dit hoofdstuk.

Het *Long Term Development Model* (LTAD), waarmee het laatste decennium in binnen- en buitenland veel wordt gewerkt in de praktijk van het sportbeleid, is van de besproken modellen afgeleid (Balyi 1999, Balyi en Way 1995). Het LTAD-model bepleit zeven fasen in de levensloop van sporters, waarbij vooral de eerste fase (een actieve start van de sportbeoefening van 0-6 jaar) en de laatste fase (een levenlang sporten na de topsportfase) onderscheidend zijn. Het LTAD-model bepleit aandacht te schenken aan de bewegingsontwikkeling van kinderen voordat zij met sport in aanraking komen. Tevens drukt het model het beleidsideaal uit om een leven lang te blijven sporten. Zodoende verbindt het LTAD-model de fasen in de topsportloopbaan met fasen in de sportontwikkeling.[1]

Het belang van modellen die de levensloop van topsporters indelen in fasen is tweeërlei. Ten eerste richten zij de aandacht op transities in de (top)sportloopbaan. Dit kan richting geven aan de benadering van jonge kinderen in hun sportontwikkeling, structuur geven aan trainings- en wedstrijdprogramma's in verschillende leeftijdscategorieën en bijdragen aan een beter begrip en betere begeleiding van talenten en topsporters. Wylleman en Lavallee (2003) onderscheiden in dit verband normatieve en niet-normatieve transities. Bij normatieve transities gaat het om een voorspelbare en anticipeerbare overstap, zoals van junior- naar seniorniveau, van een regionale naar een landelijke competitie en van een actieve sportloopbaan naar een andere maatschappelijke carrière. Bij niet-normatieve transities gaat het om veranderingen die een talent of topsporter ongewild en vaak onvoorzien overkomen, zoals een blessure die een eind maakt aan het seizoen of de carrière, het verlies van een coach of niet geselecteerd worden voor een belangrijk kampioenschap.

De indeling in fasen van de (top)sportloopbaan krijgt meer betekenis als zij in verband gebracht wordt met andere leeftijdsgerelateerde transities. Om de overgang te maken van de kennismakingsfase naar de specialisatiefase moet het talent bijvoorbeeld psychologisch gereed zijn voor een meer gestructureerde en competitieve sportbenadering. Zo ook vallen de specialisatie- en investeringsfasen samen met de ontwikkeling van kind naar adolescent en volwassene, waarin het in fysieke zin sterk verandert, een eigen identiteit ontwikkelt, andere relaties met beide seksen aangaat en emotioneel onafhankelijker wordt van de ouders. Een sterke gerichtheid op één enkele activiteit, die weinig ruimte biedt om alternatieven in leefstijl, opleiding en beroepsontwikkeling te verkennen, kan dit proces negatief beïnvloeden. In de sport wordt dit extra gecompliceerd

Rapportage Sport 2010_4.indd 155 25-11-2010 13:01:10

doordat de belangrijkste periode in de talentontwikkeling samenvalt met de periode waarin onderwijs wordt gevolgd en leeftijdgenoten de eerste stappen zetten op de arbeidsmarkt (Wylleman en Lavallee 2003). De topsporter wordt daardoor geconfronteerd met de eisen van twee bijna simultaan lopende loopbanen (De Knop et al. 1999).

Het inzicht in de levensloop van topsporters wordt in de volgende paragrafen per fase verder uitgediept. Bij iedere fase komt tevens aan de orde wat er in Nederland over de levensloop van topsporters bekend is, gebaseerd op empirische gegevens uit het Nederlandse topsportklimaatonderzoek van 1998, 2002 en 2008 en de aanvulling onder oud-topsporters in 2008 (Van Bottenburg 2009). Voor de vergelijkbaarheid zijn de analyses beperkt tot de valide topsporters die in de genoemde jaren de A-status[2] bezaten. De nadruk ligt niet op de topsportprestaties waartoe deze ontwikkeling leidt, maar op de levensloop van topsporters: de gegevens worden geplaatst in het licht van hun bredere persoonlijke en maatschappelijke ontwikkeling en de betekenis voor de sportontwikkeling.

9.3 Kennismakingsfase

De meeste kinderen in Nederland komen op speelse wijze in aanraking met sport; via hun ouders, vriendjes en school (zie § 6.3). Bij een groot deel leidt dit tijdens de basisschoolperiode tot frequente sportbeoefening: 75% van de 6-11-jarigen doet minstens 40 weken per jaar aan sport, waarvan 90% zich aansluit bij een sportvereniging en 68% de sport in trainings- of competitieverband beoefent (zie hoofdstuk 3). De kweekvijver voor topsport is in Nederland dus betrekkelijk groot: de helft van de kinderen (68% van 75%) krijgt de kans om voor het 12e jaar te ontdekken of zij sport in trainings- of competitieverband leuk vinden.
Omdat het verenigingsleven in Nederland naar tak van sport is georganiseerd, blijft die kennismaking met de trainings- en competitiesport veelal beperkt tot enkele sporten. Een lidmaatschap van meerdere sportverenigingen tegelijkertijd komt in Nederland weinig voor (Breedveld en Tiessen-Raaphorst 2006). Of een kind meer aanleg heeft voor een andere sport dan het beoefent blijft dus ongewis, ook omdat in ons land nauwelijks sprake is van talentherkenning en -selectie door middel van tests op sportieve, fysiologische of psychologische vaardigheden.
Talentherkenning vindt overwegend plaats bij de sportvereniging – waar kinderen vaak al op jonge leeftijd geselecteerd worden – en via wedstrijden en competities tussen die sportverenigingen. De sportcompetitie, leidend tot kampioenschappen per regio, leeftijdscategorie en niveau, completeert dit systeem van talentherkenning. Sportbonden selecteren vervolgens de beste sporters op regionaal en nationaal niveau (Van Bottenburg 2009).

Vanuit topsportperspectief is dit systeem verrassend efficiënt en effectief. Een in het oog springende conclusie uit internationaal vergelijkend onderzoek is namelijk dat het aantal topsporters dat in 2004 tot de beste acht ter wereld behoorde per miljoen inwoners in Nederland vier keer hoger lag dan in Canada, zeven keer hoger dan in het

Rapportage Sport 2010_4.indd 156 25-11-2010 13:01:10

Verenigd Koninkrijk en tien keer hoger dan in Vlaanderen (De Bosscher et al. 2007). Of dit resultaat te verbeteren valt met beleid dat is gericht op vroegtijdige talentidentificatie op grote schaal moet ernstig worden betwijfeld. Het blijkt namelijk veel moeilijker dan doorgaans wordt aangenomen om te voorspellen welke kinderen op latere leeftijd de top zullen halen. Uit onderzoek van Bloom (1985) bleek dat van minder dan 10% van degenen die internationaal op uiteenlopende expertgebieden uitblinken, reeds op 12-jarige leeftijd werd gedacht dat zij het later zo ver zouden brengen. Een beleid dat uitsluitend zou zijn gericht op kinderen die op jonge leeftijd een zeker talent aan de dag leggen, kan dus 90% van de latere uitblinkers veronachtzamen. In een van de weinige longitudinale onderzoeken naar talentontwikkeling in Nederland vond Van Rossum (2005) dat slechts 12% van een groep van 178 jonge talentvolle volleyballers en atleten de top in hun tak van sport haalde.
De voorspelbaarheid blijkt vooral beperkt wanneer de als talentvol beschouwde sporter zich nog in de prepuberale of puberale ontwikkelingsfase bevindt (Gould en Carson 2004, Régnier et al. 1993). Dit komt vooral doordat talenten in identificatie en –ontwikkelingsprogramma's overwegend worden beoordeeld op basis van prestaties in plaats van potenties (Martindale et al. 2005). Dat is des te problematischer aangezien bij presteren op hoger niveau en latere leeftijd andere kenmerken en vaardigheden doorslaggevend zijn dan op lager niveau en jongere leeftijd (Ericsson et al. 1993). Talent is bovendien multidimensionaal en dynamisch: op basis van meerdere combinaties van kwaliteiten kan een individu als talent worden gekenschetst, terwijl de componenten hiervan in de loop der tijd kunnen veranderen. Daar komt bij dat kinderen tot en met hun puberale fase sterk verschillen in hun groei en dat er een bias zit in de selectieprocedures van veel sportorganisaties, waarbij oudere kinderen in hun jaargroepen gedurende langere tijd worden bevoordeeld. Dit staat in de literatuur bekend als het geboortemaandeffect (Baker 2003, Martindale et al. 2005). De vraag door wie, waarom en op welke leeftijd jonge sporters als talenten worden gelabeld en welke invloed daarvan uitgaat, verdient in het beleid van sportorganisaties dan ook serieuze aandacht.

Wereldwijd bestaat niettemin een trend om sporters op jongere leeftijd te identificeren en hun sportontwikkeling eerder dan voorheen te versnellen door gerichte training (De Bosscher et al. 2007, Côté et al. 2009, Hecimovich 2004, Wiersma 2000). Deze trend hangt samen met het almaar stijgende niveau van de sportbeoefening en de druk die de mondiale medaillewedloop uitoefent op individuele landen om hierin mee te groeien door uitbreiding van het topsportregime naar steeds jongere leeftijdscategorieën (Van Bottenburg 2009). Het steeds hogere niveau dat in de topsport wordt behaald vereist steeds meer en steeds langdurigere trainingsarbeid, die op zijn beurt weer vraagt om facilitering door sportorganisaties, ondersteuning door ouders en trainers en toewijding door de sporters.
Die trend van verjonging doet zich ook echt in Nederland voor. Tussen 2002 tot 2008 daalde de gemiddelde leeftijd waarop topsporters met een A-status met de beoefening van hun sport waren begonnen, van 12,7 naar 10,7 jaar. Een steeds groter percentage topsporters begint dus op jongere leeftijd met de sport waarin zij later tot de wereldtop gaan behoren (zie tabel 9.1).

Rapportage Sport 2010_4.indd 157 25-11-2010 13:01:10

Tabel 9.1
Leeftijd waarop met beoefening van de sport[a] is begonnen, (niet-gehandicapte) topsporters met A-status, 1998, 2002 en 2008
(in procenten)

	1998	2002	2008
6 jaar en jonger	8	15	33
7-12 jaar	50	44	33
13-17 jaar	21	17	18
18 jaar en ouder	22	23	15

a De sport waarin zij tot de beste acht van de wereld behoren.

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Topsportklimaatonderzoek '98,'02,'08)

Naast de sport waarin zij later zijn gaan uitblinken, geeft tweederde van de topsporters aan op jongere leeftijd een of meer andere sporten op regelmatige, intensieve wijze te hebben beoefend. Velen zijn met andere sporten begonnen en hebben pas op latere leeftijd besloten zich volledig te richten op hun prestatiesport.

9.4 Specialisatie- en investeringsfase

Volgens Ericsson et al. (1993) hangt het niveau dat een individu in een talentgebied bereikt rechtstreeks samen met de totale omvang van de geïnvesteerde oefening. Dit inzicht bouwt voort op een onderzoek van Simon en Chase die in 1973 constateerden dat geen enkele schaker de titel van grootmeester wist te bereiken met minder dan tien jaar intensieve oefening. Deze *tien-jaarregel* is vervolgens ook aangetoond in onderzoek naar internationale topprestaties in andere sporten en domeinen, waaronder tennis, zwemmen, lange afstandlopen, muziek en wetenschap. Topviolisten bleken in al die jaren meer dan 10.000 uur te hebben geoefend (gemiddeld twintig uur per week); veel meer dan violisten die het minder ver hadden geschopt (Ericsson et al. 1993).
Met deze tien-jaarregel doelen Ericsson et al. (1993) op een periode van gestructureerde en gerichte oefening (*deliberate practice*). Deze vindt doorgaans plaats onder begeleiding van een leraar of trainer, met vele herhalingen die gericht zijn op prestatieverbetering. Denk aan een tennisspeler die zijn backhandvolley wil verbeteren, een techniek die tijdens een wedstrijd waarschijnlijk sporadisch voorkomt, maar tijdens de training vele honderden malen wordt herhaald. Deze gerichte oefeningen zijn dan ook niet per definitie plezierig en vragen om veel geduld, inspanning en motivatie (Ericsson en Charness 1994, Ericsson et al. 1993). Kenmerkend is bovendien dat het in de loop der tijd steeds meer oefening en tijdsinvestering vergt om eenzelfde vooruitgang te blijven boeken.
De werking van dit principe, dat de *power law of practice* wordt genoemd, is voor diverse sporten (waaronder karate, worstelen, voetbal, hockey, basketbal en netbal) aangetoond (Baker et al. 2003). Op basis van dit principe concluderen Ericsson et al. (1993) dat vroegtijdige specialisatie en langdurige oefening belangrijke vereisten zijn om de wereldtop te halen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 158 25-11-2010 13:01:10

Deze visie is niet onomstreden. Verschillende auteurs[3] hebben gewezen op de risico's die zijn verbonden aan vroegtijdige specialisatie, zoals een grotere kans op overtraining, blessures, burn-out en drop-out. Ook wijzen zij op het gevaar van sociale isolatie, een eenzijdige identiteitsontwikkeling en een dun motorisch fundament door te vroege specialisatie (Martindale et al. 2005, Van Rossum 2005, Strachan et al. 2009, Wiersma 2000, Wylleman en Lavallee 2003). De beoefening van meerdere sporten in de kennismakingsfase daarentegen vergroot de kans op levenslang sporten (Côté et al. 2009).
Ook brengen verschillende auteurs een nuancering aan wanneer de tien-jaarregel en de *power law of practice* worden toegepast op sportgebied. Volgens Côté (Côté 1999, Côté en Fraser-Thomas 2007) geldt de noodzaak tot gerichte oefening vooral voor cognitieve activiteiten, terwijl in de sport juist veel ruimte bestaat voor ontwikkeling via speelse beoefening, die hij karakteriseert als *deliberate play*. In de sport is weinig ondersteuning te vinden voor de stelling dat 10.000 uur *deliberate practice* nodig is om de top te halen. De periode van speelse beoefening duurt in de meeste sporten veel langer, terwijl de tijdsinvestering in gerichte oefening beperkt blijft tot 3000-4000 uur. Zijn DMSP-model (zie § 9.2) onderscheidt derhalve twee ontwikkelingstrajecten van breedtesport naar topsport. In het ene traject specialiseren sporters zich vrij snel na de eerste kennismaking, zo rond de 8 jaar, met een hoog volume aan gerichte oefeningen en betrekkelijk weinig speelse beoefening. Dit traject doet zich vooral voor in sporten waar de topprestatie op vrij jonge leeftijd ligt, zoals gymnastiek en kunstschaatsen. In de meeste andere sporten wordt daarentegen een alternatief traject gevolgd, waarbij de omvang van de trainingsarbeid pas op latere leeftijd sterk uiteen gaat lopen (Baker 2003). Dit traject gaat uit van een vrij lange periode (van 6 tot 12 jaar) van kennismaking en speelse ontwikkeling. In de specialisatiefase die hierop volgt, gemiddeld van 13 tot en met 15 jaar, leggen de jonge sporters zich toe op hun ontwikkeling in één tak van sport, met zowel aandacht voor *deliberate play* en *deliberate practice*, waaraan zij ook steeds meer plezier gaan ontlenen. Als laatste stap voordat op topniveau wordt gepresteerd, neemt de omvang van *deliberate practice* sterk toe en is de training steeds meer gericht op presteren en later vooral ook winnen (Côté 1999, Côté et al. 2009).

De sportontwikkeling in de levensloop van de meeste Nederlandse topsporters voldoet sterk aan dit tweede traject. Van de topsporters die in 2008 in hun tak van sport tot de beste acht van de wereld behoorden, is bekend dat zij op dat moment gemiddeld bijna achttien jaar ervaring in hun sport hadden opgebouwd (ruim drie jaar meer dan uit de metingen in 1998 en 2002 naar voren kwam; zie tabel 9.2).

De Nederlandse topsporter start gemiddeld met de beoefening van de latere prestatiesport tussen zijn 10e en 11e jaar. Tussen zijn 16e en 17e besluit de topsporter gemiddeld om zich in deze sport te specialiseren. Daar zit dus een periode van doorgaans zes jaar tussen. Een kwart van alle topsporters ging over op specialisatie voor het 14e levensjaar, de helft voor hun 16e jaar en driekwart voor hun 19e. Gedurende deze periode kregen de meeste topsporters ook voor het eerst extra aandacht en voorzieningen van hun sportvereniging (gemiddeld op 15-jarige leeftijd) en sportbond (gemiddeld op 17-jarige leeftijd).

Rapportage Sport 2010_4.indd 159 25-11-2010 13:01:10

Tabel 9.2

Aantal jaar beoefening van hun sport voor het bereiken van de top acht in de wereld, (niet-gehandicapte) topsporters met A-status, 1998, 2002, 2008 (in procenten)

	1998	2002	2008
minder dan 10 jaar	22	21	12
10-19 jaar	60	58	50
20 jaar en meer	19	21	39

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Topsportklimaatonderzoek '98,'02,'08)

Terugblikkend schatten de topsporters met een A-status in dat zij per week twaalf uur trainden toen zij 15 jaar oud waren. Zoals uit het voorgaande naar voren kwam, bevinden topsporters zich in die leeftijd doorgaans op de drempel van de specialisatiefase naar de investeringsfase. Oudere topsporters kiezen in hun taxatie van het aantal trainingsuren op 15-jarige leeftijd wat sneller voor extremere waarden (zowel hoog als laag).

Tabel 9.3

Schatting van het aantal trainingsuren dat zij op 15-jarige leeftijd maakten naar leeftijdscategorie, (niet-gehandicapte) topsporters met A-status, 2008 (in procenten)

	totaal	23 jaar of jonger	24-29 jaar	30 jaar of ouder
8 uur en minder	42	36	43	44
9-14 uur	35	39	40	19
15 uur en meer	24	24	17	36

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Topsportklimaatonderzoek'08)

Een meerderheid van de topsporters heeft het vermoeden dat hun buitenlandse concurrenten op diezelfde leeftijd meer of zelfs veel meer fysieke trainingsuren maakten (tabel 9.4). Dit geldt vooral voor de jongste leeftijdscategorie; een verdere indicatie dat de druk op jonge talenten en topsporters steeds groter wordt om zich al op jonge leeftijd (nog) meer in te zetten voor hun sport.

Tabel 9.4

Schatting van trainingsuren door buitenlandse concurrenten in vergelijking met de eigen trainingsomvang naar leeftijdscategorie, (niet-gehandicapte) topsporters met A-status, 2008 (in procenten)

	totaal	23 jaar of jonger	24-29 jaar	30 jaar of ouder
veel meer	25	24	15	28
meer	43	45	51	17
even veel	28	28	31	41
minder	4	0	3	14
veel minder	0	3	0	0

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Topsportklimaatonderzoek '08)

Rapportage Sport 2010_4.indd 160 25-11-2010 13:01:10

Na hun 15e jaar voerde de groep topsporters die in 2008 een A-status en een gemiddelde leeftijd van 28 jaar had de trainingsomvang op van 12 naar 22 uur per week. Op basis van de gegevens kunnen we niet bepalen of deze trainingsomvang het karakter had van *deliberate play* of van *deliberate practice* en in hoeverre hierin een verschuiving optreedt. Op basis van hun zelfrapportage over de geïnvesteerde trainingsuren en het aantal jaren beoefening kunnen we wel aannemen dat zij in 2008 als groep gemiddeld meer dan tien jaar en meer dan 10.000 uur trainings- en wedstrijdtijd achter de rug hadden.

De specialisatie en intensivering van de sportbeoefening veranderen het leven van de talentvolle speler en zijn of haar omgeving. Topsport krijgt prioriteit boven het sociale leven en andere hobby's (Luijt et al. 2009). De combinatie van topsport en schoolopleiding is dan lastig, omdat beide systemen tegelijkertijd dwingende eisen stellen die moeilijk te verenigen zijn (De Knop et al. 1999, Blom en Duijvestijn 2008). Daarom zijn in het onderwijs steeds meer voorzieningen getroffen die de combinatie met topsport mogelijk moeten maken, zoals een flexibel les- en tentamenrooster, verminderde aanwezigheidsplicht en individuele studiebegeleiding. Ongeveer de helft van de topsporters geeft aan dat zij het onderwijs daardoor voldoende kunnen afstemmen op hun sportbeoefening.
Luijt et al. (2009) wijzen er echter op dat deze voorzieningen tegelijkertijd risico's met zich meedragen. Terwijl ze bedoeld zijn om de combinatie van topsport en onderwijs beter mogelijk te maken, vergroten zij de kans dat jonge topsporters steeds meer in een tunnelvisie terechtkomen, waarin onderwijs, sociale contacten, woonomgeving en de ontwikkeling van andere interesses ondergeschikt raken aan de topsportbeoefening. Talenten kunnen een eenzijdige topsportidentiteit ontwikkelen, waarbij hun zelfbeeld en zelfvertrouwen volledig zijn gebaseerd op hun prestaties als topsporter. Dit kan de kans op goud vergroten, maar kan ook een sta-in-de-weg zijn: juist omdat zij onvoldoende afstand van hun topsport nemen, kan er sprake zijn van een hoge wedstrijdstress en onvoldoende ontspanning, waardoor prestaties tegenvallen. Ook kunnen talenten problemen ondervinden, wanneer zij om welke reden dan ook hun topsportloopbaan moeten beëindigen. Het ontbreekt volgens Luijt et al. (2009) dan aan een alternatieve route om zich als individu te ontwikkelen. Er zijn geen gegevens beschikbaar over de aard en omvang van dit probleem in Nederland.

9.5 Perfectioneringsfase

De overstap van de specialisatie- en investeringsfase naar de perfectioneringsfase is niet voor iedereen weggelegd. Integendeel, met iedere stap vanaf de kennismakingsfase wordt de omvang van de groep talenten kleiner, tot in de perfectioneringsfase een beperkt aantal topsporters (in Nederland ongeveer 500) overblijft dat in hun tak van sport tot de beste acht van de wereld behoort. Een deel ervaart dat hun persoonlijke top op een lager niveau ligt en kiest op een gegeven moment vrijwillig voor een andere maatschappelijke loopbaan. Anderen worden geconfronteerd met tegenslagen, zoals blessures, en zien zich gedwongen hun sportloopbaan vroegtijdig te beëindigen. Hoe dit ook zij, voor de meeste talenten geldt dat zij hun intensieve sportbeoefening afsluiten

Rapportage Sport 2010_4.indd 161 25-11-2010 13:01:10

voordat zij de wereldtop halen; simpelweg omdat die top per definitie heel smal is (Luijt et al. 2009, Van Bottenburg 2009).
Degenen die wel tot de top doordringen, komen voor nieuwe uitdagingen te staan. In de perfectioneringsfase krijgt de beoefening van topsport het karakter van een primaire tijdsbesteding waarbij veel, zo niet alles, in het teken van de topsport komt te staan. De omvang van het trainings- en wedstrijdprogramma neemt verder toe, waardoor de fysieke belasting zo groot wordt dat blessures en overtraining voortdurend op de loer liggen; vooral als de resterende tijd naast de sportbeoefening onvoldoende wordt benut voor rust en herstel. De trainingen worden dwingender en planmatiger, met continue tests en innovaties om verdere verbetering te realiseren. Ook komt het sociale netwerk steeds meer in het teken van de topsport te staan. Het belang van ouderlijke steun neemt af, de relatie met de trainer/coach wordt intensiever en de afhankelijkheid van het totale topsportsysteem groeit. Individuele trainingsmotivatie en doorzettingsvermogen zijn niet meer voldoende. Het komt ook aan op (het organiseren van) de juiste ondersteuning, optimale trainingsfaciliteiten en een zo goed mogelijk begeleidingsteam, met bijvoorbeeld een conditietrainer, fysieke trainer, fysiotherapeut, masseur, inspanningsfysioloog, diëtist, mentale coach en zaakwaarnemer (Luijt et al. 2009, Van Bottenburg 2009).
In een dergelijk regime vult topsport al gauw een hele werkweek. Op het hoogste niveau verrichten topsporters gemiddeld 22 uur trainingsarbeid, exclusief de noodzakelijke rust die daarvoor moet worden genomen. Een kwart traint meer dan 25 uur per week. In de periode van 1998 tot 2008 is deze omvang van het trainings- en wedstrijdprogramma sterk toegenomen. In 2008 trainden topsporters gemiddeld negen keer per week. Inclusief reistijd besteedden zij gemiddeld 30 uur per week aan deze trainingen (zie tabel 9.5). Daarnaast waren zij gemiddeld 74 dagen per jaar van huis voor internationale trainingsstages en wedstrijden.

Tabel 9.5
Gemiddelde omvang van trainings- en wedstrijdactiviteiten, (niet-gehandicapte) topsporters met A-status, 1998, 2002 en 2008 (in uren, dagen en aantallen)

	1998	2002	2008
training per week (aantal)	8,8	10,6	9,0
training per week (uur)	17,4	19,5	22,3
reistijd i.v.m. trainingen per week (uur)	5,9	8,0	7,5
meerdaagse trainingsstages per jaar (dagen)	34,4	48,4	59,6
internationale wedstrijden per jaar (aantal)	9,6	9,8	14,8

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Topsportklimaatonderzoek '98,'02,'08)

Op basis van deze gegevens schatten we de totale omvang van training, trainingsstages en internationale wedstrijden op gemiddeld 2000 uur per jaar. Dat staat gelijk aan een fulltime baan met 52 weken van 40 uur. Niettemin combineert 20% van de topsporters de sportbeoefening met een voltijdse studie (de jongere) of betaalde baan (de oudere). Zij zien zich daardoor gedwongen minder te trainen, ook al zouden zij anders wensen:

Rapportage Sport 2010_4.indd 162 25-11-2010 13:01:10

twee derde van de werkende topsporters verwacht beter te presteren als zij minder zouden hoeven te werken (Van Bottenburg 2009). Voor 35% van de topsporters is dat doel wel bereikt: zij beoefenen topsport voltijds zonder combinatie met studie of werk (zie tabel 9.6).

Tabel 9.6

Verhouding tussen topsport, werk en studie naar leeftijdscategorie, (niet-gehandicapte) topsporters met A-status, 2008 (in procenten)

	totaal n = 153	23 jaar of jonger n = 33	24-29 jaar n = 78	30 jaar of ouder n = 42
combineert topsport met voltijds werk	8	0	8	14
combineert topsport met deeltijds werk	27	6	28	41
combineert topsport met voltijds studie	14	36	13	0
combineert topsport met deeltijds studie	12	24	13	0
is voltijds topsporter	35	27	36	38
anders	5	6	3	7

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Topsportklimaatonderzoek '08)

Dat niet meer topsporters in deze fase kiezen voor een voltijdse topsportcarrière heeft te maken met hun financiële positie en toekomstperspectief. Voor slechts 7% is afleiding de reden om topsport en betaald werk te combineren. 18% tracht via een betaalde baan het eigen beroepsperspectief te verbeteren en 60% kiest voor een combinatie van topsport en werk om financieel rond te komen.
De inkomsten uit topsport zijn dan ook maar voor een beperkte groep groot genoeg om zich niet te hoeven bekommeren om ander werk en een toekomstige loopbaan buiten de sport. Iets meer dan de helft van alle topsporters met een A-status ontving in 2008 een stipendium – een inkomensvervangende uitkering van overheidswege ter hoogte van 70% van het minimumloon – omdat zij minder verdienden dan het brutominimumloon. Voor oudere topsporters was deze inkomenssituatie wel iets maar niet veel beter. Het gemiddelde inkomen van topsporters lag met iets meer dan 20.000 euro dan ook laag; zeker voor een groep van gemiddeld 28 jaar en van wie bijna de helft hbo of wo heeft genoten. Zes op de tien topsporters vermoedden in 2008 dat hun inkomen lager lag dan dat van leeftijdgenoten met eenzelfde opleidingsniveau (zie tabel 9.7).

Natuurlijk staat hier veel tegenover. Topsport staat voor plezier, voldoening en persoonlijke groei, sociale status, internationale reizen en publieke belangstelling. Maar dat profijt komt niet aanwaaien. Er staan grote inspanningen, investeringen en opofferingen tegenover (Burton et al. 2006). In dat spanningsveld kunnen financiële overwegingen beslissend zijn om al dan niet door te gaan; zeker in een latere leeftijdsfase, als de topsporter bijvoorbeeld een gezin en een hypotheek heeft (Van Bottenburg 2009).

Rapportage Sport 2010_4.indd 163 25-11-2010 13:01:10

Tabel 9.7
Inschatting van het eigen brutojaarinkomen in vergelijking met dat van leeftijdgenoten met zelfde opleidingsniveau naar leeftijdscategorie, (niet-gehandicapte) topsporters met A-status, 2008 (in procenten)

	totaal n = 138	23 jaar of jonger n = 30	24-29 jaar n = 70	30 jaar of ouder n = 38
veel hoger	6	13	4	3
hoger	16	20	19	8
gelijk	19	16	19	21
lager	30	33	27	32
veel lager	30	17	31	37

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Topsportklimaatonderzoek '08)

9.6 Beëindigings- en tweede-carrièrefase

In vergelijking met andere loopbanen houdt de topsportcarrière vroeg op. De oud-topsporters in het onderzoek van Elling (zie Van Bottenburg 2009) zagen zichzelf gemiddeld gedurende acht jaar als een topsporter. Voor de meesten lag die periode tussen hun 20e en 30e jaar. Twee derde van de topsporters stopte vervolgens vrijwillig, na een afwegingsproces dat voor een meerderheid één of twee jaar in beslag nam. Eén op de drie stopte noodgedwongen. De meest genoemde (doorslaggevende) redenen om hun topsportcarrière te beëindigen waren blessures (21%), prioriteit voor school of werk (17%), afgenomen motivatie (11%) en de behoefte aan een nieuwe uitdaging (11%). Vaak was echter sprake van meerdere, op elkaar inwerkende factoren.
Na het afscheid van de topsport breekt een periode aan waarin topsporters een nieuwe leefstijl en levensinvulling moeten vinden. Dat is niet altijd even gemakkelijk, aangezien zij hun hele ziel en zaligheid in hun topsport hebben gestoken, met weinig tijd en aandacht voor zaken buiten de sport. Elling (in Van Bottenburg 2009) vergelijkt deze periode daarom met een pensionerings- of zelfs rouwproces. De topsporters moeten op zoek naar een nieuwe identiteit, terwijl die van topsporter nooit geheel kan worden afgelegd. Men blijft altijd oud-topsporter (Stier 2007). Ongeveer vier op de tien topsporters geeft aan hiermee moeite te hebben gehad (zie tabel 9.8).

Tabel 9.8
Ervaren moeite met de overstap van topsport naar een andere levensinvulling, oud-topsporters, 2008 (in procenten)

	totaal	man	vrouw	20-30 jaar	31-40 jaar	ouder dan 40 jaar
nee, helemaal niet	25	18	31	33	25	16
nee, nauwelijks	33	37	29	29	29	44
ja, wel enigszins	30	31	30	22	35	28
ja, best veel	12	14	11	16	11	12

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Onderzoek oud-topsporters'08)

Rapportage Sport 2010_4.indd 164 25-11-2010 13:01:10

Bij 48% van de ondervraagde oud-topsporters leidde het afscheid van de topsport tot een moeilijke periode (zie tabel 9.10). Voor 40% was deze periode van betrekkelijk korte duur. Zij kwamen er op eigen kracht of met hulp van hun partner, ouders en vrienden weer bovenop. Acht personen (9%) zochten (tevens) professionele hulp (Van Bottenburg 2009). Zij vielen min of meer in het 'zwarte gat'; een periode die gepaard kan gaan met depressie, agressie en middelengebruik (Conzelmann et al. 2001). Topsporters die gedwongen stopten – bijvoorbeeld vanwege blessures of omdat zij niet meer werden geselecteerd – ontmoetten deze problemen vaker dan degenen die vrijwillig stopten (Van Bottenburg 2009).

Tabel 9.9

Ervaren van een moeilijke periode na afscheid van topsport naar geslacht en leeftijd, oud-topsporters, 2008 (in procenten)

	totaal	man	vrouw	20-30 jaar	31-40 jaar	ouder dan 40 jaar
geen last gehad van moeilijke periode	52	48	55	49	53	53
een tijdje moeilijk gehad, maar nu niet meer	40	46	35	40	38	47
nog steeds moeilijk met het afscheid van mijn topsportloopbaan	8	6	10	11	10	0

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Onderzoek oud-topsporters'08)

Tijdens hun sportloopbaan zijn topsporters positief gestemd over de invloed van de topsport op hun latere maatschappelijke kansen. Een kleine meerderheid (54%) verwacht dat de topsportloopbaan hun latere carrièremogelijkheden zal verbeteren. Tijdens hun topjaren (24-29 jaar) ligt dat percentage nog hoger (63%); topsporters die ouder zijn dan 30 jaar zijn wat minder optimistisch (40%, zie tabel 9.10).

Tabel 9.10

Inschatting van invloed topsportloopbaan op latere carrièremogelijkheden naar leeftijdscategorie, niet-gehandicapte topsporters met A-status, 2008 (in procenten)

	totaal n = 138	23 jaar of jonger n = 27	24-29 jaar n = 73	30 jaar of ouder n = 38
aanzienlijk verbeterd	14	7	15	16
enigszins verbeterd	40	41	48	24
niet noemenswaardig verbeterd of verslechterd	32	41	26	37
enigszins verslechterd	12	11	10	18
aanzienlijk verslechterd	2	0	1	5

Bron: Universiteit Utrecht / Mulier Instituut (Topsportklimaatonderzoek '08)

Na hun afscheid behouden oud-topsporters een overwegend positief beeld: 59% beoordeelde in 2008 de invloed van topsport op hun latere maatschappelijke kansen als

Rapportage Sport 2010_4.indd 165 25-11-2010 13:01:10

positief; 6% was daarover negatief. Ook gaf 88% aan geen nadelen te hebben ondervonden van hun sportprestaties na afloop van de topsportloopbaan; 43% zag echter evenmin voordelen. Vrijwel alle oud-topsporters vonden snel een baan of zetten hun studie voort. Slechts een enkeling kon geen geschikt werk vinden.
Toch blijkt de topsportloopbaan op een aantal terreinen wel degelijk invloed te hebben uitgeoefend. Zo geeft 48% van de oud-topsporters aan dat de topsportloopbaan hun onderwijskeuze – en daarmee hun latere leven – heeft beïnvloed. De meesten (41%) hadden studie-uitstel dat na de topsportloopbaan moest worden ingehaald. Een ander deel (22%) koos voor een lager onderwijsniveau dan wanneer zij geen topsport hadden beoefend.
Niettemin was voor verreweg de meesten de topsport de moeite (en opofferingen) meer dan waard. Van de oud-topsporters gaf 93% aan dat zij opnieuw voor topsport zouden kiezen; 19% vond dat topsport niet had gebracht wat zij ervan verwachtten. Per saldo toont meer dan 90% zich gelukkig en tevreden met het leven dat zij na het afscheid van de topsport leiden. Hoewel 83% nieuwe uitdagingen in het leven heeft gevonden, blijft het verlangen naar de sport groot: voor 72% ligt de echte passie nog steeds bij sport, al beoefent nog slechts 44% de sport waarin zij tot de wereldtop behoorden.

Het onderzoek onder oud-topsporters in Nederland sluit aan bij inzichten uit ander onderzoek, waaruit naar voren kwam dat de wijze waarop atleten hun loopbaan evalueren een grote impact heeft op hun verdere leven. Na het afscheid nemen van de topsport moeten zij een nieuwe betekenis geven aan hun leven en hun ervaringen als topsporter een plaats geven in hun voortgaande persoonlijke ontwikkeling. Het Olympisch podium blijkt dan geen eindpunt van hun talentontwikkeling te zijn, maar onderdeel van hun totale levensloop. Volgens Burton et al. (2006) trokken alle (vrouwelijke) oud-topsporters die zij interviewden lessen uit hun Olympische ervaringen – of zij daar nu succesvol waren of niet – die van invloed waren op hun latere ontwikkeling; niet alleen als atleet, maar vooral als mens.
Over de aard en omvang van die invloed en hoe die zich onderscheidt van personen die een ander levenspad volgden is helaas weinig bekend. Evenmin hebben we inzicht in de effecten op langere termijn. Het Nederlandse onderzoek naar oud-topsporters beperkte zich tot de groep die ongeveer vijf jaar eerder was gestopt. Blijven zij tot op latere leeftijd sporten en wijkt hun sportdeelname af van mensen zonder topsportverleden? Hoe lang en diep werkt hun topsportbeoefening door in hun identiteitsontwikkeling en maatschappelijke loopbaan? Welke invloed oefent hun topsportverleden uit op hun omgeving en eventuele kinderen? Het zijn vragen die op basis van het huidige onderzoek niet zijn te beantwoorden, hoewel zij belangrijke informatie kunnen opleveren voor jonge talenten en begeleiders van topsporters en oud-topsporters.

9.7 Conclusies en blik op de toekomst

De levensloop van topsporters speelt zich af in een afvalrace. Aanvankelijk hebben zij daar als jonge sporters weinig erg in. Zij horen bij een groot deel van de Nederlandse kinderen dat sport beoefent en ten minste tijdelijk deelneemt aan trainingen en

Rapportage Sport 2010_4.indd 166 25-11-2010 13:01:10

wedstrijden in verenigingsverband (kennismakingsfase). Een deel van deze kinderen wordt geselecteerd en bij elkaar gebracht omdat zij beter (lijken te) zijn dan anderen. Zij krijgen extra aandacht van hun ouders en coaches en gaan na verloop van tijd meer trainen met gerichte oefeningen en betere faciliteiten. De groep die hieruit wordt 'doorgeselecteerd' verhoogt de trainingsomvang en -intensiteit en komt na verloop van tijd voor de vraag te staan of zij zich in de betreffende sport willen specialiseren en daarin meer tijd en energie willen investeren (specialisatie- en investeringsfase). Hoewel dit offers vraagt van hun sociale omgeving en vaak ook hun scholing, grijpen velen die kans. Zij vinden sport leuk en hebben wellicht de droom ooit op het Olympisch podium te staan of veel geld als beroepssporter te verdienen.
De afvalrace gaat echter verder. Velen blijken niet goed genoeg of haken voortijdig af vanwege blessures, motivatieverlies of andere interesses. Hoe het hen verder vergaat weten we nauwelijks. Voor wie in de race blijft wordt de topsport een voltijdse activiteit (perfectioneringsfase); al ervaart twee derde de noodzaak om er een deeltijdse of voltijdse studie of baan naast te doen. Hoewel deze periode in fysiek, mentaal, sociaal en financieel opzicht veel vergt van de topsporters, kijken zij er na afloop van hun topsportloopbaan over het algemeen positief op terug. Een overgrote meerderheid van de oud-topsporters toont zich gelukkig en tevreden met hun nieuwe leven. Een deel, vooral degenen die noodgedwongen stopten met hun topsportcarrière, ontmoet problemen en zoekt hulp bij het vinden van een nieuwe identiteit en levensinvulling. De langdurige concentratie op als winnaar uit de afvalrace te verschijnen, legt in die gevallen zijn beperkingen bloot.

De analyse onderstreept de conclusie van verschillende auteurs (Bloom 1985, Burton et al. 2006, Ericsson en Charness 1994, Wylleman en Lavallee 2003) dat het van belang is kennis te ontwikkelen over de verschillende fasen die talenten doorlopen, over de transities die zich tussen die fasen voordoen en over de samenhang tussen deze veranderingen en gelijktijdige transities in hun levensloop op andere gebieden. De beperkte voorspelbaarheid van later succes houdt in dat sportorganisaties voorzichtig moeten zijn met het selecteren van talenten op grond van prestaties op steeds jongere leeftijd. Dit geldt des te meer aangezien een sterk accent op gerichte oefening (*deliberate practice*) in plaats van speelse beoefening (*deliberate play*) het plezier in sporten kan wegnemen en de kans op blessures, burn-out en drop-out vergroot. Door hierin een goede balans te vinden kan het ideaal van de top tien worden verbonden met het ideaal van een leven lang sporten.
Tegelijkertijd zagen we dat het zinvol is om de levensloop van topsporters niet alleen te bestuderen in het licht van de 'wording van kampioenen', maar ook in het perspectief van het leven naast en na de topsportloopbaan. Juist door een verbinding te leggen met ontwikkelingen en transities die in het persoonlijk leven buiten de sportloopbaan plaatsvinden, kunnen de keuzes van talenten en topsporters, de dilemma's waar zij voor staan en de impact van hun beslissingen op de rest van hun levensloop, beter worden begrepen.
Over de levensloop van topsporters hebben we weliswaar kennis op onderdelen, maar er resteren vele witte vlekken. Ten eerste is onbekend wat de impact is van de vroege

Rapportage Sport 2010_4.indd 167 25-11-2010 13:01:10

keuze door kinderen voor één tak van sport op zowel hun latere sportbeoefening als de kans dat zij zich tot topsporter ontwikkelen. Ten tweede is er weinig zicht op de verdere persoonlijke ontwikkeling en sportparticipatie van talenten die zich als jongvolwassene wel specialiseren en veel in topsport investeren, maar toch – zoals zo velen – afhaken voordat zij de top bereiken. De derde witte vlek betreft de levensloop van topsporters na beëindiging van hun sportcarrière. Voor veel topsporters begint dit tweede leven bij 30 jaar, maar over de invloed van de topsport op de rest van hun leven is nauwelijks iets bekend.

Noten

1 Het LTAD-model is geen empirisch-theoretisch model uit de wetenschappelijke literatuur, maar een normatief-praktisch model, gepubliceerd in een aantal magazines voor coaches (zie Van Rossum 2007).

2 De A-status wordt toegekend aan topsporters die tot de beste acht van de wereld behoren in een door NOC*NSF erkend topsportprogramma.

3 Ericsson et al. (1993: 371), die in hun onderzoek het belang van langdurige en intensieve *deliberate practice* aantoonden, wezen zelf ook op de hiermee verbonden risico's van overtraining, blessures, burn-out en drop-out.

Literatuur

Baker, J. (2003). Early Specialization in Youth Sport: a Requirement for Adult Expertise? In: *High Ability Studies*, jg. 14, nr. 1, p. 85-94.

Baker, J., S. Horton, J. Robertson-Wilson en M. Wall (2003). Nurturing sport expertise: factors influencing the development of elite athlete. In: *Journal of Sports Science and Medicine*, nr. 2, p. 1-9.

Balyi, I. (1999). Long-term planning of athlete development. Multiple periodisation, modeling and normative data. In: *The UK's Quarterly Coaching Magazine*, nr. 4, p. 7-9.

Balyi, I., en R. Way (1995). Long-term planning of athlete development. The training to train phase. In: *B.C. Coach*, p. 2-10.

Blom, S. en P. Duijvestijn (2008). *Combineren van topsport met studie. Een inventarisatie van situatie en knelpunten rond de combinatie topsport en onderwijs*. Amsterdam: DSP.

Bloom, B.S. (1985). *Developing Talent in Young People*. New York: Balantine.

Bosscher, V. de, J. Bingham, S. Shibli, M. van Bottenburg en P. de Knop (2007). *The Global Sporting Arms Race: an International Comparitive Study on Sports Policy Factors Leading to International Sporting Success*. Oxford: Meyer & Meyer.

Bottenburg, M. van (2009). *Op jacht naar goud. Het topsportklimaat in Nederland, 1998-2008*. Nieuwegein: Arko Sports Media.

Breedveld, K. en A. Tiessen-Raaphorst (2006). Beoefening. In: K. Breedveld en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage Sport 2006* (p. 82-105). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Burton, L. J., J. L. van Heest, S.F. Rallis en S.M. Reis (2006). Going for gold: understanding talent development through the lived experiences of US female Olympians. In: *Journal of Adult Development*, jg. 13, nr. 3-4, p. 124-136.

Rapportage Sport 2010_4.indd 168 25-11-2010 13:01:11

Conzelman, A., H. Gabler en S. Nagel (2001). *Hochleistungssport: Persönlicher Gewinn oder Verlust? Lebenslaüfe von Olympioniken*. Tübingen: Attempto.

Côté, J. (1999). The influence of the family in the development of talent in sports. In: *The Sports Psychologist*, nr. 13, p. 395-417.

Côté, J., en J. Fraser-Thomas (2007). Youth involvement in sport. In: Crocker P.R.E. (red.), *Introduction to sport psychology: A Canadian perspective* (p. 266-294). Toronto: Pearson Prentice Hall.

Côté, J., R. Lidoren en D. Hackfort (2009). ISSP position stand: to sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. In: *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, nr. 9, p. 7-17.

Csikszentmihalyi, M., K. Rathunde, S. Whalen en M. Wong (1993). *Talented teenagers. The roots of success and failure*. New York: Cambridge University Press.

Ericsson, K.A. en N. Charness (1994). Expert performance. Its structure and acquisition. In: *American Psychologist*, jg. 49, nr. 8, p.725-747.

Ericsson, K.A., R.T. Krampe en C. Tesch-Römer (1993). The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance. In: *Psychological Review*, jg. 100, nr. 3, p. 363-406.

Gould, D. en S. Carson (2004). Fun and games. Myths surrounding the role of youth sports in developing Olympic champions. In: *Youth Studies Australia*, jg. 23, nr. 1, p. 19-26.

Hecimovich, M. (2004). Sport specialization in youth: a review. In: *Journal of the American Chiropractic Association*, jg. 41, nr. 4, p. 32-41.

Knop, P. de, P. Wylleman, J. van Hoecke en L. Bollaert (1999). Sports management. A European approach to the management of the combination of academics and elite-level sport. In: S. Bailey (red.), *The interdisciplinary series of physical education and sport science* (Vol. 1. School sport and competition, p. 49-62). Oxford: Meyer & Meyer Sport.

Luijt, R., N. Reijgersberg en A. Elling (2009). *Alles voor de sport!? (Gestopte) topsporttalenten en hun ouders over investeringen, opbrengsten en offers*. Nieuwegein: Arko Sports Media.

Martindale, R.J.J., D. Collins en J. Daubney (2005). Talent development: a guide for practice and research within sport. In: *Quest*, nr. 57, p. 353-375.

Régnier, G., J. Salmela en S. Russell (1993). Talent detection and development in sport. In: R.N.Singer, M. Murphey en K.L. Tennant (red.), *Handbook of research on sport psychology* (p. 290-313). New York: MacMillan.

Rossum, J. van (2005). *Volhouden of afhaken. Een longitudinaal onderzoek naar talentontwikkeling in de sport, met aandacht voor dropouts en toppers*. Amsterdam: Stichting HQ&P.

Rossum, J. van (2007). Op zoek naar het LTAD-model. In: *Sportgericht*, jg. 6, nr. 3, p. 5-12.

Stier, J. (2007). Game, name and fame – afterwards, will I still be the same? A social psychological study of career, role exit and identity. In: *International Review for the Sociology of Sport*, jg. 42, nr. 1, p. 99-111.

Strachan, L., J. Côté en J. Deakin (2009). 'Specializers' versus 'samplers' in youth sport: comparing experiences and outcomes. In: *The Sport Psychologist*, jg. 23, nr. 1, p. 77-92.

Wiersma, L.D. (2000). Risks and benefits of youth sport specialization: perspectives and recommendations. In: *Pediatric Exercise Science*, jg. 12, nr. 1, p. 13-22.

Wylleman, P. en D. Lavallee (2003). A developmental perspective on transitions faced by athletes. In: M. Weiss (red.), *Developmental sport and exercise psychology: a lifespan perspective* (p. 507-527). Morgantown: Fit Press.

Rapportage Sport 2010_4.indd 169 25-11-2010 13:01:11

Bijlage bij hoofdstuk 9, te vinden op www.scp.nl/publicaties bij Rapportage sport 2010

B9.1 Verschillende indelingen van fases en transities in de topsport

Rapportage Sport 2010_4.indd 170 25-11-2010 13:01:11

DEEL III

Organisatorische voorwaarden

10 Georganiseerde sportaanbieders in de levensloop

Koen Breedveld, Paul Hover, Janine van Kalmthout, Caroline van Lindert (W.J.H. Mulier Instituut), Nicolette van Veldhoven (NOC*NSF), Harold van der Werff en Ester Wisse (W.J.H. Mulier Instituut)

10.1 Georganiseerd sportaanbod

Mogelijkheden om te sporten worden van oudsher vooral aangeboden door sportbonden en sportverenigingen. Daarnaast werd in sportaccommodaties als ijsbanen, zwembaden en maneges altijd al gelegenheid geboden om te sporten, en schiepen gemeenten via het sportbuurtwerk mogelijkheden om te sporten. Wie tegenwoordig wil sporten, hoeft zich echter niet te beperken tot dit traditionele aanbod. Het landschap van sportaanbieders is verrijkt met krachtige, nieuwe partijen: commerciële aanbieders van fitnesscentra, tennishallen, klimmuren, skibanen, Meer Bewegen voor Ouderen, reis- en evenementenorganisatoren, Cruyff Courts en noem maar op.
De jeugd was altijd de belangrijkste doelgroep voor sport. Via Jeugd in Beweging (JIB), de BOS-regeling (buurt, onderwijs, sport), de Alliantie School en Sport en thans het platform Sport, Bewegen en Onderwijs zijn programma's opgezet om de jeugd meer aan het sporten te krijgen (hoofdstuk 6). De beleidsmatige aandacht voor sport voor volwassenen en ouderen was daarbij vergeleken beperkt (hoofdstuk 7 en 8). Er zijn wel bekende initiatieven om ook hen aan het sporten te krijgen – de trimbeweging uit de jaren zeventig, het Groninger Actief Leven Model (§ 10.6) en de tv-uitzendingen van Nederland in Beweging -, maar die vallen in het niet vergeleken bij de stimulansen voor de jeugd.
Toch lijkt het tij te keren. Ouderen gaan meer aan sport doen (hoofdstuk 3), en vanuit het preventieve gezondheidsbeleid worden volwassenen aangespoord om in beweging te komen. Ook vanuit de breedtesportdoelstelling van het Olympisch Plan 2028 (NOC*NSF 2009) – 75% van de bevolking doet aan sport in 2016 – groeit de aandacht voor het sporten van volwassenen.
De indruk bestaat echter dat het sportaanbod, met name het niet-commerciële, tamelijk traditioneel denkt en zich weinig innovatief betuigt in het aantrekken van nieuwe doelgroepen, zoals de groeiende groep ouderen. Hier liggen nog kansen om een groter publiek aan te trekken én aan productvernieuwing te doen.

In dit hoofdstuk kijken we hoe het sportaanbod zich de afgelopen decennia heeft ontwikkeld, op welke fases in de levensloop het aanbod zich richt, hoe gebruikers dit aanbod zien en welke veranderingen zich voordoen. Met sportaanbieders bedoelen we organisaties die actief een sportaanbod organiseren: bonden en verenigingen, maar ook zwembaden en commerciële aanbieders als fitnesscentra. Daarnaast kijken we naar het sportaanbod van gemeenten, playgrounds en evenementenorganisatoren, en naar activiteiten rond *Fit for Life*. Deze volgorde geeft tevens de opbouw van dit hoofdstuk weer. Het sportaanbod via scholen en het naschoolse sportaanbod blijven onbesproken

Rapportage Sport 2010_4.indd 173 25-11-2010 13:01:12

(zie hiervoor hoofdstuk 6). Hetzelfde geldt voor het sporten in informele groepen (hoofdstuk 11). Het accent in dit hoofdstuk ligt primair op het georganiseerde sportaanbod.[1]

10.2 Bonden en verenigingen

Beleid NOC*NSF en bonden: een leven lang sporten

Traditioneel zijn sportbonden en aangesloten verenigingen de belangrijkste sportaanbieders. In 2008 telde NOC*NSF 87 lidorganisaties, waarvan 72 gerekend worden tot de sportbonden en vijftien tot de buitengewone leden. In 2008 hadden de 72 sportbonden gezamenlijk 4,8 miljoen leden (Van Veldhoven en Smink 2009). De Koninklijke Nederlandse Voetbalbond is al jaren de grootste sportbond, gevolgd door De Koninklijke Nederlandse Tennisbond. De Nederlandse Golffederatie is met 313.000 leden inmiddels de derde sportbond van Nederland (zie bijlagetabel B10.1).

Het thema 'levensloop' krijgt van sportkoepel NOC*NSF en de sportbonden meer aandacht sinds het is benoemd als een van de drie doelstellingen in de *Sportagenda 2012* (NOC*NSF 2007). Om te bereiken dat mensen een leven lang kunnen sporten, ontwikkelen diverse bonden speciaal aanbod, zoals in het project Proeftuinen Nieuwe Sportmogelijkheden. Hierin worden innovaties getest en ontwikkeld om sportverenigingen te inspireren marktgericht te werken en hun aanbod af te stemmen op wat hun (potentiële) sporters willen (www.nocnsf.nl/proeftuinen). Ook in het Nationaal Actieplan Sport en Bewegen (NASB) is het doel het traditionele aanbod aan te passen aan de wensen en behoeften van specifieke doelgroepen (www.nocnsf.nl/nasb). Beide programma's richten zich op bepaalde leeftijdsgroepen. Ouderen vormen de doelgroep in verschillende sporten, zoals het 45-plusvoetbal (KNVB), het combineren van bridgen met lichamelijke activiteiten (project Denken en Doen van de Nederlandse Bridge Bond), georganiseerd fietsen in de natuur (project Fiets en Geniet Natuurlijk van de Nederlandse Toer Fiets Unie), aanpassing van materiaal en spelregels, zoals bij knotshockey (Koninklijke Nederlandse Hockey Bond), of het inzetten van de sport voor de fitheid (zoals bij KorfbalFit, Koninklijk Nederlands Korfbal Verbond).
Om jongeren te bereiken, krijgen sportverenigingen vanuit het Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs steun om op school actief te worden. Zij verzorgen jaarlijks minimaal 40 uur sportaanbod op scholen, rekening houdend met lesprogramma's en schooltijden. Hun sportconcept moet aansluiten bij de belevingswereld van jongeren van 4-17 jaar.
Gezamenlijk hebben alle interventies gezorgd voor 150.000 deelnemers op 850 locaties. Van de deelnemers zijn 26.000 mensen lid geworden van een sportvereniging of sportbond. Van de interventies Start to Run en Fiets-Fit kan inmiddels gezegd worden dat ze hun deelnemers significant meer en blijvend in beweging brengen (Nivel 2009).

Opbouw ledenbestand sportbonden

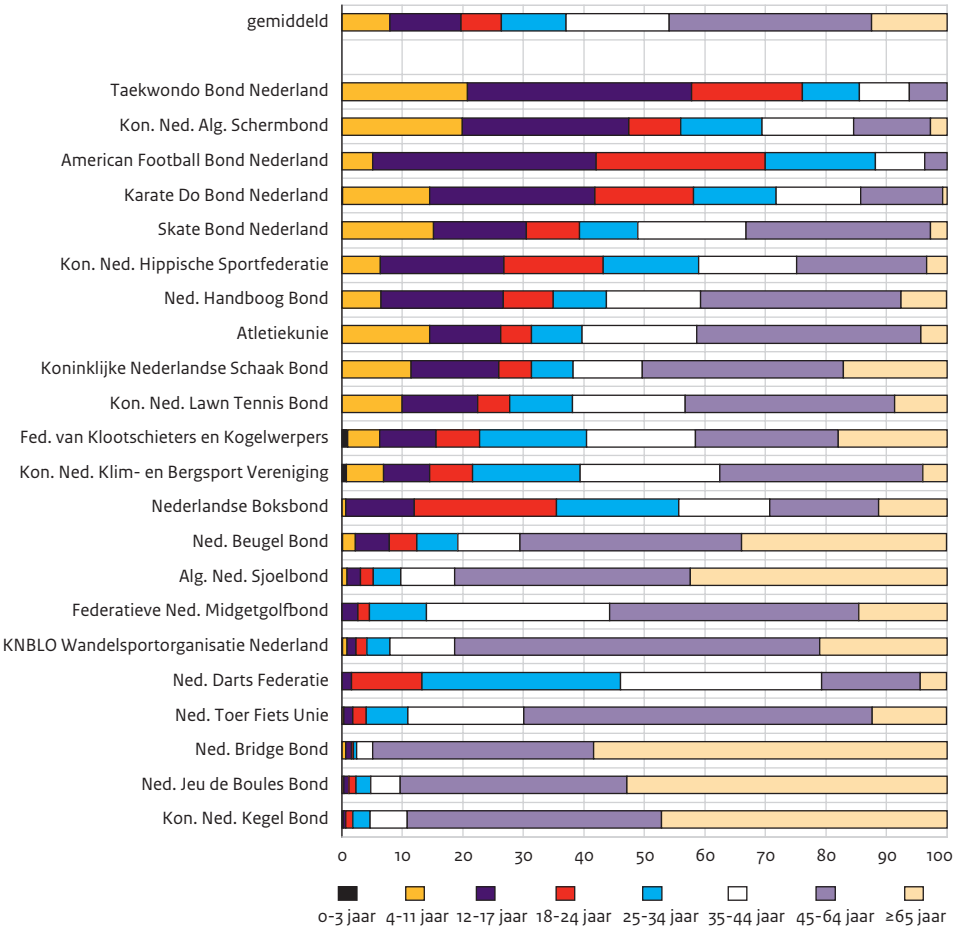
Voorheen onderscheidden bonden twee leeftijdscategorieën: juniorleden (tot en met 17 jaar) en seniorleden (18 jaar en ouder). Sinds 2006 werken ze met acht

Rapportage Sport 2010_4.indd 174 25-11-2010 13:01:12

leeftijdscategorieën, als uitdrukking van een meer doelgroepgericht beleid. Nog niet alle bonden kunnen deze manier van registreren aan: in 2008 waren dat 22 grote, middelgrote en kleine bonden. Gezamenlijk hebben ze 1,4 miljoen leden: 20% is jonger dan 18 jaar, 34% is tussen de 18 en 45 jaar en 46% is 45 jaar of ouder. Deze 22 bonden hebben een meer dan gemiddeld percentage senioren, maar per bond verschilt de leeftijdsopbouw zeer sterk (figuur 10.1). Sommige sportbonden, zoals tennis, kennen leden in alle leeftijdscategorieën. Andere kennen voornamelijk oudere leden, zoals jeu de boules of bridge, of voornamelijk jongere leden, zoals taekwondo.

Figuur 10.1

Opbouw ledenbestand van 22 sportbonden, 2008 (in procenten)



Bron: NOC*NSF (LTS'08)

Rapportage Sport 2010_4.indd 175 25-11-2010 13:01:12

Verenigingen in de praktijk

In 2001 telde Nederland 29.600 sportverenigingen. In 2008 waren dat er, mede door fusies, nog 27.700, wat betekent dat het ledental per vereniging licht blijft groeien. De gemiddelde vereniging telt nu 174 leden, heeft een omzet van 40.000 euro en kent veertig vrijwilligers.

In de gemiddelde sportvereniging is 27% jonger dan 18 jaar, 29% tussen de 18 en 45 jaar, 29% tussen de 45 en 65 jaar en 15% 65 jaar of ouder (Van Kalmthout et al. 2009).[2] Hoewel alle leeftijdsgroepen dus vertegenwoordigd zijn in de sportverenigingen, richten individuele sportverenigingen zich doorgaans nadrukkelijk op een of meer leeftijdssegmenten. Slechts 18% van de verenigingen doet dat niet. Zij volgen de gemiddelde verdeling van leeftijdscategorieën zoals eerder beschreven. Een derde van de verenigingen (32%) is vooral georiënteerd op 45-plussers, 30% is meer gericht op jeugdleden en een vijfde kent relatief veel volwassen leden.[3] De verenigingen die meer gericht zijn op 45-plussers, zijn vaak kleine verenigingen in individuele sporten. Verenigingen die meer gericht zijn op jeugd zijn daarentegen vaak grotere teamsportverenigingen.

De gerichtheid op bepaalde leeftijdsgroepen weerspiegelt zich ook in de leeftijd van het bestuur van de verenigingen. Verenigingen gericht op 45-plussers hebben vaker een ouder bestuur (65% heeft een bestuur dat gemiddeld ouder is dan 55 jaar). Overigens is in het verenigingsbestuur sprake van een zekere vergrijzing. In 2000 was 14% van alle clubbesturen gemiddeld 55 jaar. In 2008 was dat gestegen tot 26%.

Knelpunten en speerpunten

Een tekort aan leden en vrijwilligers is voor veel verenigingen het belangrijkste knelpunt (tabel 10.1). Vooral de verenigingen die zich richten op volwassenen en 45-plussers maken zich zorgen om hun ledental, meer dan clubs die zich richten op jeugd. Klaarblijkelijk ervaren zij nog weinig voordelen van de vergrijzing. Verenigingen met overwegend jeugdleden maken zich vooral zorgen om de beschikbaarheid van kader en bruikbaarheid van de accommodatie.

Tabel 10.1

Knelpunten van verenigingen naar gerichtheid op leeftijdssegment (in procenten van verenigingen)

	alle verenigingen	algemene vereniging	gericht op jeugd	gericht op volwassenen	gericht op 45+
leden (behoud, werving e.d.)	69	59	49	76	94
kader/vrijwilligers (tekort, behoud e.d.)	63	75	80	63	30
financiën (subsidie, sponsors, kostenstijgingen e.d.)	36	38	54	34	18
accommodatie (ruimtegebrek, onderhoud e.d.)	43	39	56	41	37
overig (wet- en regelgeving e.d.)	14	16	16	14	7

Bron: NOC*NSF / Mulier Instituut (Verenigingsmonitor'08)

Rapportage Sport 2010_4.indd 176 25-11-2010 13:01:12

Gezien de zorgen over het ledenbestand hoeft het niet te verbazen dat ledenbehoud voor verenigingen het belangrijkste speerpunt is. 46% van de verenigingen voert hier beleid op; de verenigingen die gericht zijn op de groep 45-plussers zelfs nog wat vaker (62%; cijfers niet in tabel). De helft van de verenigingen (51%) ontplooit dan ook speciale activiteiten om nieuwe leden te werven. De meeste aandacht gaat nog steeds uit naar de (jongste) jeugd (tabel 10.2). Voor 13-17-jarigen hebben verenigingen beduidend minder aandacht, minder zelfs dan voor volwassenen (18-44 jaar). De minste aandacht is er nog altijd voor de groep masters (45-64 jaar) of voor de groep senioren (65-plussers). Andere doelgroepen, zoals buurtbewoners (11%), allochtonen (5%) en mensen met een beperking (4%) zijn overigens minder vaak onderwerp van ledenwerfacties dan de genoemde leeftijdsgroepen.

Tabel 10.2

Onderwerpen van ledenwerfacties, naar gerichtheid op leeftijdssegment (in procenten van verenigingen)

	alle verenigingen	algemene vereniging	gericht op jeugd	gericht op volwassenen	gericht op 45+
jeugd (<12 jaar)	51	67	80	35	15
jeugd (13-17 jaar)	37	52	44	36	17
volwassenen (18-44 jaar)	44	47	21	64	51
masters (45-64 jaar)	27	21	15	22	53
senioren (65-plussers)	12	7	7	2	29

Bron: NOC*NSF / Mulier Instituut (Verenigingsmonitor'08)

Groeiambities en aanbod

De helft van de verenigingen (52%) heeft de ambitie om te groeien.[4] Die ambitie is het laagst bij de verenigingen die zich vooral op 45–plussers richten (46%). Ook wat betreft de groeiambities komt een sterke gerichtheid op jeugd naar voren. De groep die het vaakst wordt genoemd als kans om te groeien is de groep 13-17-jarigen (53%) – overigens niet de groep waar de meeste ledenwerfacties plaatsvinden (tabel 10.2) –, gevolgd door de 4-11-jarigen (45%) en de 18-24-jarigen (41%; cijfers niet in tabel). De 45-54-jarigen (26%), 55-64-jarigen (19%) en 65-plussers (8%) worden beduidend minder vaak genoemd als mogelijke groeisegmenten. Ook hier geldt dus dat sportverenigingen – op dit moment – vooral naar de jeugd kijken als belangrijkste doelgroep (al verschilt dat per vereniging: 45-plusverenigingen verwachten meer dan de andere dat de groei uit de leeftijdscategorieën van 35 jaar en ouder zal komen).

In hun sportaanbod maken verenigingen nog weinig onderscheid naar de verschillende (groepen) leden. Alle leden krijgen vrijwel dezelfde sportieve activiteiten aangeboden: trainingen, competities, toernooien en clubwedstrijden. Verenigingen gericht op jeugd bieden wel vaker trainingen aan dan verenigingen die meer gericht zijn op volwassenen en 45-plussers (resp. 95%, 82% en 57%). Verenigingen gericht op 45-plussers organiseren vooral minder op het gebied van clinics/cursussen, diploma's en kennismakingsactiviteiten dan verenigingen met overwegend jeugd.

Rapportage Sport 2010_4.indd 177 25-11-2010 13:01:12

10.3 Zwembaden

Nederland telt zo'n 1600 zwembaden en 370 zwemplassen (NRIT 2002), waarvan ruim 800 tot de openbare zwembaden kunnen worden gerekend. Samen trekken de zwembaden jaarlijks tussen de 80 en 90 miljoen bezoekers (Goossens et al. 2008). Een gemiddeld zwembad werkt met een begroting van zo'n 900.000 euro, waarvan ongeveer een derde afkomstig uit gemeentelijke subsidies.[5]
Voor ieder zwembad is de jongste jeugd een vanzelfsprekende doelgroep. Ieder kind moet immers leren zwemmen. Zwembaden investeren ook veel in zwemplezier voor de jeugd. Vrijwel alle zwembaden hebben tegenwoordig voorzieningen voor 'waterspel', zoals peuter- en kleuterbaden en waterglijbanen (Goossens et al. 2008). Toch richten zwembaden zich ook steeds meer op ouderen, bijvoorbeeld door te investeren in whirlpools, zonnebanken en sauna's of te komen met doelgroepprogramma's als Fifty Fit, met bewegingsoefeningen zoals aquarobics, aquajoggen, aquagym en aquaspinning. In 2006 bood 70% van de zwembaden doelgroepzwemmen voor senioren aan. In 1997 gold dat nog voor 65% van de zwembaden (CBS 2008). Leeftijd vormt kortom een belangrijk segmentatiecriterium voor zwembaden.[6]

Differentiatie in de vraag

Dat zwemmen vooral een activiteit is voor jeugdigen, blijkt uit het aandeel mensen dat zwemt in verschillende leeftijdsgroepen. Van de 6-11-jarigen zwemt 70% minimaal één keer per jaar. Onder senioren is dat ongeveer 20% (45-69 jaar 26%, 60 jaar en ouder 18%; Van den Dool et al. 2009b). Bij de regelmatige zwemmers (mensen die minimaal tien weken per jaar zwemmen) valt echter op dat er na het 12e levensjaar geen verval naar leeftijd is, en zelfs een lichte stijging naarmate de leeftijd stijgt (Van den Dool et al. 2009b).[7]
Er zijn duidelijke verschillen tussen leeftijdsgroepen in het gebruik van voorzieningen in het zwembad. Bij senioren is vooral het baantjes zwemmen populair (84%; zie tabel 10.3). Andere favoriete zwemactiviteiten van deze doelgroep zijn genieten van het warme water (24%), aquajoggen, aquafitness, aquaspinning of een andere oefenvorm (20%) en zwemmen/spelen met de kinderen (15%). Jeugdigen gebruiken het zwembad meer als speeldomein, 20-49-jarigen vallen vooral op het gebruik van whirlpools en dergelijke en door het 'speelzwemmen' met kinderen.

Niet alleen het gebruik van voorzieningen verschilt tussen jongeren en ouderen, ook verschillen jongeren en ouderen licht van elkaar in de wijze waarop ze tegen zwemmen aankijken (tabel 10.4). Jeugdigen geven wat vaker aan baantjes trekken saai te vinden, ze ergeren zich minder aan chloor en hoeven niet per se in een binnenbad te zwemmen. Oudere zwemmers vinden zwemmen sneller wat gedoe, ergeren zich wel aan chloor, voelen zich onveiliger en zwemmen liever in een binnenbad. De meningen van 20-49-jarigen en de 50-80-jarigen verschillen niet veel van elkaar.

Rapportage Sport 2010_4.indd 178 25-11-2010 13:01:12

Tabel 10.3
Zwemactiviteiten, 2008 (in procenten)

	5-19 jaar (n = 251)	20-49 jaar (n = 310)	50-80 jaar (n = 234)
spelen in en rond het water zoals springen/ duiken van de duikplank	78	26	7
baantjes zwemmen	37	75	84
genieten van het warme water (bijvoorbeeld in whirlpool/hot tub)	27	40	24
zwemles[a]	11	0	0
trainen voor wedstrijdzwemmen, waterpolo, synchroonzwemmen of schoonspringen	10	3	2
zwemmen/spelen met de kinderen	6	43	15
onder water duiken (met luchtflessen) of daarvoor trainen/oefenen	3	4	1
anders	2	1	4
aquajoggen, aquafitness, aquaspinning of andere oefenvorm	1	14	20
therapeutisch/gezondheid[a]	0	0	4

a Antwoorden die veelvuldig zijn genoemd bij de categorie 'anders'.

Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor 2008)

Tabel 10.4
Uitspraken over zwemmen naar leeftijdsklasse (in procenten (helemaal) mee eens)[a]

	5-19 jaar (n = 672)	20-49 jaar (n = 998)	50-80 jaar (n = 792)
zwemmen doe ik echt voor mijn plezier	83	67	69
baantjes trekken is saai	52	38	39
in zwembaden is het meestal te druk	52	60	55
ik zwem het liefst in een overdekt zwembad	34	49	50
het chloor in een zwembad staat me tegen	20	38	45
ik vind zwemmen best wel een gedoe	10	29	27
ik voel me snel onveilig in het water	7	8	18

a De categorie 'n.v.t' is hier buiten beschouwing gelaten.

Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor 2008)

Leeftijden verschillen weinig in hun mening over de kwaliteit van het zwembad. Jong en oud zijn het meest tevreden over de bereikbaarheid, de temperatuur van het water en de omkleedmogelijkheden (scores resp. 72%, 69% en 67%). Over de hygiëne, de mogelijkheden om rustig te kunnen zwemmen en de toegangsprijs zijn alle leeftijdsgroepen het minst tevreden (resp. 51%, 43% en 35%).

Rapportage Sport 2010_4.indd 179 25-11-2010 13:01:12

10.4 Fitness

De Nederlandse fitnesssector heeft de afgelopen vier decennia een enorme groei doorgemaakt.[8] Begin jaren tachtig werden de sportscholen met name bevolkt door mannelijke krachtsporters. Het was destijds een niche in de sportmarkt, die sterk gedomineerd werd door commerciële sportclubs met een niet altijd brandschoon imago. Eind jaren tachtig kwam er een ander publiek, mede dankzij de introductie van aerobics door fitnessgoeroe Jane Fonda. Naast de mannelijke 'ijzerpompers' wisten veel vrouwen – gekleed in fleurige pakjes en dito beenwarmers – dankzij het vernieuwende aerobicsaanbod de weg naar de sportschool te vinden. Het imago van de sportschool veranderde in positieve zin.
De sector maakte een sterke groei door van 400 aanbieders begin jaren negentig naar inmiddels ruim 2000.[9] In 2010 zijn er ruim 2 miljoen fitnessbeoefenaars, bijna twee maal zoveel als vijftien jaar terug (Van den Dool et al. 2008). Fitness is door zijn populariteit in de sportsector een belangrijke economische factor geworden, met 27.000 werknemers (12.000 fte) en een omzet van 840 miljoen euro. In de branche zijn ongeveer 30 ketens[10] actief (Rabobank 2008) die samen 15% van het aanbod vormen (de resterende 85% opereert zelfstandig).

Kenmerken van fitnessers

Fitnessers zijn het meest te vinden in de leeftijdsklasse van 19-34 jaar (tabel 10.5). In deze leeftijdsgroep sport bijna drie op de tien bij een fitnesscentrum. Van de leeftijdsklasse 35-44 jaar is ook een flink deel actief in een fitnesscentrum (21%). Onder de 0-12-jarigen zijn er maar weinig die fitnessen, net als onder 65-plussers. Fitness is een van de weinige sporten die meer door vrouwen (19%) wordt beoefend dan door mannen (13%). Hogere inkomens zijn oververtegenwoordigd en de fitnessbeoefening neemt toe naarmate het opleidingsniveau stijgt (cijfers niet in tabel; Lucassen en Van Schendel 2008).

Tabel 10.5

Beoefening van sport bij een fitnesscentrum/sportschool naar sekse en leeftijd, 2009 (in procenten)

man	13
vrouw	19
0-12 jaar	4
13-18 jaar	17
19-24 jaar	31
25-34 jaar	26
35-44 jaar	21
45-54 jaar	18
55-64 jaar	12
65 jaar en ouder	6

Bron: TNO (OBiN'09), bewerking Mulier Instituut

Rapportage Sport 2010_4.indd 180 25-11-2010 13:01:12

Analyse van de klantenbestanden van fitnesscentra bevestigt dat dit sportaanbod vooral (jong-)volwassenen trekt. Jeugdige klanten (tot en met 17 jaar) maken 13% uit, volwassenen (18-55 jaar) 64% en senioren (56 jaar en ouder) 23% (Lucassen en Van Schendel 2008). Volwassenen zijn dus oververtegenwoordigd en jongeren en senioren ondervertegenwoordigd in de fitnessbranche, zeker gezien hun absolute omvang.

Doelgroepspecifiek aanbod

Veel fitnessaanbieders, vooral de zelfstandige, zijn zich momenteel aan het heroriënteren vanwege de marktontwikkelingen: de vraag neemt niet meer sneller toe dan het aanbod, bedrijfsresultaten staan onder druk. Eén op de vijf fitnessbedrijven draait momenteel met verlies (Rabobank 2008, Rabobank 2010). Steeds meer aanbieders herdefiniëren hun doelgroepen en scherpen hun aanbod aan (Lucassen en Van der Roest 2009, Fit!Magazine 2009b). Ook ontstaan er gespecialiseerde centra, zoals Curves, dat zich met 60 Nederlandse vestigingen op vrouwenfitness richt. Er zijn inmiddels voorbeelden bekend van kinderfitness (met extra lichte gewichtjes en meer spelvormen zoals streetdance), tienerfitness, bejaardenfitness en fitness voor zwangere vrouwen (Fitness Expert 2010).
Door de toename van het aantal senioren en het belang dat zij hechten aan sporten en bewegen, staan ook senioren bij fitnesscentra volop in de aandacht. In de Verenigde Staten spreekt men zelfs van *graying of the gym* (New York Times 2010). Eerder werd al aangetoond dat fitness uitermate geschikt is voor senioren, mits het aanbod wordt aangepast aan hun wensen, zoals verlaging van het tarief, minder harde muziek en voldoende begeleiding (Fit!vak 2000).
Als aanbieders investeren in enig maatwerk mag verwacht worden dat de vraag naar fitness van senioren zal toenemen (Fitness Expert 2009). Ten slotte lijkt de ultieme vorm van maatwerk, *personal fitnesscoaching*, langzaamaan onder grotere groepen aftrek te vinden. Mogelijk is dit nog een interessant traject voor zorgverzekeraars, omdat het direct aan personen is gekoppeld.

10.5 Overig aanbod: sportbuurtwerk, playgrounds en sportevenementen

Traditioneel bieden gemeentes, bijvoorbeeld via sportbuurtwerk, activiteiten aan voor mensen die zich niet aangetrokken voelen tot of niet bereikt worden met het traditionele verenigingsaanbod. Jeugd en ouderen vormen hier de dominante doelgroepen. Uit een onderzoek onder 191 gemeentes blijkt dat ruim 70% van de gemeentes beleid voert om de jeugd meer laten sporten; 60% van de gemeentes voert een sportstimuleringsbeleid gericht op senioren, 50% richt zich op mensen met een beperking. Voor 'gewone' volwassenen, allochtonen, mensen met lagere inkomens en chronisch zieken is veel minder aandacht (alle rond de 30%; Hoyng 2008).
Zogeheten Cruyff Courts en Krajicek Playgrounds zijn sport- en speelplekken in de openbare ruimte, vaak met aanbod van activiteiten. Hun aantal heeft de afgelopen jaren een stormachtige ontwikkeling doorgemaakt. In 2003 werd het eerste Cruyff Court aangelegd, inmiddels zijn er 122, waaronder enkele in het buitenland (Hover en Romijn 2010). De eerste Krajicek Playground dateert uit 1998, en inmiddels zijn er meer dan

Rapportage Sport 2010_4.indd 181 25-11-2010 13:01:12

50 (Vermeulen et al. 2010). Beide organisaties hebben de jeugd als belangrijkste doelgroep, wat ook blijkt uit de cijfers over de gebruikers: op de Cruyff Courts is 89% 17 jaar en jonger (Breedveld et al. 2009, zie ook Hover en Romijn 2010). Weliswaar is recent de aandacht gegroeid voor outdoor fitness voor met name ouderen, maar deze beweging is noch zeer pril (zie Fit!Magazine 2009a, Mulders 2010, De Vreede et al. 2007).

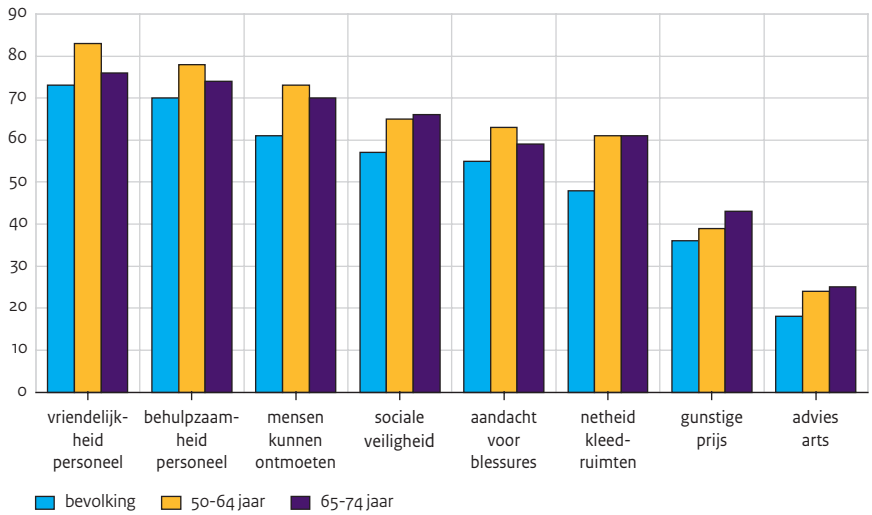
De gestaag groeiende markt van sportevenementen richt zich op een heel andere doelgroep dan de overheid en de openbare speelveldjes. De belangstelling voor evenementen, vooral op het gebied van hardlopen, wandelen en wielrennen, is spectaculair gegroeid. Ze trekken makkelijk tienduizenden deelnemers, zoals de Nijmeegse vierdaagse (40.000 deelnemers), de Dam-tot-Dam loop (30.000 deelnemers) of de toerversie van de Limburgse Amstel Gold Race (14.000 deelnemers) (Kamphuis en Van den Dool 2008). De overgrote meerderheid van de deelnemers aan deze semicommerciële evenementen is van middelbare leeftijd. Uit een onderzoek onder 55.000 deelnemers aan de tien grootste hardloopevenementen bleek dat 72% van de deelnemers 30-55 jaar oud was, 13% was jonger dan 30 en 13% ouder dan 55 (Van Bottenburg en Hover 2009).

10.6 Aanbod voor ouderen

Het sportgedrag van ouderen wijkt af van dat van andere leeftijdsgroepen. Oudere sporters hechten meer aan klantvriendelijkheid, sfeer, veiligheid, netheid, een gunstige prijs en advies dan jongere sporters (figuur 10.2).

Figuur 10.2

Mening over sportaanbod, sportende bevolking van 50 jaar en ouder, 2008 (in procenten)



Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor 2008)

Rapportage Sport 2010_4.indd 182 25-11-2010 13:01:12

Om de sport- en beweegdeelname van ouderen te stimuleren zijn diverse initiatieven en interventies opgezet, zoals Meer Bewegen voor Ouderen (MBvO), het Groninger Actief Leven Model (GALM) en het tv-programma Nederland in Beweging (NiB-tv). MBvO bestaat al ruim 25 jaar en organiseert bewegingsactiviteiten voor 65-plussers. Naast bewegen is het doel ook sociale participatie, preventie van zorg en integratie. De activiteiten (gymnastiek, spelsporten, dansen en zwemmen) worden gegeven door specialisten met een erkende MBvO-opleiding. De MBvO-activiteiten vormen de grootste aanbieder van sport en beweging voor ouderen. Voorzichtige tellingen wijzen op wekelijks ongeveer 400.000 deelnemers (Van Lindert 2009).

Het GALM is begin jaren negentig ontwikkeld voor sedentaire 55-65-jarigen. Deelnemers krijgen in een wekelijks groepsprogramma van een uur een gevarieerd pakket van sport en spel aangeboden. Hiermee zijn in de afgelopen twaalf jaar bijna 750.000 senioren benaderd en zijn 60.000 senioren blijvend in beweging gekregen (www.galm.nl/cat/317/Home, De Jong et al. 2004).

Het tv-programma Nederland in Beweging (NiB-tv) wordt al ruim tien jaar uitgezonden en is gericht op lichamelijk inactieve 55-plussers. Het programma bestaat uit eenvoudige bewegingsoefeningen, wetenswaardigheden over beweging en tips voor een goede en gezonde leefstijl. Kijkers kunnen door mee te doen aan de oefeningen al de helft van de dagelijkse norm van 30 minuten gezond bewegen behalen. Dagelijks kijken gemiddeld 150.000 mensen (www.omroepmax.nl). Onderzoek wijst uit dat NiB-tv een succesvolle en goedkope manier is om inactieve ouderen te stimuleren tot meer bewegen (Borghouts en Hopman-Rock 2001).

De meest recente loot aan deze tak van initiatieven voor ouderen is *Fit for Life*.[11] Dit project is een door het VSB-fonds in 2009 geïnitieerd netwerk van organisaties, die willen bevorderen dat 50-plussers hun leven lang blijven bewegen en sporten. Hoewel oorspronkelijk niet zo bedoeld vormt Fit for Life Nederland de facto een voortzetting van de rol die de Task Force 50+ Sport en Bewegen sinds 2003 heeft vervuld. Deze is destijds op initiatief van het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) en NOC*NSF opgericht en heeft gefungeerd als een landelijk platform. Aan Fit for Life Nederland nemen 24 organisaties deel, afkomstig uit sport, welzijn, onderwijs, gezondheidszorg, bedrijfsleven en overheid.[12] Deze organisaties ontwikkelen gezamenlijk activiteiten of projecten voor ouderen.

10.7 Conclusies

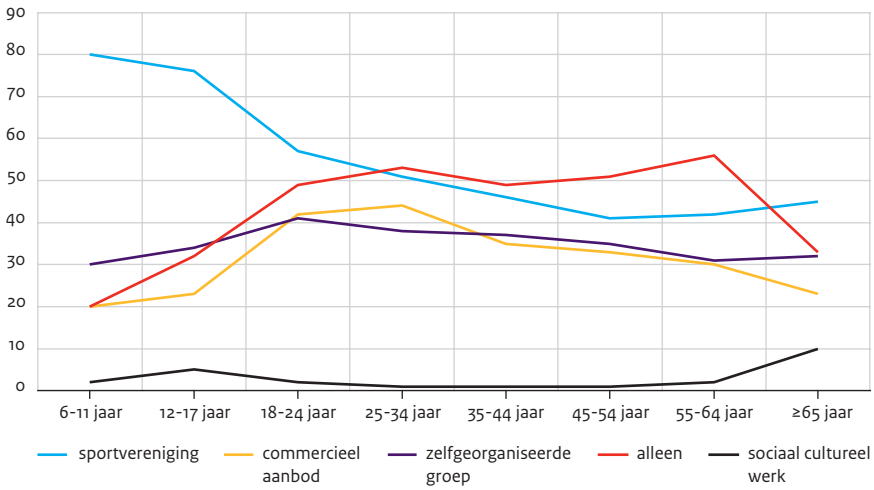
Bij wijze van samenvatting schetsen we in figuur 10.3 het gebruik van sportaanbod door mensen van uiteenlopende leeftijden, alsmede het aandeel mensen dat alleen of in zelfgeorganiseerde groepen sport. Uit deze figuur blijkt de overheersende positie van de vereniging bij de jeugd, en in wat mindere mate ook in alle latere levensfasen. Het commerciële sportaanbod piekt bij de jongvolwassenen. Ook het alleen sporten neemt in deze levensfase gestaag toe, maar blijft op latere leeftijd populair en overtreft in grote

Rapportage Sport 2010_4.indd 183 25-11-2010 13:01:12

delen van de levensloop het sporten met anderen. Sporten in een zelfgeorganiseerde groep is in alle levensfasen populair (hoofdstuk 11). Van het aanbod vanuit gemeentes via het sociaal-cultureel werk wordt naar verhouding weinig gebruik gemaakt, met een kleine piek in de groep 12-17-jarigen en een iets grotere onder de 65-plussers.[13]

Figuur 10.3

Gebruik van sportaanbod, naar leeftijd, 2007 (in procenten van de sportende bevolking)



Bron: SCP/CBS (AVO'07b)

Enkele hier besproken aanbieders zijn in figuur 10.3 niet vermeld. Zwembaden bedienen enerzijds de allerjongste jeugd, maar zijn verder in alle leeftijdsgroepen populair inclusief de groeiende groep ouderen. Sportevenementen bedienen, evenals fitnesscentra, vooral de markt van volwassenen. De activiteiten rond playgrounds blijken toch vooral de jongste jeugd te trekken.

Georganiseerde sportaanbieders lijken deels hun eigen niches in de levensloop te bedienen. Wat ze met elkaar delen is dat ze allemaal moeite hebben om volwassen sporters aan zich te binden. Voorbij een bepaalde leeftijd lijken grote groepen sporters weinig behoefte te hebben aan geformaliseerde verbanden om te sporten, en zoekt men ofwel de rust van het alleen sporten ofwel de laagdrempeligheid van het sporten met een kleine groep bekenden (hoofdstuk 11). Verondersteld mag worden dat dit samenhangt met zaken als tijdsdruk, zelfredzaamheid, het feit dat men in het leven al een vriendenkring heeft opgebouwd, en een met de leeftijd afnemende behoefte om te participeren in formele competities (waar bonden en verenigingen vaak een monopolie op hebben). Voor het georganiseerde sportaanbod vormt het binden en boeien van deze groepen een uitdaging.

Rapportage Sport 2010_4.indd 184 25-11-2010 13:01:12

Sportaanbieders gaan echter steeds marktgerichter werken, onder andere door te segmenteren op basis van levenslopen. Het commerciële aanbod (fitnesscentra, evenementen) loopt voorop en lijkt vooralsnog de meeste kans op succes te hebben. Het binden van jeugd zal voor deze sector nog de meeste problemen opleveren, terwijl in andere sectoren het binden van senioren een uitdaging vormt. Het bezoek aan fitnesscentra heeft een sterk instrumenteel karakter – fitness als gezondheidsarbeid –, terwijl spelplezier voor de jeugd toch erg belangrijk is.

Zwembaden waren al langer bezig voor verschillende doelgroepen een aanbod te ontwikkelen en lijken hierin redelijk succesvol. Zwemmen heeft een element van plezier, is gezond en biedt voldoende gelegenheid tot interactie, en raakt daarmee aan de belangrijkste motieven van mensen om te sporten.

Verenigingen zijn er in alle soorten en maten, maar qua groeiambities zien we bij de sportverenigingen overwegend een klassieke oriëntatie op de jeugd. De sportbonden stellen zich weliswaar sinds kort in op een levensloopbenadering, maar sportverenigingen zijn niet erg gewend aan marktgericht denken; ze richten zich op samen sporten en zittende leden bedienen, niet per se op ledenwerving. Toch hebben verenigingen daarvoor een sterke basis, alleen al gezien hun monopolie op competities en de onmisbare charme van een club waar men niet alleen consument maar ook actief lid is.

Ouderen vormen, alleen al door hun groeiende aantal, een interessante, steeds zelfbewustere doelgroep. Oudere sporters hechten aan een kwalitatief goed aanbod (vriendelijk personeel, advies, netheid), voelen zich sneller onveilig, maar zijn ook kostenbewust. De toekomst zal moeten leren of de georganiseerde sportaanbieders succesvol inspelen op deze veranderingen in de vraag. Aanbieders zullen de vergrijzende groep sportconsumenten ervan moeten overtuigen waarom het zin heeft om zich bij hen aan te sluiten. Het is aan de sector zelf om hier verder vorm aan te geven. De overheid kan het aanbod ondersteunen. De afgelopen decennia heeft het sportstimuleringsbeleid van de overheid zich primair op de jeugd gericht. De demografische ontwikkelingen en de grote en tamelijk constante sportdeelname van de jeugd rechtvaardigen eenzelfde inzet van de overheid voor ouderen.

Noten

1 Over bijvoorbeeld ijsbanen en maneges/paardrijverenigingen waren onvoldoende gegevens om in het onderzoek mee te nemen.
2 De percentages zijn gemiddelde aandelen binnen een vereniging.
3 De indeling is gemaakt op basis van een minimale afwijking van 15% van het gemiddelde op een van drie leeftijdscategorieën.
4 Ambitie om te groeien is wat anders dan kunnen groeien. Van alle verenigingen hanteerde in 2009 5% een ledenstop en 10% een wachtlijst. 21% van de verenigingen gaf in dat jaar aan met de bestaande accommodaties niet verder vooruit te kunnen. Onder verenigingen met een groeiambitie lag dat percentage wat hoger dan onder verenigingen zonder groeiambitie (resp. 25 en 17).

Rapportage Sport 2010_4.indd 185 25-11-2010 13:01:12

5 Extrapolatie van cijfers uit hoofdstuk 7 van Goossens (2008) over privaat beheerde zwembaden naar alle zwembaden.
6 Ter vergelijking: 22% van de zwembaden had in 2006 een specifiek aanbod voor allochtonen, 49% ook voor mensen met een beperking (1997: 42%).
7 Van de 6-11-jarigen zwemt 40% minimaal tien weken per jaar. Van de 12-34-jarigen is dat 8%, van de 35-59-jarigen 13% en van de 60-plusers 11%.
8 Fitness omvat veel verschillende sportactiviteiten: individuele cardiofitness, individuele krachtfitness en groepslessen (Elling en Ferez 2007).
9 Lucassen en Van Schendel (2008) telden in 2008 2041 aanbieders. De Kamer van Koophandel kwam medio 2010 tot 1967 aanbieders (Kamer van Koophandel 2010). Volgens het CBS zijn er in 2010 1920 aanbieders: 325 gezondheidscentra, 1115 fitnesscentra, 55 sportscholen op het gebied van kracht- en vechtsport en 425 reguliere sportscholen (CBS 2010).
10 Onder meer Healthcity, Laco, Achmea Health Centers en Fitness First.
11 De naam Fit for Life is ontleend aan een beweging uit Finland, waar ruim 800 lokale projecten 'een leven lang fit' als motto hebben. (Fit for Life 2009).
12 Achmea Zilveren Kruis, Arko Sports Media, BMC, Hogeschool van Arnhem en Nijmegen, ICS adviseurs, KNBLO-NL, KNHB, KNVB, Living Vision, MO-groep Welzijn, Nederlandse Bridge Bond, NISB, NIGZ, NOC*NSF, NVFG, TNO, Unie KBO, Vereniging voor Sportgeneeskunde, W.J.H. Mulier Instituut, Centrum voor Reuma en Revalidatie Rotterdam, SportZeeland, gemeente 's-Hertogenbosch, Fit for Life Swiss en de Vrije Universiteit Brussel (www.fitforlifenederland.nl). Fit for Life Nederland heeft zich ook aangesloten bij het Europese PASEO-project dat de fysieke activiteiten van sedentaire 50-plussers bevordert. De PASEO-projectgroep bestaat momenteel uit 28 instituten uit 15 Europese landen (www.nisb.nl).
13 Tussen mannen en vrouwen doen zich relatief weinig verschillen voor. Mannen sporten in vrijwel alle levensfasen iets vaker dan vrouwen via sportverenigingen en/of in zelfgeorganiseerde groepjes. Ook sporten vooral mannen vanaf 35 jaar vaker alleen dan vrouwen. Vrouwen vanaf 25 jaar sporten daarentegen aanmerkelijk vaker via commercieel aanbod; voor vrouwen in de leeftijd van 25-44 jaar is dit zelfs de meeste gebruikte sportaanbieder.

Literatuur

Borghouts, J.A.J. en M. Hopman-Rock (2001). *Evaluatie 'Nederland in Beweging! televisie'. Een effectevaluatie*. Leiden: TNO.

Bottenburg, M. van en P. Hover (2009). *Evenementenlopers in beeld*. Utrecht / 's-Hertogenbosch: Universiteit Utrecht / W.J.H. Mulier Instituut.

Breedveld, K., D. Romijn en A. Cevaal (2009). *Scoren op het Cruyff Court, winnen in de wijk, een studie naar het gebruik en de effecten van moderne trapveldjes*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

CBS (2008). Sportaccommodaties; inrichting en gebruik naar type accommodatie. http://statline.cbs.nl/StatWeb/publication/?VW=T&DM=SLNL&PA=7193SKCR&LA=NL, geraadpleegd op 27 juni 2010.

CBS (2010). *Bedrijven naar economische activiteit, grootte en rechtsvorm (SBI 2008)*, http://statline.cbs.nl/StatWeb/publication/?DM=SLNL&PA=80233NED&D1=0&D2=a&D3=l&VW=T, geraadpleegd op 27 juni 2010.

CRM (1974). *Nota sportbeleid*. Den Haag: ministerie van Cultuur, Recreatie en Maatschappelijk werk.

Dool, R. van den, A. Elling en R. Hoekman (2009a). *SportersMonitor 2008. Een beschrijving van actuele sportissues*. Nieuwegein / 's-Hertogenbosch: Arko Sports Media / W.J.H. Mulier Instituut.

Rapportage Sport 2010_4.indd 186 25-11-2010 13:01:12

Dool, R. van den, E. Wisse en K. Breedveld (2009b). *Wie zwemt er tegenwoordig? Een beschrijving van actueel zwemgedrag en de attitude over zwemmen*. Oosterbeek / 's-Hertogenbosch: Vereniging Sport en Gemeenten / W.J.H. Mulier Instituut.

Dool, R. van den, R. van den Meulen en K. Breedveld (2008). *Van 60 naar 75. Bouwstenen voor een beleid gericht op een hogere sportdeelname*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Elling, A. en S. Ferez (2007). *Fitnesscentra als vluchtige gemeenschappen*. 's-Hertogenbosch / Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut / Arko Sports Media.

Fit for Life (2009). *Een leven lang bewegen en sporten door senioren. Een actiegericht visiedocument*. Zeist: Fit for Life Nederland.

Fit!Magazine (2009a). Buitenfitness voor senioren. In: *Fit!Magazine*, jg. 8, nr. december, p. 20-22. Oosterbeek: Fit!Vak.

Fit!Magazine (2009b). Dé fitnessklant bestaat niet. In: *Fit!Magazine*, jg. 8, nr. december, p.34-36. Oosterbeek: Fit!Vak.

Fit!vak (2000). *Seniorenfitness*. Oosterbeek: Fit!vak.

Fitness Expert (2009). Seniorenprogramma in de fitnesspraktijk. In: *Fitness Expert*, jg. 16, nr. 5, p. 17. Weert: EFAA.

Fitness Expert (2010). Fitness voor kinderen. In: *Fitness Expert*, jg. 17, nr. 1., p.5. Weert: EFAA.

Goossens, R., C. Kamphuis en N. van Veldhoven (2008). Sportinfrastructuur: organisaties, accommodaties en vrijwilligers. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

Hover, P. en D. Romijn (2010). *Cruyff Courts monitor 2010*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Hoyng, J. (2008). *Lokaal sportbeleid de maat genomen*. Ede: Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen.

Jong, J. de, K. Leibrand, M. Stevens, M. de Greef en K. Lemmink (2004). *Effecten van het GALM bewegingsprogramma op de mate van lichamelijke activiteit en andere leefstijlkenmerken, fitheid, ervaren gezondheid en dagelijks functioneren van sedentaire senioren* (eindrapportage Zon-Mw. Onderzoeksproject Preventie 9607.081.2). Groningen: Centrum voor Bewegingswetenschappen Rijksuniversiteit Groningen.

Kalmthout, J. van, M. de Jong en J. Lucassen (2009). *Verenigingsmonitor 2008. De stand van zaken bij sportverenigingen*, Nieuwegein / 's-Hertogenbosch: Arko Sports Media / W.J.H. Mulier Instituut.

Kamer van Koophandel (2010). *Branche-informatie fitness*, www.kvk.nl/brancheinformatie/persoonlijke_diensten/fitness/fitness/, geraadpleegd op 27 juni 2010.

Kamphuis, C. en Dool, R. van den (2008). Sportdeelname. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

Lindert, C. van (red.) (2009). *Fit for life: (on)bereikbaar doel? Quick scan sport, bewegen en ouderen 2009*. Nieuwegein / 's-Hertogenbosch / Leiden: Arko Sports Media / W.J.H. Mulier Instituut / TNO Kwaliteit van Leven.

Lucassen, J. en J. van der Roest (2009). *Inzetten op klantenbehoud loont! Onderzoek nationale Fitnessmonitor naar retentiebeleid bij fitnesscentra*. 's-Hertogenbosch / Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut / Arko Sports Media.

Lucassen, J. en M. van Schendel (2008). *De fitnessbranche in beeld – 2008. Resultaten van de Nationale Fitnessmonitor*. 's-Hertogenbosch / Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut / Arko Sports Media.

Mulders, C. (2010). *Onderzoek Outdoor Fitness Locatie Doetinchem*. Arnhem: Gelderse Sport Federatie.

New York Times (2010). *In America's Gyms, More Than a Touch of Gray*, 3 maart 2010. New York: New York Times.

Rapportage Sport 2010_4.indd 187 25-11-2010 13:01:13

Nivel (2009). *Evaluatie van kansrijke beweegprogramma's om lichaamsbeweging in de bevolking te bevorderen, fase 2*. Utrecht: Nivel.

NOC*NSF (2007). *Sport groeit! Sportagenda 2012*. Arnhem: NOC*NSF.

NOC*NSF (2009). *Olympisch Plan 2028; heel Nederland naar Olympisch niveau, plan van aanpak op hoofdlijnen*. Arnhem: NOC*NSF.

NRIT (2002). *Zwembaden in Nederland 2002 en verder... : een inventarisatie en analyse van de zwembaden kinddichtheid in Nederland*. Breda: Nederlands Research Instituut voor Recreatie en Toerisme.

Rabobank (2008). *Fitnesscentra. Rabobank Cijfers & Trends. Ondernemersupdate*. Utrecht: Rabobank.

Rabobank (2010). *Fitnesscentra. Rabobank Cijfers & Trends. Ondernemersupdate*. Utrecht: Rabobank.

Stokvis, R. (2003). Fitness. Nationale ambities en persoonlijke behoeften. In: *Amsterdams Sociologisch tijdschrift*, jg. 30, nr. 4, p. 443-462.

Stokvis, R. (2007). *Gezondheid en narcisme* (lezing congres Sport: betekenis & beleving), www.mulierinstituut.nl/objects/cms/files/158/Ruud%20Stokvis%20lezinggezondheidennarcisme.pdf, geraadpleegd op 24 juni 2010.

Stokvis, R. en I. van Hilvoorde (2008). *Fitter, harder & mooier. De onweerstaanbare opkomst van de fitnesscultuur*. Amsterdam / Antwerpen: De Arbeiderspers / Het Sporthuis.

Tak, E.C.P.M., P. de Vreede en M. Hopman-Rock (2008). *Expert survey on Physical Activity Programmes and Physical Activity Promotion Strategies for Older People. National Report-The Netherlands*. Leiden: TNO.

Veldhoven, N.H.M.J. van en K. Smink (2009). *Rapportage Ledentallen NOC*NSF 2008*. Arnhem: NOC*NSF.

Vermeulen, J., P. Verweel en E. van Veen (2010). *De Richard Krajicek Foundation maakt het verschil in de buurt*. Den Haag: Richard Krajicek Foundation.

Vreede, P. de, M. Jans, T. Jongert en M. Hopman-Rock (2007). *Ouderen in Beweging! in Hillesluis*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

Bijlage bij hoofdstuk 10, te vinden op www.scp.nl/publicaties bij Rapportage sport 2010

B10.1 Rangorde sportbonden naar aflopende grootte en absoluut aantal leden, 1996-2008

Rapportage Sport 2010_4.indd 188 25-11-2010 13:01:13

11 Doe-het-zelf in de sport: informele groepen in de sportloopbaan

Esther van den Berg en Annet Tiessen-Raaphorst (SCP)

11.1 Informalisering van de sport

Hoewel steeds meer Nederlanders de laatste decennia frequent zijn gaan sporten, hebben sportverenigingen daar niet van geprofiteerd (Kamphuis en Van den Dool 2008). Maar een doemscenario – zoals de mogelijke teloorgang van gemeenschapszin of verlies van sociale samenhang – is voorbarig. Verenigingen hebben niet het patent op het doen ontstaan van min of meer duurzame verbintenissen. Ook binnen de muren van sportscholen is sprake van sociale interactie en gaan mensen verbanden met elkaar aan (Crossley 2008), al lijken die vaak wat vluchtig en oppervlakkig (Elling en Ferez 2007: 91-92). Uit onderzoek naar zelfgeorganiseerde verbanden in het hardlopen (Van Bottenburg en Hover 2009), het wielrennen (O'Connor en Brown 2007), maar ook buiten de sport (Dekker en De Hart, nog te verschijnen, Van den Berg 2010), weten we dat dit genre verbintenissen in uiteenlopende levenssferen voorkomt en van grote sociale betekenis kan zijn voor de deelnemers. Over de verbreiding van zelfgeorganiseerde groepen in de sport is slechts summiere informatie bekend. Ruim een derde van de sporters (35%) is actief in een zelfgeorganiseerde groep, samen met vrienden, familie of kennissen. Sporten in een zelfgeorganiseerde groep komt daarmee vaker voor dan sporten via het commerciële aanbod (32%), maar minder vaak dan alleen sporten (45%) of als lid van een sportvereniging (54%). Het blijkt echter dat veel sporten in een zelfgeorganiseerde groep slechts incidenteel gedaan worden, bijvoorbeeld in het kader van een (personeels)uitje, verjaardag of tijdens vakantie (Van den Berg en Tiessen-Raaphorst 2010). Onze interesse gaat echter uit naar groepen die vaker dan eenmalig met elkaar sporten. Daarom hebben we het begrip strakker afgebakend en herbenoemd tot 'informele groepen'.
Informele sportgroepen:

- bestaan uit minstens drie personen die met een zekere regelmaat samen sporten;
- zijn door de deelnemers zelf georganiseerd en maken geen onderdeel uit van een vereniging of anders georganiseerd verband;
- kunnen wel een vereniging of ander verband als oorsprong hebben; de leden kunnen elkaar kennen van een vereniging, maar ze functioneren als een autonome afsplitsing;
- komen regelmatig bij elkaar; eenmalige activiteiten, zoals een sportief uitje met familie, vrienden of collega's, vallen buiten het begrip.

Rapportage Sport 2010_4.indd 189 25-11-2010 13:01:13

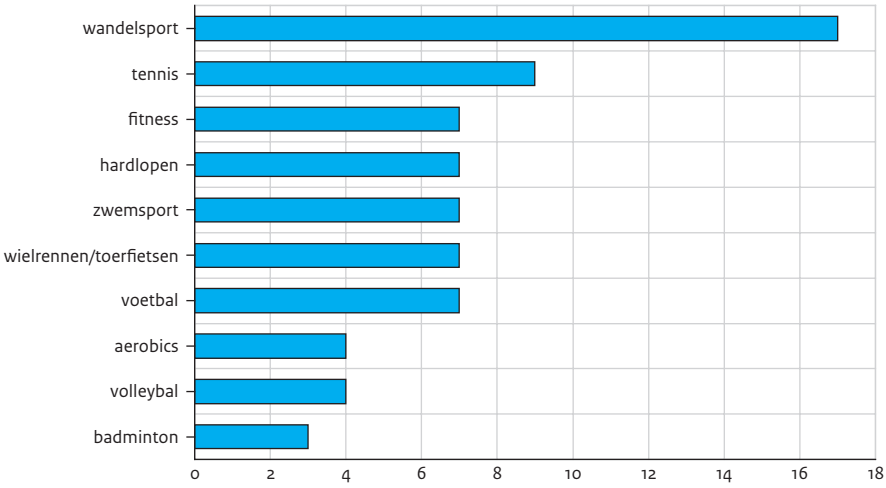
Omdat we zo weinig weten over informele groepen hebben we er verkennend onderzoek naar gedaan. Dit hoofdstuk brengt nieuwe gegevens over de deelnemers aan informele groepen (§ 11.2), de motieven om in een informele groep te sporten en de sociale betekenis van de groepen (§ 11.3) en de beoefening van bepaalde takken van sport en andere organisatorische sportverbanden (§ 11.4). We kijken tevens naar variaties naar leeftijd of levensfase.
We doen dat met kwantitatieve en kwalitatieve gegevens. De kwantitatieve gegevens zijn verkregen via een internetvragenlijst over informele groepen in de sport (IGS'10). Door de selectie van de respondenten zijn de uitkomsten niet te generaliseren naar de Nederlandse bevolking. Voor het kwalitatieve deel zijn veertien respondenten uit het panel geselecteerd voor een gestructureerd face-to-face-interview (zie ook Van den Berg en Tiessen-Raaphorst, nog te verschijnen).

11.2 Kenmerken van informele sportgroepen

Beoefende sporten

Bijna een derde van de sporten in informele groepen beoefent men op de openbare weg, zoals wandelsport (17%), hardlopen en wielrennen/toerfietsen (beide 7%, zie figuur 11.1).

Figuur 11.1
Top tien van in informele groepen beoefende sporten (in procenten)



Bron: SCP (IGS'10)

Deze sporten lenen zich vanwege de laagdrempeligheid goed voor beoefening in een informele groep: je hebt geen accommodatie nodig die je op een bepaald tijdstip moet huren. Hoewel het in beginsel individuele sporten zijn, kiezen mensen er toch voor om ze samen met anderen te doen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 190 25-11-2010 13:01:13

Ook de team- en duosporten worden regelmatig genoemd. Tennis (9%), voetbal (7%), volleybal (4%) en badminton (3%) nemen gezamenlijk ongeveer een kwart van de onderzochte groepen voor hun rekening. Team- en duosporten vereisen vaker een bepaald aantal deelnemers en een accommodatie. Hoewel daar via een sportvereniging makkelijk aan te komen is, nemen toch heel wat mensen de moeite deze voorwaarden zelf te organiseren. Deze aspecten gelden ook voor fitness (7%), aerobics (4%) en zwemmen (7%).

Omvang en duurzaamheid

De informele sportgroepen bestaan gemiddeld acht jaar en hebben gemiddeld acht deelnemers (tabel 11.1). Opvallend is dat de groepen vaak samenkomen: 80% van de groepen minstens één keer per week. Gemiddeld maken de respondenten al zes jaar deel uit van de groep. Hierdoor rijst het beeld van informele sportgroepen als kleinschalige, duurzame groepen. Enkele groepen bestaan al meerdere decennia. Een van de respondenten in het kwalitatieve onderzoek vertelt over de ontstaansgeschiedenis van zijn hardloopgroep:

> *[De loopgroep] bestond al toen ik erbij kwam. De jongens waren buurjongens. Ze hebben jarenlang met elkaar in het voetbalelftal gezeten en daarna gingen ze fietsen. Ze hebben fietswedstrijden gedaan rondom het IJsselmeer, altijd iets sportiefs. [...] Ze zijn in 1970 begonnen, dat is bijna 40 jaar geleden.* (man, 52, hardlopen)

Tabel 11.1

Bestaansduur, grootte en frequentie van samenkomen van de groep en duur deelname respondent naar soort sport, 2010 (in gemiddelden en procenten)

	bestaansduur groep (jaar)	grootte groep (aantal deelnemers)	1 keer per week of vaker (%)	lidmaatschapsduur respondent (jaar)
team/duosport[a]	11	9	83	8
denk/miksport[b]	9	13	79	5
wegsporten[c]	6	7	73	4
fitheid/lenigheid[d]	7	12	94	4
zwemmen	8	9	95	6
overig[e]	10	12	57	7
totaal	8	9	80	6

a Badminton, basketbal, handbal, hockey, honkbal, korfbal, squash, tafeltennis, tennis, vecht- en verdedigingssporten, voetbal, volleybal.
b Biljart, bowling, bridge, dammen, darts, golf, jeu de boules, midgetgolf, schaken, schietsport.
c Hardlopen, fietsen, wandelen, skeeleren.
d Aerobics, danssport, fitness, gymnastiek, yoga.
e Duiksport, kano, (berg)klimsport, motorsport, paardensport, roeien, schaatsen, skiën, zeilen.

Bron: SCP (IGS'10)

Rapportage Sport 2010_4.indd 191 25-11-2010 13:01:13

Ontstaan

De vriendenkring (51%) vormt een belangrijk recruteringscircuit voor de informele sportgroep, gevolgd door de officiële sportaanbieders (31%), vooral voor team- en duosporten (tabel 11.2). Ook kennen deelnemers elkaar uit de buurt, van school of van werk. Sporadisch worden leden geworven via open kanalen zoals een advertentie. Kortom, informele groepen vormen geen open circuit, maar eerder een ons-kent-ons- of via-via-circuit, waarin overigens wel verschillende sociale sferen samenkomen (Van den Berg en Tiessen-Raaphorst, nog te verschijnen).

Tabel 11.2

Ontstaan van de informele groep, respondenten van 17 jaar en ouder, 2010 (in procenten)

	officiële sportaanbieders	vriendenkring	uit de buurt	school, studie of werk	anders
team/duosport	48	52	23	21	2
denk/miksport	34	48	24	6	6
wegsporten	17	55	30	20	10
fitheid/lenigheid	28	41	26	17	8
zwemmen	14	54	27	14	7
overig	46	48	13	22	10
totaal	31	51	25	19	12

Bron: SCP (IGS'10)

Organisatie

58% van de groepen maakt gebruik van een accommodatie en een overgrote meerderheid van die groepen (82%) betaalt hier ook voor. Een deel profiteert van het lidmaatschap van een vereniging en kan met de informele groep zonder extra kosten terecht in de accommodatie van de vereniging (tennis, zwemmen).
Ongeveer een derde van de groepen heeft een trainer of coach en 65% betaalt hen een onkostenvergoeding of salaris. Dit komt het meest voor bij groepjes die aan fitness, aerobics, gymnastiek of dans doen. Je kunt je afvragen of het dan nog gaat om een zelfstandige informele groep of om een groep binnen de structuur van een formele sportaanbieder.
Groepen zonder trainer of coach hebben vaak wel leden die vanwege hun grotere vaardigheid aanwijzingen geven of een trainingsprogramma bedenken (fitness, zwemmen, basketbal). Sommige groepen hebben een duidelijke trekker of initiatiefnemer (voetbal, tennis, darts, wandelen), maar in alle groepen komt men in onderling overleg tot afspraken (zie ook Van den Berg en Tiessen-Raaphorst, nog te verschijnen).

Rapportage Sport 2010_4.indd 192 25-11-2010 13:01:13

11.3 Deelnemers, motieven en betekenissen van sporten in informele sportgroepen

Wie zijn de deelnemers aan informele sportgroepen en waarom sporten ze in dit verband? En zijn er verschillen naar leeftijd en levensfase? In alle leeftijdsgroepen worden team- of duosporten en wegsporten het meest beoefend (tabel 11.3). Wegsporten zijn bij de jongste leeftijdsgroepen vaak hardlopen en fietsen, maar met de jaren wordt hardlopen vervangen door wandelen. De jongere respondenten spelen als team- of duosport vaak voetbal en tennis; bij de ouderen blijft tennis populair, gevolgd door volleybal. Ook denk- en miksporten worden vaker door oudere respondenten beoefend in informele groepen, zoals biljart, bridge, jeu de boules of koersbal. Dit zal deels samenhangen met fysieke beperkingen die zich op oudere leeftijd voordoen.

> *Je kunt als oudere niet alle sporten doen natuurlijk. Of ze gaan bridgen of kaarten. Jeu de boulen is dus beweging en [...] koersbal, dat is ook veel beweging. Buiten dus dat er gezelligheid is.* (man, 71, koersbal)

Voor jongeren is darts een populaire miksport.

Tabel 11.3

Beoefende takken van sport naar leeftijd, respondenten van 17 jaar en ouder, 2010 (in procenten)

	team/ duosport	denk/ miksport	wegsporten	fit/kracht/ lenigheid	zwemsport	overig
jonger dan 24 jaar[a]	36	1	27	17	5	13
25-34 jaar	32	1	29	12	11	14
35-44 jaar	26	9	34	18	5	8
45-54 jaar	25	8	40	13	7	7
55-64 jaar	26	11	36	17	6	4
65 jaar en ouder	30	15	28	13	9	5

a De groepen van 24 jaar of jonger en 65 jaar en ouder zijn wegens te kleine aantallen niet uitgesplitst.

Bron: SCP (IGS'10)

Waarom sporten in een informele groep?

In literatuur over de civil society wordt de keuze van burgers voor informele groepen in verband gebracht met een hang naar flexibiliteit, vrijheid en veel individuele zeggenschap (Duyvendak en Hurenkamp 2004). Dit zou betekenen dat men kiest voor een informele groep, omdat men graag wil sporten op een zelfgekozen tijdstip en plaats en met zelfgekozen medesporters. Dit in tegenstelling tot de meer formele, gereguleerde omstandigheden in de georganiseerde (verenigings)sport. Klopt deze redenering? Ons materiaal geeft een gedeeltelijke bevestiging. Het belangrijkste motief van de respondenten voor deelname aan informele groepen is sporten samen met anderen (60%, figuur 11.2). De groep blijkt dan ook een belangrijke stimulans om mee te doen (52%), evenals het feit dat andere deelnemers vrienden zijn (51%). Kortom, de centrale

Rapportage Sport 2010_4.indd 193 25-11-2010 13:01:13

motivatie lijkt te zijn: samen met vrienden kunnen sporten. Organisatorische factoren, zoals zelf het tijdstip kiezen (45%), de lage kosten (30%) en de kleine tijdsinvestering (21%), wegen – tegen de verwachtingen in – minder zwaar.

Een minderheid kiest voor informele groepen om hun prestaties te verbeteren. 36% van de respondenten geeft aan dit heel belangrijk te vinden. Zij zijn ook vaker lid van een sportvereniging dan andere respondenten.

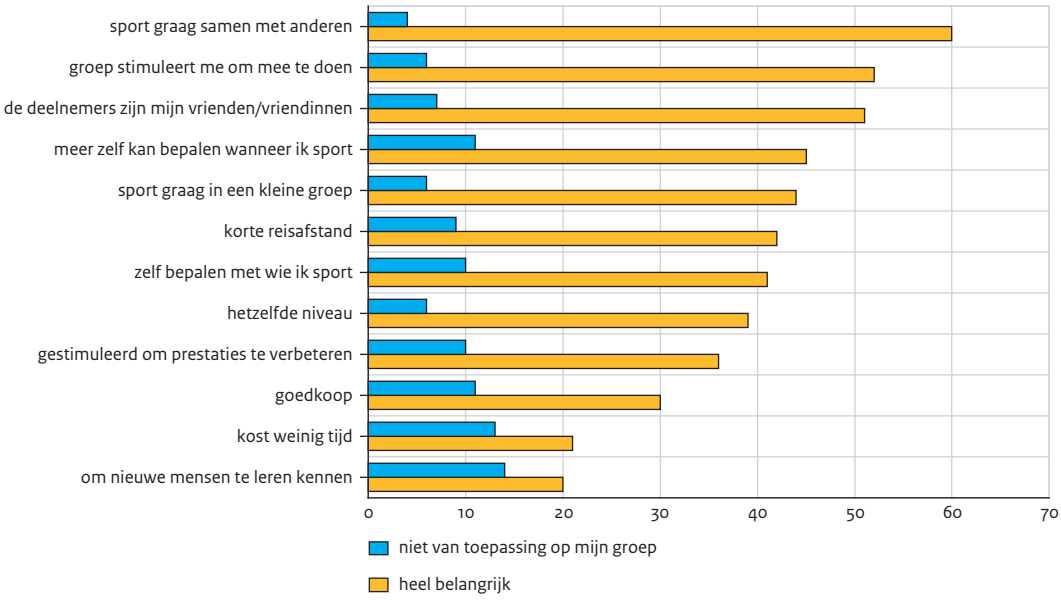
Voor mij is het echt het in vorm willen zijn en presteren, willen winnen. Dat is voor mij de reden dat ik extra train met die groep. (vrouw, 24, zwemmen)

Voor andere geïnterviewden is de sportieve inspanning wel de aanleiding om aan de informele groep deel te nemen maar speelt competitie- en prestatiedrang een veel bescheidener rol:

Het doel is gewoon om één keer in de twee weken te sporten. [...] Omdat onze voornaamste motivatie, denk ik, is dat we het gewoon leuk vinden. We zijn eigenlijk helemaal niet bezig met hogerop gaan en toernooien en zulke dingen. (vrouw, 19, basketbal)

Groepen die ook aan sportevenementen meedoen, geven wel vaker aan dat ze het verbeteren van prestaties belangrijk vinden (43%).

Figuur 11.2
Motieven om sport in informele groep te beoefenen, 2010 (in procenten)



Bron: SCP (IGS'10)

Rapportage Sport 2010_4.indd 194 25-11-2010 13:01:13

Een differentiatie naar leeftijd geeft verschillen in motieven weer. Respondenten van 24 jaar of jonger vinden sporten met anderen belangrijk, vooral met vrienden en vriendinnen (70%, tabel 11.4). De groep vormt voor hen ook juist een stimulans om te sporten (54%). 65-plussers willen ook graag met anderen sporten en zien de informele groep blijkbaar als een geschikt verband (63%). Daarnaast is het voor hen, evenals voor 45-64-jarigen van belang dat de groep hetzelfde niveau heeft, dat de sport dicht bij huis te beoefenen is en dat de groep klein is. Een aantal 65-plussers gaf expliciet aan dat zij sporten uit lijfsbehoud. Anderen sporten vanwege de sociale contacten en het plezier. De zelfgeorganiseerde entourage krijgt soms de voorkeur omdat men het idee heeft dat verenigingen veel meer op prestaties gericht zijn dan hen lief is. Onder de 65-plussers zijn ook mensen die nu pas aan sport gaan doen, omdat ze fit willen blijven. Mogelijk speelt hier de tijdsgeest een rol, zoals we ook in hoofdstuk 3 zagen: het belang van sport en bewegen om gezond te blijven is ook doorgedrongen tot ouderen die eerder in hun leven geen belangstelling of tijd hadden om te sporten.
De leeftijdsgroepen tussen 25 en 44 jaar zijn wel meer op prestaties gericht. Ook wegen organisatorische aspecten bij hen zwaarder: lage kosten en een beperkte tijdsinvestering. Mensen die een gezin hebben waarin het jongste kind 5 jaar of jonger is, vinden de eigen keuze voor het moment van sporten en de geringe tijdsinvestering belangrijker dan andere respondenten (niet in tabel). Hier lijkt duidelijk een verband te liggen met hun levensfase (zie hoofdstuk 2).

Tabel 11.4

Motieven om in informeel verband te sporten naar leeftijd, respondenten, 2010 (in procenten 'heel belangrijk')

	jonger dan 24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar	65 jaar en ouder
sport graag samen met anderen	70	61	60	54	56	63
groep stimuleert me om mee te doen	54	60	50	50	50	50
de deelnemers zijn mijn vrienden/ vriendinnen	57	60	46	51	54	40
meer zelf bepalen wanneer ik sport	40	43	43	50	48	42
sport graag in een kleine groep	36	33	38	47	47	61
korte reisafstand	29	33	40	45	52	45
zelf bepalen met wie ik sport	37	44	38	45	39	39
hetzelfde niveau	40	33	33	38	47	46
gestimuleerd om prestaties te verbeteren	41	48	37	36	33	25
goedkoop	18	33	34	32	30	24
kost weinig tijd	11	25	26	25	21	17
om nieuwe mensen te leren kennen	18	18	25	18	22	21

Bron: SCP (IGS'10)

Rapportage Sport 2010_4.indd 195 25-11-2010 13:01:13

Motieven

'Bij een informele groep zijn het allemaal mensen waar je wat mee hebt, waar je een band mee hebt en dat maakt het wel een stuk leuker.' (vrouw, 40, wandelen)

'Ik vind het [een informele groep] wel ideaal. Je kunt zelf bepalen wanneer je gaat zwemmen, wat je zwemt, hoe lang je zwemt. Er is gewoon wat meer vrijheid.' (vrouw, 24, zwemmen)

'[...] ik ben niet meer zo'n mens dat zich aan regeltjes wil houden. Het feit dat alles geregeld is, dat je om 11 uur (ik noem maar een dwarsstraat) naar een training moet, dat vind ik niks. Ik wil gaan op het moment dat ik zin heb. Dat is toevallig altijd half 10. Maar op de sportschool zullen ze om half 10 niet die club hebben die ik nodig heb.' (man, 62, fitness)

'Ik werk op onregelmatige tijden. Het is heel moeilijk om dan een sport te vinden. Ik kan wel een dag in de week als wens opgeven, dat ik die dag vast vrij ben, maar de tweede dag, de wedstrijddag bij voetbal of volleybal of hockey dat is dan gewoon een probleem. [...] Het tweede argument is: de financiën. Ik vind het sporten vrij duur en dit is een prima optie.' (man, 28, volleybal)

'Het zijn de sociale contacten met het spelelement.' (man, 71, koersbal)

'Wandelen in een informele groep heeft weer als voordeel dat je zeggenschap hebt over tijdstip en route. Kijk, wij kunnen nog kiezen of we zaterdag of zondag afspreken. Zo'n wandelclub zegt: "We gaan alleen op zaterdag." En dan wordt er gezegd: "We gaan een rondje daar lopen." Terwijl je denkt: het is nu juist mooi richting Keukenhof. Je wilt toch wat meer vrijheid.' (vrouw, 40, wandelen)

Veranderingen in de sportloopbaan en spitsuur in de levensloop

In hoofdstuk 3 zagen we dat mensen met jonge kinderen minder aan sport doen. Als de kinderen groter worden, gaan de ouders wel weer sporten, maar niet meer zo vaak als lid van een sportvereniging (hoofdstuk 10). Van Ingen en Dekker (2010) vonden dat tijdsproblemen en de combinatie van werk en huishouden een stempel drukken op de sociale context van recreatieve activiteiten. Mensen die tijdsdruk ervaren en mensen die huishouden en werk combineren, kiezen vaker voor individuele en informele activiteiten. De tijdschaarste die voortvloeit uit het werkende leven en het gezinsleven worden het meest frequent genoemd als aanleiding voor een verandering in de sportloopbaan (vgl. Elling 2007). Juist de informele groep biedt veel mensen de mogelijkheid de sport te blijven doen die ze voor de start van hun werkzame leven of gezinsleven deden. Maar ook lichte betrokkenheid bij het verenigingsleven blijft voor hen mogelijk, blijkt uit het kwalitatieve onderzoek.

De geïnterviewde respondenten met kinderen jonger dan 5 jaar geven aan dat deze levensfase en de beperkte beschikbare tijd belangrijke redenen zijn voor de keuze van de sporttak en voor het verband waarin de sport wordt beoefend. Een van de respondenten wandelt in informeel verband en doet een avond in de week aan volleybal in een vereniging.

Rapportage Sport 2010_4.indd 196 25-11-2010 13:01:13

Nee, ik ben pas gaan volleyballen nadat mijn zoon is geboren. Daarvoor voetbalde ik en dat ging gewoon niet meer. [...] Ja, ik moest twee keer trainen en zondags voetballen. Ik heb dat nog wel opgepikt, maar dat ging gewoon echt niet meer. Dat was echt zo'n geplan en gepuzzel met tijd. (vrouw, 40, wandelen)

Wandelen in een informele groep is echter wel een constante gebleven in al die jaren.

Ja, want toen mijn zoon net geboren was, hebben we juist heel veel gewandeld. Het is heel gemakkelijk met zo'n kleine baby, je kan hem overal mee naar toe nemen. (vrouw, 40, wandelen)

Een andere vrouw vertelt:

Het is wel zo: ik heb eigenlijk altijd twee sporten gedaan. [...] En toen ging ik samenwonen en was het even allemaal wat drukker, dus toen ben ik met één sport, alleen met tennis, verder gegaan. En toen de kinderen kwamen en heel klein waren, was het even iets minder. Toen ging ik meestal een keer in de week tennissen en vanaf zo'n vijf jaar geleden, krijg je toch weer wat meer tijd als ze wat groter worden, ben ik weer wat meer gaan tennissen. (vrouw, 40, tennis)

Tijdgebrek speelt ook mannen parten:

Ik ben nog op zoek naar iets anders. Maar tijd is ook een belangrijke factor. Ik heb een kind en mijn partner wil ook sportactiviteiten doen. Als ik meer tijd zou hebben zou ik zeker nog in meer liefst informele groepen meedoen. (man, 32, voetbal)

De combinatie van werk en jonge kinderen is natuurlijk niet voor iedere respondent een belemmering voor een druk sportief (verenigings-)leven, al speelt de veranderde taakverdeling tussen man en vrouw ook een rol. Een van de geïnterviewden combineerde vele activiteiten:

[...] Ik heb mijn kinderen niet op zien groeien. Dat zeg ik gewoon heel eerlijk. [...] Met tafeltennis zat ik overal in. Ik zat in het afdelingsbestuur, in een clubblad hier, een dingetje daar. Ik zat in het bestuur van de tafeltennisvereniging. Ik gaf trainingen. Ik ging bij wijze van spreken op zaterdagochtend om acht uur de deur uit en dan kwam ik als het meezat zaterdagavond om negen uur terug. Als het heel gezellig was ging je nog wel eens door, een biertje drinken, en dan werd het twaalf uur. Dus ik zag mijn vrouw amper. (man, 62, fitness)

Ook als mensen meer tijd krijgen doordat de kinderen groter zijn geworden of vanwege pensionering, blijkt een informele groep aantrekkelijk. Sommige oudere respondenten leggen uit graag sportief te willen blijven, maar wel op een niveau en manier die bij hun levensritme passen:

Ik denk dat dit echt iets is van deze tijd, van deze levensfase. Je hebt allemaal meer tijd en je neemt er meer tijd voor. Vooral omdat je dan natuurlijk sportief wat actief wilt zijn. [...] Je hebt aan één kant meer vrije tijd, maar je gaat ook vaker weg met vakantie. [...] Je kunt meedoen wanneer je wilt. (vrouw, 71, wandelen)

Rapportage Sport 2010_4.indd 197 25-11-2010 13:01:13

Er zijn ook mensen die hun sportbeoefening naar een hoger plan tillen na pensionering en het lidmaatschap van een vereniging gaan combineren met informele groepen, zoals de 75-jarige man die gemiddeld vier maal per week op de tennisbaan staat, afwisselend met mensen van de tennisclub en zelfgeorganiseerde tennisgroepen.

Respondenten noemen ook andere aanleidingen voor een verandering in de sportloopbaan dan het 'spitsuur' in de levensloop of het werkzame leven. Jongere sporters noemen uitgaan, daten, uit huis gaan en gaan studeren. Andere genoemde veranderingen in de sportloopbaan waren blessures, gezondheidsklachten en meer toevallige gebeurtenissen en ontmoetingen. Een voorbeeld is de vrouw die startte met golf in een informele groep in de periode dat zij haar werk afbouwde. Op de vraag of er verband was tussen die twee zaken zegt ze:

> *Nee. Totaal niet. Het had er mee te maken dat ik twee van mijn hoedenmeisjes [leden van de Red Hat Society] hoorde praten over 'wij gaan golfles nemen, waar zullen we dat nou doen', en toen zei ik 'oh, dat wil ik al heel lang'.* (vrouw, 64, golf)

De sociale betekenis van informele sportgroepen

Etnografisch onderzoek onder Australische wielrenners die buiten de context van wielerverenigingen gezamenlijk trainen op de openbare weg liet zien dat 'de groep' een essentieel ingrediënt is van hun motivatie. De auteurs tekenen op dat voor enkele respondenten de fietsengroepen hun sociale netwerk vormen of 'als een familie' zijn (O'Connor en Brown 2007: 92).

Ons verkennende onderzoek bevestigt dit beeld. De sociale betekenis die de respondenten hechten aan de groep is over het algemeen groot: ongeveer de helft van de deelnemers zegt dat de andere leden hun vrienden zijn (zie tabel 11.4).

Daarnaast blijkt dat informele groepen een bredere betekenis hebben voor de deelnemers dan alleen de activiteit waarvoor ze zijn opgericht. In ruim een kwart (27%, tabel 11.5) van de groepen treffen leden elkaar regelmatig om samen uit eten te gaan of elkaar thuis te bezoeken. Daarnaast bieden de leden van informele groepen elkaar emotionele ondersteuning (26%) of wordt gesproken over maatschappelijke en politieke onderwerpen (24%). Een iets geringer aandeel van de groepen geeft onderlinge praktische hulp zoals bij verhuizing of andere klussen rond het huis (19%). 7% van de respondenten biedt,vanuit de informele groep, regelmatig hulp aan derden.

De animo voor de extra sociale activiteiten varieert per leeftijdsgroep. Jongeren zoeken elkaar vaker op voor het plezier van uitgaan of feestjes. Ook geven ze elkaar naar verhouding vaker praktische hulp. Ouderen geven elkaar vaker emotionele steun of ze praten over maatschappelijke of politieke onderwerpen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 198 25-11-2010 13:01:13

Tabel 11.5
Andere gezamenlijke activiteiten naast het sporten in de informele groep (in procenten 'regelmatig')

	totaal	jonger dan 24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar	65 jaar en ouder
uitgaan, visites, feestjes	27	45	36	22	22	30	15
elkaar emotionele steun geven	26	33	23	17	30	30	25
praten over maatschappelijke of politieke onderwerpen	24	14	25	15	31	28	26
elkaar praktische hulp geven	19	23	26	13	22	16	15
hulp bieden/vrijwilligerswerk	7	13	8	5	8	4	5

Bron: SCP (IGS'10)

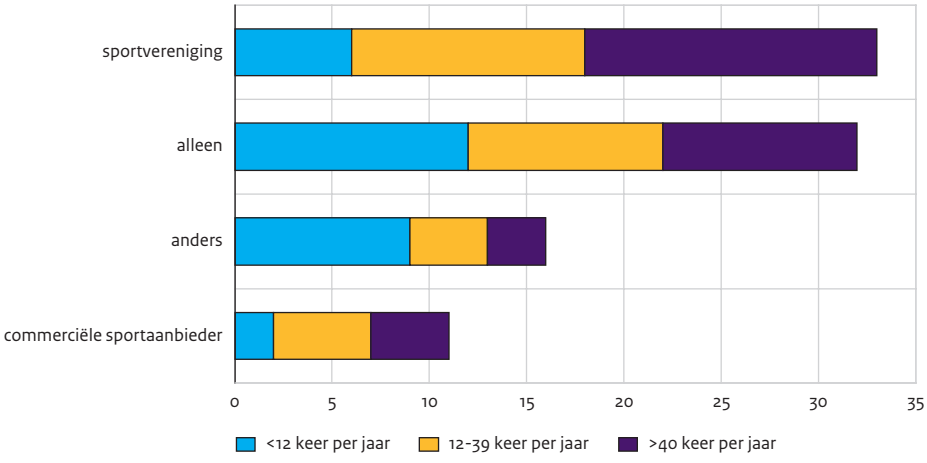
11.4 Informele groepen en andere sportverbanden

Veel respondenten kiezen voor hun sportbeoefening niet voor één verband maar voor meerdere (hoofdstuk 10). Ook als het gaat om een en dezelfde sport. De respondenten uit ons onderzoek blijken hun sport naast het informele groepje ook vaak in de sportvereniging (33%) of alleen (31%) te beoefenen. Mensen die in een informeel groepje aan team/duosporten of aan denk/miksporten doen, zijn vaker actief in de sportvereniging dan mensen in andere takken van sport. Wegsporten en zwemmen worden vaak ook alleen beoefend. Mensen die ook in een sportvereniging actief zijn, sporten daar wel frequenter dan mensen die alleen sporten. Combinatie van de informele groep met beoefening op een andere manier (vakantie, uitje, etc., 17%) of bij een commerciële aanbieder (11%) komt minder vaak voor.

Wanneer we dit 'dubbellidmaatschap' naar leeftijdscategorieën splitsen, blijken vooral jongeren onder de 24 jaar en 65-plussers ook in verenigingsverband te sporten (tabel 11.6). Alleen sporten, naast de informele groep, is vooral populair bij 35-54-jarige respondenten (vgl. hoofdstuk 10).

Rapportage Sport 2010_4.indd 199 25-11-2010 13:01:13

Figuur 11.3
Combinatie van informele groep met andere verbanden voor dezelfde sport, naar frequentie van sportbeoefening, 2010 (in procenten)



Bron: SCP (IGS'10)

Tabel 11.6
Andere verbanden waarin dezelfde sport is beoefend als in de informele groep naar leeftijd, 2010 (in procenten)

	jonger dan 24 jaar	25-34 jaar	35-44 jaar	45-54 jaar	55-64 jaar	65 jaar en ouder
sportvereniging	40	30	30	32	31	37
commerciële aanbieder	15	7	10	9	15	10
alleen	25	32	38	39	31	23
anders	14	15	14	20	21	13

Bron: SCP (IGS'10)

De informele groep versus de vereniging?

De veronderstelling in ons onderzoek was dat de sociale betekenis voor deelnemers aan informele groepen mogelijk niet onderdoet voor die voor leden van verenigingen. Van Bottenburg en Hover (2009) schreven dat hardlopen in verenigingsverband niet automatisch de hechte, duurzame tegenhanger is van informele loopgroepen. Zij vonden deelnemers aan loopgroepjes binnen een vereniging zonder hechte relaties en voorbeelden van autonome loopgroepjes met sterke sociale banden. De bevindingen van ons kwalitatieve onderzoek wijzen in dezelfde richting. Een respondent die het lidmaatschap van een vereniging combineert met wandelen in een informele groep noemt het verschil in betrokkenheid:

Rapportage Sport 2010_4.indd 200 25-11-2010 13:01:13

Bij een formele groep, dat merk je bij volleybal ook, dat zijn alleen mensen die ik van het volleybal ken en ik kom ze voor de rest nergens tegen, alleen in de sporthal. Je kent elkaar eigenlijk niet. Dus een keertje niet gaan is veel makkelijker [...]. Terwijl je bij de informele groep er alles voor doet om te zorgen dat je er gewoon bent. (vrouw, 40, wandelen)

Als we alle interviews overzien ontstaat een gedifferentieerd beeld van de verhouding van de respondenten met het verenigingsleven. Veel respondenten combineren het lidmaatschap van een vereniging met deelname aan een informele groep en zien winst in die combinatie.

[...] Ik wil kunnen tennissen op het moment dat ik dat wil. Ideaal is dan dat je naar de baan kunt gaan en er mensen zitten die willen spelen, maar dat ik in ieder geval via die club zoveel contacten heb dat ik vraag om vanavond, vanmiddag of morgen te spelen. [...] ik wil in principe elke dag een afspraak kunnen maken. (man, 75, tennis)

[...] Ik vind het eigenlijk allebei leuk: dus de combinatie met de competitiegroep, het fanatieke, en daarnaast inderdaad met die informele groep, wat heel gezellig is. (vrouw, 40, tennis)

Ja, voor volleybal vind ik het verenigingsverband wel aantrekkelijk, omdat je twaalf mensen nodig hebt. Dat is best veel, ik plus elf anderen. Je hebt een net nodig, een veld. En dat is best lastig te organiseren. Bij wandelen heb ik alleen mezelf nodig en dan kan ik al gaan wandelen. (vrouw, 40, wandelen)

Anderen spreken duidelijk de voorkeur uit voor een informele groep boven het lidmaatschap van een vereniging, maar sluiten het lidmaatschap van een vereniging in de toekomst niet uit:

Ten eerste om het geld; omdat bij een vereniging sporten erg duur is. Ik heb er wel aan gedacht om te basketballen bij een vereniging omdat ik het een ontzettend leuke sport vind. En verder moet je dan vaker trainen: een tot twee keer per week.[...]. Dan zit je ook nog eens gebonden aan wedstrijden, wat ik wel erg leuk vind maar wat het dus nog drukker maakt. Ik heb gewoon niet de tijd die daarvoor nodig is. [Een vereniging] is wel een optie. Zeker. Maar ik vind een informele groep ook heel erg leuk. [...] Misschien wel allebei. Bij een vereniging leer je gewoon meer en word je echt getraind. Dat lijkt me ook wel heel erg leuk. Informeel is toch wat meer voor het sociale, denk ik. (vrouw, 19, basketbal)

Ik denk ook omdat ik mezelf daar om de een of andere reden niet goed genoeg voor vind. Misschien omdat je dan altijd op bepaalde tijdstippen moet. Ik heb er nooit aan gedacht om lid te worden. [...] Ik denk wel eens, bij een vereniging krijg je wat meer techniek en je leert met intervallen, maar dat is er nooit van gekomen. (man, 52, hardlopen)

Een enkeling heeft verenigingen de rug toegekeerd:

Ik wil helemaal niet meer in een vereniging waar ik de kans loop dat ik vanwege mijn bestuurlijke ervaringen uit het verleden weer word benaderd met de vraag of ik alsjeblieft in het bestuur wil komen omdat ze het zo moeilijk hebben. [...] Ik ken mezelf. Dan zeg ik misschien wel ja. En ik heb er helemaal geen zin meer in. [...] Ik heb al zo veel gedaan in zo veel verenigingen. [...] Ik heb aan sommige verenigingen heel goede herinneringen. Maar van sommige denk ik: het is zo amateuristisch, zo zwak. Je ziet gewoon dat mensen die thuis of in

Rapportage Sport 2010_4.indd 201 25-11-2010 13:01:13

hun werk niks te vertellen hebben denken in een vereniging wat te vertellen te hebben.
(man, 62, fitness)

11.5 Een leven lang sporten: wat is het belang van informele sportgroepen?

Behalve bij jongeren in de schoolleeftijd spelen informele sportgroepen een rol in alle levensfasen en stadia in de sportloopbaan. Wel hebben de respondenten uit ons onderzoek allemaal hun eigen redenen om in een informele groep te sporten, zoals hun eigen sportbeleving en ambities, maar ook aspecten die samenhangen met leeftijd en levensfase.
Aan het begin van de sportloopbaan spelen informele sportgroepen een geringe rol. De meeste kinderen sporten in de club of spelen buiten op straat. In de kindertijd en de middelbareschooltijd zijn de regelmaat, de expertise (trainers, coaches) en het sociale circuit van het verenigingsverband belangrijk. Jonge sporters ontwikkelen zich vooral in de vereniging en doen daar vriendschappen op die ze soms de rest van hun leven bijhouden (zie hoofdstuk 3 en 6). Bij de jongere volwassenen spelen prestaties en de sociale setting van de vereniging nog steeds een rol en worden informele groepen gebruikt om extra te trainen. De mensen die belemmeringen zien voor het verenigingslidmaatschap (te duur, te tijdrovend, te hoog niveau) gaan informeel sporten.

Het spitsuur van het leven (kleine kinderen verzorgen en werken) is een fase die informalisering in de hand werkt. Niettemin is de bevinding van Van Bottenburg en Hover (2009) dat het verenigingsleven niet automatisch kan worden gezien als de duurzame verplichtende tegenhanger van de informele groep, ook bevestigd in ons onderzoek. In 'het spitsuur' kiezen mensen ook voor het lidmaatschap van een vereniging omdat ze in die grote, meer formele en soms juist zakelijke setting meer vrijheid ervaren om de intensiteit en frequentie van hun deelname aan te passen aan hun levensritme.

De meerwaarde van de vereniging ligt voor een aantal respondenten in de beschikbaarheid van expertise, medesporters en accommodatie. In de latere levensfases zijn het de constante (prestatie)sporters die het lidmaatschap van informele groepen combineren met verenigingslidmaatschap. Enkele mensen hebben wel eens een blauwe maandag gesport, maar doen dat voor het eerst regelmatig als ze ouder zijn (60+) in een informele groep.

Door de toenemende zelfredzaamheid en hang naar doe-het-zelf-initiatieven (Van den Berg et al. 2009: 79) zullen informele groepen in de toekomst blijven bestaan, en zelfs kunnen groeien in populariteit. De vereniging is echter zeker niet uit beeld bij de informele sporter, zoals de vele dubbellidmaatschappen laten zien. Ook is het mogelijk dat vereniging en informeel circuit nog meer naar elkaar toe groeien. De Atletiekunie, die leden van loopgroepjes zonder verenigingsstructuur ook wil ondersteunen, is daar een voorbeeld van (hoofdstuk 10). Informele groepen en hun deelnemers komen vaak voort uit verenigingen, maken gebruik van dezelfde accommodatie en blijven zich voeden met de expertise en competitie in verenigingen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 202 25-11-2010 13:01:13

Informele groepen bieden voor velen een kans op levenslange deelname aan sport. Informele sporters willen met hun groep doorgaan tot het vanwege de leeftijd niet meer vol te houden is.

Voor zolang het duurt. Misschien gaan wij wel wandelen, als we niet meer kunnen hardlopen, of fietsen. (man, 52, hardlopen)

Tot ik er bij neerval in principe. Zo werkt dat dan. […] Als je lichamelijk en geestelijk goed blijft, kun je het lang doen. (man, 71, koersbal)

Literatuur

Berg, E. van den (2010). Kunstbeoefening in informele verbanden. Een verkennend onderzoek in Alphen aan den Rijn. In: A. van den Broek (red.), *Mogelijkheden tot kunstbeoefening in de vrije tijd* (p. 208-239). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Berg, E. van den en A. Tiessen-Raaphorst (nog te verschijnen). Samen spelen, samen delen: Informele groepen in de sport. In: E. van den Berg, J. de Hart en P. van Houwelingen (red.), *Informele groepen. Verkenningen van nieuwe bronnen van sociale cohesie*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Berg, E. van den, P. Dekker en J. de Hart (2009). Verenigingsleven en maatschappelijk middenveld. In: P. Schnabel, R. Bijl en J. de Hart (red.), *Sociale Cohesie. Sociaal en Cultureel Rapport 2008* (p. 65-90). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Bottenburg, M. van en P. Hover (2009). *Evenementenlopers in beeld. Onderzoek naar de succesfactoren van loopevenementen op grond van de motivatie, beleving en waardering van de deelnemers*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Crossley, N. (2008). (Net)working out: Social capital in a private health club. In: *British Journal of Sociology*, jg. 95, nr. 3, p. 475-500.

Dekker, P. en J. de Hart (nog te verschijnen). Informele groepen lokaal verkend. In: E. van den Berg, J. de Hart en P. van Houwelingen, *Informele groepen. Verkenningen van nieuwe bronnen van sociale cohesie*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Duyvendak, J.-W. en M. Hurenkamp (red.) (2004). *Kiezen voor de kudde. Lichte gemeenschappen en de nieuwe meerderheid*. Amsterdam: Van Gennip.

Elling, A. (2007). *Het voordeel van thuis spelen. Sociale betekenissen en in- en uitsluitingsprocessen in sportloopbanen*. 's-Hertogenbosch / Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut / Arko Sports Media.

Elling, A. en S. Ferez (2007). *Fitnesscentra als vluchtige gemeenschappen*. 's-Hertogenbosch / Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut / Arko Sports Media.

Ingen, E. van en P. Dekker (2010). Dissolution of associational life? Testing the Individualization and Informalization Hypotheses on Leisure Activities in the Netherlands between 1975 and 2005. In: *Social Indicators Research*, accepted 18 March 2010, DOI 1007/s11205-010-9612-9.

Kamphuis, C. en R. van den Dool (2008). Sportdeelname. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

O'Connor, J. en T. Brown (2007). Real cyclists don't race. Informal affiliations of the weekend warrior. In: *International review for the sociology of sport*, jg. 42, p. 83-97.

Rapportage Sport 2010_4.indd 203 25-11-2010 13:01:13

12 Ruimte en accommodaties voor sport

Remco Hoekman (W.J.H. Mulier Instituut), Frans Knol (SCP) en Hugo van der Poel (UvT/NHTV/W.J.H. Mulier Instituut)

12.1 Veranderingen in ruimte en accommodaties

Accommoderen betekent 'in orde brengen', 'opmaken' of 'aanpassen'. Sport vraagt, zeker als het een spel is of training daarvoor, om een aanpassing van de ruimte. Die aanpassing kan permanent zijn, zoals een overdekte ijsbaan, of tijdelijk, zoals een parcours of baan op een dichtgevroren meer. Sport accommoderen vergt planning, ruimte en veel geld. Ongeveer 77% van het totale overheidsbudget voor sport en 86% van het gemeentelijke sportbudget gaat naar accommodaties, de belangrijkste inzet van de overheid om sport te stimuleren.

Sport is intern sterk gedifferentieerd (Crum 1991, Steenbergen 2004) en bestaat uit veel verschillende activiteiten die elk hun eigen eisen stellen aan de omgeving. De behoefte aan ruimte en accommodaties voor sport en verwante activiteiten is afhankelijk van de groei of krimp van onderscheiden activiteiten (Van der Poel 2001). Zo veranderen sportvoorkeuren in de levensloop: kinderen noemen zwemmen als eerste sport, bij ouderen verschuift dat naar fietsen en wandelen. Veldvoetbal is bij jeugdigen een goede tweede, maar boven de 35 jaar staat het niet meer in de top vijf van favoriete sporten (hoofdstuk 3). In de levensloop verschuift dus de behoefte van officiële binnen- en buitensportaccommodaties (zwembaden resp. voetbalvelden) naar de openbare ruimte, die aangepast moet worden aan de behoeftes van fietsers, wandelaars en hardlopers.

Wanneer de bevolking gestimuleerd wordt om meer te gaan sporten heeft dit effect op het accommodatiebeleid. Daarbij zijn drie aspecten van belang: de bereikbaarheid, de kwantiteit en de kwaliteit van de accommodaties. Voor de bereikbaarheid geldt dat een goede spreiding van sportaccommodaties leidt tot vermindering van afstand tot en reistijd naar de accommodatie, waarmee deze belemmering voor de sportdeelname opgeheven wordt. In paragraaf 12.2 kijken we naar het belang van de levensfase in het overbruggen van de afstand tot de sportvoorziening en naar de gebruikte vervoermiddelen en de reistijd. De onderliggende vraag is of ergens in levensloop de reistijd een belemmerende factor vormt voor de sportdeelname.

Kwantiteit en kwaliteit van sportaccommodaties zijn moeilijk van elkaar te scheiden. Bij kwaliteit kan worden gedacht aan zaken zoals verlichting, luchtbehandeling, schoonmaak, uitstraling, toeschouwerscapaciteit, parkeergelegenheid en aanpassing aan de specifieke sport en het niveau van de sporters. In de praktijk zal bijvoorbeeld een gymnastiekvereniging vaak genoegen moeten nemen met een gymlokaal, hoewel men eigenlijk liever een echte turnhal had gehad. In kwantitatieve zin is er dan wel een afstemming tussen behoefte en aanbod (een gymlokaal), maar in kwalitatieve zin is die afstemming niet optimaal (Lucassen en Tiessen-Raaphorst 2006). In paragraaf 12.3 bekijken we hoe de behoefte aan typen sportvoorzieningen zich tegen 2016 en 2028 zal

Rapportage Sport 2010_4.indd 204 25-11-2010 13:01:13

ontwikkelen. Omdat het accommodatiebeleid zich vooral afspeelt op lokaal en regionaal niveau, splitsen we de prognoses uit naar regio, zodat zichtbaar wordt waar in de toekomst de behoefte aan bepaalde typen sportaccommodaties groeit of afneemt.

12.2 Vervoermiddel en reistijd voor sportbeoefening

Uit de voorgaande Rapportages sport bleek dat in de periode 1999-2007 12% van alle verplaatsingen in de vrije tijd met sport te maken had, en rond 8% van alle vrijetijdskilometers. De gemiddelde afstand naar de sportvoorziening steeg in die periode van 7,2 kilometer naar 7,7 kilometer. Opmerkelijk genoeg is deze stijging gepaard gegaan met een daling van het gebruik van de auto. In 1999 vond 55% van alle verplaatsingen voor sport plaats per auto en 81% van de sportkilometers. In 2007 was dit gedaald tot 45% van de verplaatsingen en 66% van alle sportkilometers (Breedveld en Harms 2003, Harms en Knol 2006, Knol et al. 2008).
Dit beeld wordt bevestigd door de uitkomsten van de SportersMonitor 2008. Tabel 12.1 laat zien welk vervoermiddel wordt gebruikt om bij de officiële accommodatie van de meest beoefende sport te komen, uitgesplitst naar leeftijd. Het percentage van de gehele steekproef dat de auto gebruikt om naar de accommodatie te reizen (46%) komt overeen met de uitkomst van de *Rapportage sport 2008* (45%). Per leeftijdscategorie wijken de percentages wel wat af, maar is het golvende beeld overeenkomstig. Tot 12 jaar worden veel kinderen door hun ouders gebracht, terwijl de andere helft lopend of fietsend bij de accommodatie komt. In de tienerleeftijd kunnen jongeren ruim vier van de vijf keer zonder gebruik van de auto bij de sportvoorziening komen. Daarna zien we het autogebruik weer stijgen tot het op hogere leeftijd wat begint te dalen.

Tabel 12.1
Vervoermiddel naar officiële accommodatie van meest beoefende sport, naar leeftijd, bevolking van 5 jaar en ouder, 2008 (in procenten)

	totaal n = 2016	5-11 jaar n = 288	12-17 jaar n = 256	18-24 jaar n = 169	25-34 jaar n = 267	35-44 jaar n = 302	45-65 jaar n = 567	65 jaar en ouder n = 167
lopend	9	8	10	10	8	9	8	14
fiets	41	41	67	55	33	33	35	30
auto	46	49	17	30	56	53	53	52
openbaar vervoer	2	1	1	4	3	2	1	1
anders	2	1	5	1	1	3	2	2

Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor'08)

Aangezien 36% van de sportvoorzieningen op minder dan 2,5 kilometer van huis ligt, en 80% op minder dan 10 kilometer (Knol et al. 2008: 203), bedraagt de reistijd voor 80% van de sporters niet meer dan een kwartier. Tabel 12.2 laat zien dat meer dan 70% van de kinderen tot 12 jaar een reistijd van minder dan 10 minuten heeft, en meer dan 90% binnen een kwartier op de plaats van bestemming is. De 18-34-jarigen sporten relatief vaak

Rapportage Sport 2010_4.indd 205 25-11-2010 13:01:13

op 16 tot 30 reisminuten vanaf huis. Opmerkelijk genoeg sporten 65-plussers het minst binnen 10 minuten reistijd (50%), gemiddeld op 16 minuten of meer, en bovengemiddeld op 11-15 minuten. Het is onduidelijk of dit komt door een grotere afstand of een minder snellere vorm van verplaatsen.

Tabel 12.2

Reistijd naar officiële accommodatie van meest beoefende sport, naar leeftijd, bevolking van 5 jaar en ouder, 2008 (in minuten)

	totaal n = 2.016	5-11 jaar n = 288	12-17 jaar n = 256	18-24 jaar n = 169	25-34 jaar n = 267	35-44 jaar n = 302	45-65 jaar n = 567	65 jaar en ouder n = 167
1-5 min.	29	32	36	33	28	31	25	20
6-10 min.	32	41	25	23	30	33	34	31
11-15 min.	18	18	17	16	14	17	19	29
16-30 min.	17	7	16	24	22	17	19	16
31 of meer min.	4	2	5	4	6	3	3	5

Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor'08)

Bij het ouder worden krijgen mensen een voorkeur voor sporten zoals hardlopen, fietsen en wandelen, die meestal in de openbare ruimte plaatsvinden, vaak vanuit huis. De reistijd bij sporten in de openbare ruimte is dan ook korter dan bij sporten in een officiële accommodatie (tabel 12.3). Niettemin reist een kwart van de sporters meer dan een kwartier voor sportbeoefening in de openbare ruimte.

Tabel 12.3

Reistijd voor sportbeoefening in openbare ruimte bij meest beoefende sport, naar leeftijd, bevolking van 5 jaar en ouder, 2008 (in minuten)

	totaal n = 1231	5-11 jaar n = 93	12-17 jaar n = 132	18-24 jaar n = 85	25-34 jaar n = 166	35-44 jaar n = 220	45-65 jaar n = 418	65 jaar en ouder n = 117
1-5 min.	46	41	36	41	48	51	50	40
6-10 min.	20	31	17	25	22	16	16	23
11-15 min.	10	17	10	12	7	9	8	18
16-30 min.	16	6	24	15	16	15	17	14
31 of meer min.	8	6	12	7	7	9	9	5

Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor'08)

Ruim driekwart van de sporters is binnen het kwartier bij de sportaccommodatie; reistijd lijkt dus niet echt een belemmering voor sportdeelname te zijn. Sporters beschouwen de afstand dan ook niet als een probleem (tabel 12.4). Slechts een enkeling vindt de reistijd eigenlijk te lang. Ook het verbeteren van de bereikbaarheid per fiets of auto wordt maar beperkt genoemd (niet in tabel). Het zou echter kunnen dat de

Rapportage Sport 2010_4.indd 206 25-11-2010 13:01:13

groep die ontevreden is over de reistijd of de bereikbaarheid is gestopt met de sportbeoefening. Als we evenwel kijken naar de motieven om te stoppen, dan blijken reistijd of bereikbaarheid voor slechts 3% van de sporters te hebben meegespeeld.
Bij de 25-34-jarigen en de 35-44-jarigen speelt vermoedelijk de drukke dagelijkse agenda een rol. Zij melden de langste reistijden (zie tabel 12.2) en geven ook het vaakst aan om die reden te stoppen met sport. De stijging vanaf 25 jaar van het percentage met een reistijd van 1-5 minuten in tabel 12.3 suggereert dat in deze levensfase ook veel mensen overstappen van sport in een officiële accommodatie naar sport vanuit huis, zoals wandelen, hardlopen en wielrennen/toerfietsen (zie ook figuur 12.2).

Tabel 12.4

Rol van sportaanbod en reistijd voor sportdeelname, niet-sporters, 2008 (in procenten)

	totaal n = 1321	5-11 jaar n = 55	12-17 jaar n = 52	18-24 jaar n = 85	25-34 jaar n = 164	35-44 jaar n = 243	45-65 jaar n = 530	65 jaar en ouder n = 192
ik sport niet omdat de reistijd naar een sportgelegenheid te lang is	3	8	2	2	5	5	2	0
ik zou wel gaan sporten als ...								
het sportaanbod verbetert	2	5	4	3	5	2	1	1
de reistijd vermindert	2	4	2	4	3	4	1	1

Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor'08)

Behalve bij kinderen tot 12 jaar lijkt de afstand tot sportvoorzieningen nauwelijks een motief om wel of niet te sporten. Sterkere motieven van niet-sporters zijn geen tijd, geen zin/gewoonte of geen goede gezondheid (Elling 2010). Voor kinderen tot 12 jaar (of voor hun ouders?) is een korte reistijd wel kritisch. Gegeven het feit dat meer dan 90% van deze jonge sporters een reistijd heeft van minder dan een kwartier, is 8% die de reistijd aangeeft als motief om te stoppen, relatief hoog. Voorzichtigheid bij de interpretatie van de cijfers is hier geboden, zowel vanwege de kleine steekproef van 55 respondenten als vanwege het feit dat maar 3% aangeeft niet meer dan 5 minuten naar de sportbestemming te willen reizen (tabel 12.5).
Een kortere reistijd is ook nauwelijks een voorwaarde om (weer) aan het sporten te slaan. Tijd en gezondheid zijn prominentere voorwaarden. Ook is kunnen sporten met bekenden een stimulans voor sportdeelname (Elling 2010).

Dat reistijd geen barrière is voor niet-sporters blijkt ook uit hun eventuele bereidheid om te reizen voor de sport. Twee derde wil wel 6-15 minuten reizen voor de sportbeoefening

Rapportage Sport 2010_4.indd 207 25-11-2010 13:01:14

en een kwart meer dan een kwartier. Die bereidheid is dus zelfs iets hoger dan de werkelijke reistijd van sporters (tabel 12.5).
Bij de groep 12-17 jarigen lijkt mee te wegen dat ze op zichzelf zijn aangewezen voor het vervoer, en lopend of te fiets naar de sportaccommodatie moeten gaan. Dit vertaalt zich in een bereidheid om maximaal een kwartier te reizen. Als men na de leeftijd van 18 jaar een auto heeft, mag de afstand weer wat langer worden. Bij de niet-sportende 65-plussers neemt de bereidheid tot reizen voor sportbeoefening duidelijk af.

Tabel 12.5
Bereidheid om te reizen voor sportbeoefening, naar reistijd en naar leeftijd, niet-sporters, 2008 (in procenten)

	totaal n = 984	5-11 jaar n = 53	12-17 jaar n = 41	18-24 jaar n = 76	25-34 jaar n = 141	35-44 jaar n = 190	45-65 jaar n = 391	65 jaar en ouder n = 92
1-5 min.	11	3	12	3	10	11	11	21
6-10 min.	29	30	32	22	28	35	28	29
11-15 min.	35	37	42	45	40	33	32	27
16-30 min.	21	26	13	21	20	18	25	19
31 of meer min.	3	4	1	8	1	2	4	4

Bron: NOC*NSF/Mulier Instituut (SportersMonitor'08)

De uitkomsten van de SportersMonitor 2008 en eerdere Rapportages sport duiden erop dat het sportbeleid in Nederland een zodanige spreiding van voorzieningen voor de breedtesport heeft gerealiseerd, dat afstand voor vrijwel niemand meer een serieuze belemmering is om deel te nemen.
Een tweede interessante bevinding is dat, hoewel de gemiddelde afstand tot de sportvoorziening de laatste tien jaar met ongeveer een halve kilometer is toegenomen, tegelijkertijd het gebruik van de auto om bij die voorziening te komen met ongeveer 20% is gedaald. Een voor de hand liggende verklaring is dat dat te maken heeft met gezondheid, milieubewustzijn of gebrek aan parkeerruimte of dure parkeerruimte bij de sportvoorziening. Een tweede verklaring ligt misschien in de leeftijdgebonden verschuivingen in voorkeur voor type sportaccommodatie (zie figuur 12.1). Als gevolg van de vergrijzing komen er meer ouderen en die sporten liever dicht bij huis in andere ruimtes dan officiele sportaccommodaties (vergelijk tabel 12.2 en 12.3). Een derde verklaring is de toename aan fitnesscentra (nu zo'n 2000). Zij zijn de enige sportvoorziening in de binnensteden en makkelijk lopend of fietsend te bereiken.
Ook internationaal heeft Nederland een goed aanbod aan (breedte)sportvoorzieningen. Uit de Eurobarometer 2009 blijkt dat Nederland bovengemiddeld scoort op sport- en beweeggebied. Nederland is het land met de hoogste tevredenheid over de mogelijkheden om in de omgeving deel te nemen aan sport of om in beweging te komen (95%) (Europese Commissie 2010).

Rapportage Sport 2010_4.indd 208 25-11-2010 13:01:14

Door de hoge dichtheid van sportvoorzieningen in combinatie met de Nederlandse fietscultuur en -infrastructuur spelen afstand en reistijd een relatief ondergeschikte rol in de sportdeelname. Daarmee is niet gezegd dat ze er in het algemeen niet toe doen (zie o.a. Rodriques et al. 2006, Pinkster 2007, Sallis et al. 2009, Wicker et al. 2009). Integendeel, zonder het beschikbare aanbod zou Nederland nooit kunnen behoren tot de mondiale top tien qua sportparticipatie. Het punt is dat het aanbod zo goed gespreid is, dat dit niet langer van doorslaggevend belang is en andere factoren relatief van grotere invloed worden. Buiten het feit dat de reistijden beperkt zijn, blijkt dit onder meer uit het feit dat niet-sporters overeenkomen met sporters in hun bereidheid tot reizen naar sportvoorzieningen (tabel 12.5). Het lijkt er evenmin op dat niet-sporters verder weg wonen van sportvoorzieningen, kijkend naar de beperkte rol die de afstand tot voorzieningen speelt bij voorwaarden om te gaan sporten (tabel 12.4). Illustratief is ook dat een onderzoek in twee grote steden al eens heeft aangetoond dat niet-sporters niet verder weg wonen van accommodaties en ook niet minder keus in sportvoorzieningen hebben dan sporters (Hoekman 2010b). Andere factoren zijn van grotere importantie. Zo bleek uit een onderzoek onder de leden van voetbalverenigingen in Den Haag dat de keuze voor een sportclub niet afhing van de nabijheid, maar van factoren als sociale binding met een club door familie of vrienden/vriendinnen, niveau of reputatie van een vereniging. Minder dan de helft van de leden bleek lid te zijn van de dichtstbijzijnde vereniging op basis van de afstand over de weg (Diepenveen en Starrenburg 2010).

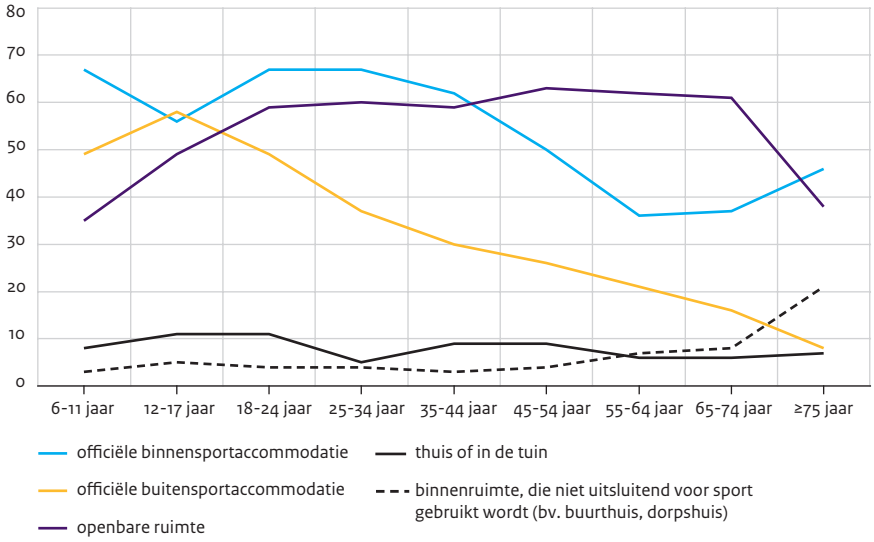
12.3 Leeftijdgebonden en regionale verschillen in 2016 en 2018

Sportaccommodaties moeten niet alleen goed bereikbaar zijn, ze moeten ook beschikbaar zijn. Dat 80% van de sporters binnen een kwartier ter plekke is, betekent dat de afstemming tussen behoefte en aanbod aan sportvoorzieningen op zijn minst redelijk is. In paragraaf 3.6 is voorspeld dat tegen 2028 het aantal actieve sporters met ruim 450.000 gaat stijgen. Op het totaal van alle frequente sporters is dit een beperkte groei van 6%. Als deze beperkte groei zich evenredig gespreid voordoet over alle sporttakken en alle regio's, kan zij wellicht worden opgevangen door een intensiever gebruik van bestaande accommodaties. Maar is deze evenwichtige spreiding te verwachten?

In 2007 beoefenden mensen hun sport in verschillende soorten accommodaties (figuur 12.1): thuis of in de tuin (badminton, tafeltennis), in buurthuizen, officiële binnenaccommodaties (zoals voor zwemmen, gymnastiek of volleybal), officiële buitenaccommodaties (zoals voor voetbal, hockey of atletiek) of buiten in de openbare ruimte (zoals voor hardlopen, fietsen of wandelen).[1] Vooral jongere leeftijdsgroepen sporten vaak in diverse accommodaties, overeenkomstig hun gevarieerde sportdeelname (hoofdstuk 3). Met het oplopen van de leeftijd neemt vooral het sporten op officiële buitensportaccommodaties af. Sporters blijven officiële binnensportaccommodaties gebruiken tot ongeveer 45 jaar, waarna met name de openbare ruimte populair blijft voor het wandelen en fietsen.

Rapportage Sport 2010_4.indd 209 25-11-2010 13:01:14

Figuur 12.1
Aandeel sporters per soort accommodatie naar leeftijd (in procenten)



Bron: SCP/CBS (AVO'07a)

Veranderingen in de samenstelling van de bevolking hebben uiteraard gevolgen voor de sportdeelname van de totale bevolking en daarmee indirect voor het ruimte- en accommodatiegebruik. Zo neemt landelijk het aantal ouderen toe (hoofdstuk 2) en ook het percentage ouderen dat frequent sport (hoofdstuk 3). Absoluut gaat het aantal sportende ouderen dus (sterk) groeien. Dat leidt niet tot een navenant grotere behoefte aan de huidige (mix van) sportaccommodaties, omdat ouderen die frequent sporten om een ander type accommodatie vragen dan jongere frequente sporters. Ontgroening zal in eerste instantie vooral leiden tot een kleinere behoefte aan officiële buitensportaccommodaties, en in tweede instantie – als het zwaartepunt in de bevolking verschuift voorbij de 35 jaar – ook tot een kleinere behoefte aan binnensportaccommodaties.

De planning van sportaccommodaties is in Nederland een zaak van gemeenten (die soms in regionaal verband samenwerken). Van belang is dus om te weten hoe regionaal de behoefte aan accommodaties gaat veranderen. Voor de regionale bevolkingsontwikkeling nemen we de jaren 2016 en 2028 als uitgangspunt. Sommige regio's krijgen in 2016 en 2028 te maken met demografische krimp, andere met groei. De krimp zal voor steeds meer regio's een uitdaging vormen (Verkade 2009, De Jong en Garsen 2009, Hoekman 2010, Marlet en Woerkens 2010). Krimp kan selectief zijn naar leeftijd, met als gevolg dat de op landelijk niveau al optredende processen van ontgroening en vergrijzing zich op regionaal niveau sterker kunnen uiten. Er zijn gebieden waar jonge mensen verdwijnen, met name op het platteland, en gebieden die juist jonge mensen aantrekken, vooral de

Rapportage Sport 2010_4.indd 210 25-11-2010 13:01:14

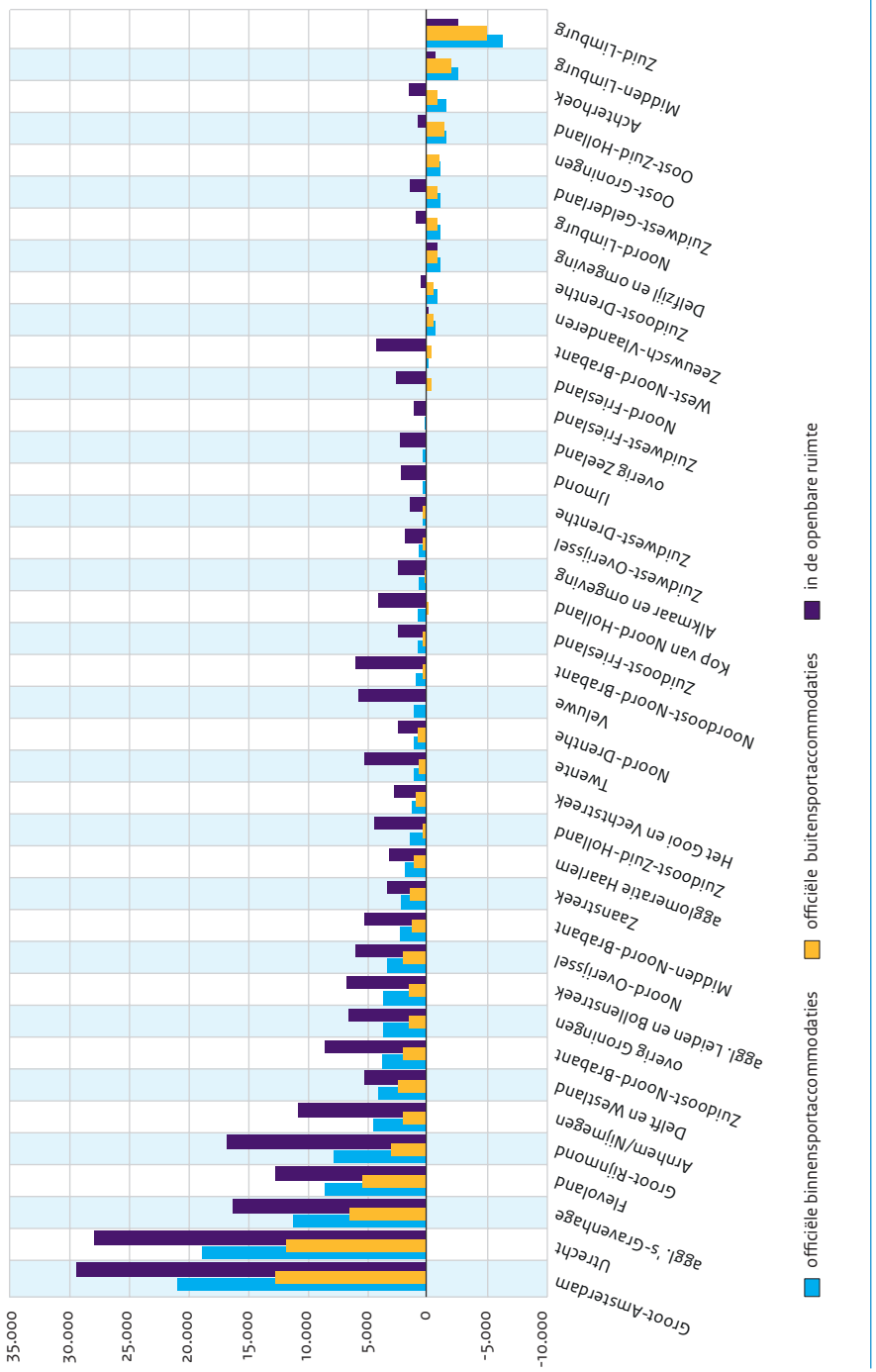
steden (Van Dam et al. 2006). Het Centraal Bureau voor de Statistiek berekent de regionale bevolkingsprognoses per COROP-gebied. Dit is een veelgebruikte indeling van het land in een veertigtal regio's. Per regio is de bevolkingsomvang en de -samenstelling in leeftijdscategorieën bepaald voor 2016 en 2028. In combinatie met de prognose voor de sportdeelname naar leeftijd in die jaren kan berekend worden hoe de sportdeelname in de COROP-gebieden zich ontwikkelt.
Tot 2016 wordt in de meeste regio's groei of stabilisatie voorzien van het aantal frequente sporters. In zes regio's neemt het aantal frequente sporters af: Zuid-Limburg, Midden-Limburg, Achterhoek, Delfzijl en omgeving, Oost-Groningen en Zeeuws-Vlaanderen. Na 2016 komen er krimpregio's bij: Zuidwest-Gelderland, Noord-Limburg en Zuidoost-Drenthe. Hier vindt ontgroening plaats zonder voldoende compensatie door vergrijzing. De groei van het aantal sporters is te vinden in de stedelijke gebieden en meer algemeen ten westen van de lijn Rotterdam-Groningen. In de gebieden met de grootste groei van het aantal sporters gebeurt dat in alle leeftijdsgroepen. In de meeste overige gebieden staat tegenover een afname in jongere leeftijdsgroepen een (grotere) toename in de oudere, waardoor het aantal frequente sporters in die regio's toeneemt (zie bijlagetabel B12.1).

Deze regionale veranderingen in sportdeelname hebben ook gevolgen voor het accommodatiegebruik. Onder de aanname dat de verdeling van verschillende leeftijdsgroepen over de diverse sportaccommodaties de komende jaren geen grote wijzigingen zal ondergaan (zie figuur 12.1), is doorgerekend welke sportaccommodaties in welke regio's meer of minder nodig zullen zijn. Figuur 12.2 laat naar regio's een prognose zien voor 2016 van het verschil in behoefte aan officiële sportaccommodaties en voorzieningen in de openbare ruimte. Figuur 12.3 toont de prognose voor 2028.

Beide figuren laten zien dat in stedelijke gebieden het gebruik van vrijwel alle typen sportaccommodaties toeneemt tussen 2007 en respectievelijk 2016 en 2028, en afneemt in krimpregio's als Limburg, Oost-Groningen, Delfzijl en omstreken en Zeeuws-Vlaanderen. Wordt het in deze krimpregio's stil op straat, zonder hardlopers, skeelers en joggers? Dit lijkt (voor de periode 2007-2028) in beperkte mate het geval te zijn. In Oost-Groningen is de teruggang 5%, in Zuid-Limburg 7% en in Zeeuws-Vlaanderen en Midden-Limburg rond de 9%. In Delfzijl en omgeving is de percentuele teruggang het grootst: 15%.
In absolute zin is de achteruitgang in Zuid-Limburg het grootst: in 2028 zijn daar bijna 10.000 sporters minder in de openbare ruimte. Dat is een typisch regionaal verschijnsel, want landelijk is er in 2028 een toename van ruim 230.000 sporters in de openbare ruimte. Daarnaast is er landelijk van 76.000 sporters in officiële binnensportaccommodaties. Het aantal sporters in officiële buitensportaccommodaties neemt landelijk af: tot 2028 met circa 16.000 sporters. Deze afname start echter pas na 2016; daarvóór is er nog een toename.

Rapportage Sport 2010_4.indd 211 25-11-2010 13:01:14

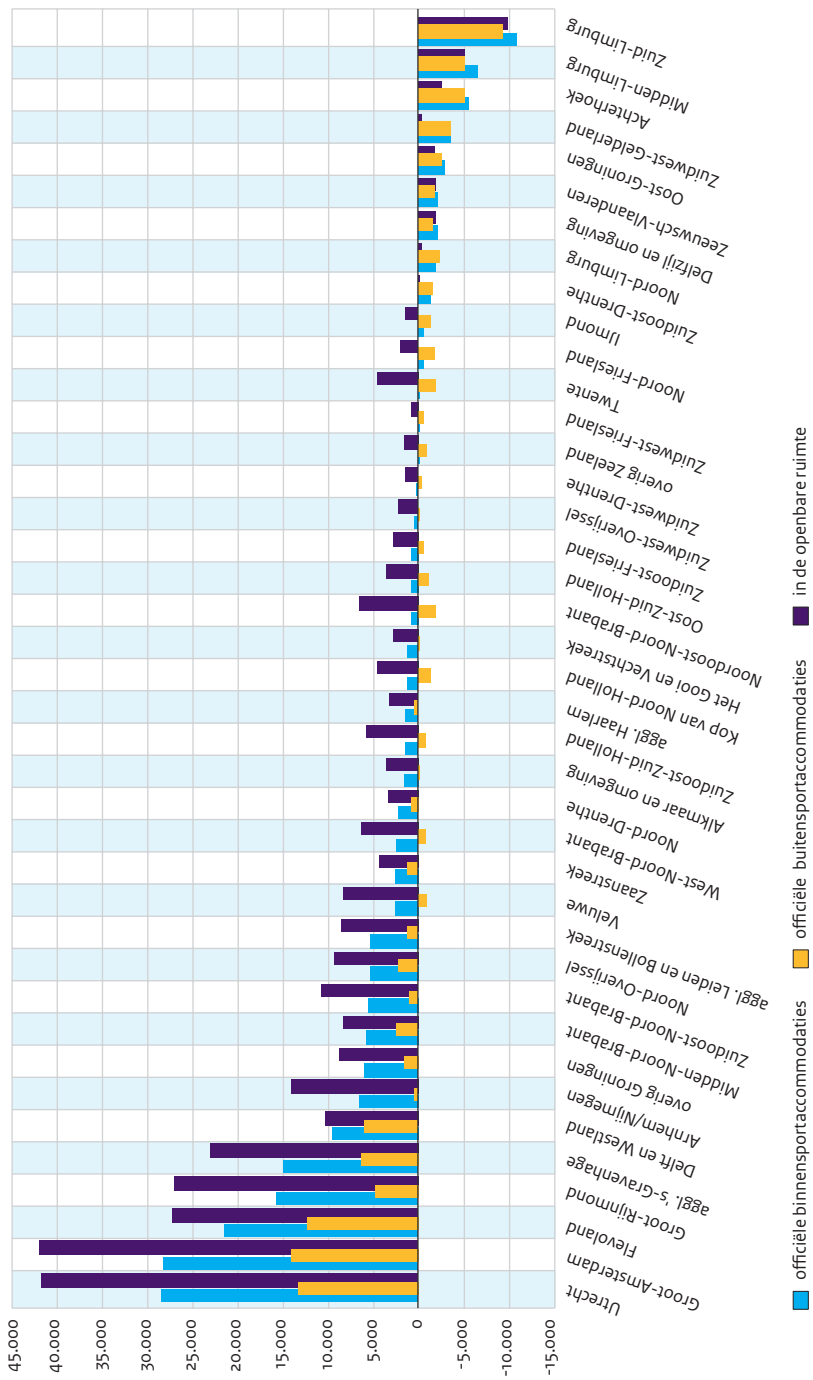
Figuur 12.2
Verschil aantal sporters per accommodatievorm per regio tussen 2007 en 2016 (absolute aantallen)



Bron: SCP/CBS (AVO'07a), CBS Bevolkingsprognose (StatLine)

Rapportage Sport 2010_4.indd 212 25-11-2010 13:01:14

Figuur 12.3
Verschil aantal sporters per accommodatievorm per regio tussen 2007 en 2028 (absolute aantallen)



Bron: SCP/CBS (AVO'07a), CBS Bevolkingsprognose (StatLine)

Rapportage Sport 2010_4.indd 213 25-11-2010 13:01:14

Voor de stedelijke gebieden is de blijvend groeiende behoefte aan sportvoorzieningen geen nieuwe maar wel een steeds grotere uitdaging (Hoekman en van der Poel 2009). Dit komt vooral door de schaarste aan ruimte en de daardoor stijgende grondprijzen. Hogere grondprijzen nopen tot een intensiever gebruik van de grond, teneinde het economisch en/of maatschappelijk rendement van de grond te verhogen en in de pas te laten lopen met alternatieve aanwendingsmogelijkheden van die grond. In een tijd dat gemeenten moeten bezuinigen, ook op het terrein van de sport (Hoekman 2010a), wordt het dan steeds moeilijker bestaande publieke sportvoorzieningen in stand te houden en te investeren in nieuwe.

Bij onze prognoses hoort wel een kanttekening: veranderingen in de populariteit van bepaalde takken van sport zijn moeilijk kwantitatief te bepalen. Met andere woorden, we weten niet hoe stabiel de rangorde van populaire sporttakken per leeftijdcategorie zal zijn. Er kunnen nieuwe sporten opduiken waarvan we niet weten of ze een hype zijn of een blijver. Windsurfen leek in de jaren zeventig een populaire sport te worden, maar trekt nu nog maar enkele duizenden enthousiastelingen. Anderzijds was twintig jaar geleden nauwelijks te voorzien welke vlucht fitness zou nemen.
Meer algemeen stelt Van Dam (2009) dat stijgende welvaart, toegenomen mobiliteit en veranderde leefstijlen (in de zin van consumentenvoorkeuren en tijdbestedingspatronen) zwaarder wegende factoren kunnen zijn voor de vraag naar voorzieningen dan demografische krimp of groei. Zo leidde de welvaartsstijging waarschijnlijk mede tot de populariteit van relatief dure sporten als paardrijden, hockey en golf, sporten die ook relatief veel ruimte vragen. De grote terugloop in gymnastiekverenigingen betekent dan wel veel minder behoefte aan binnensportaccommodaties, maar die weegt niet op tegen het groeiende ruimtegebruik van golf. Alle gymlokalen, sportzalen en sporthallen tezamen beslaan namelijk slechts een tiende van de ruimte van alle golfbanen in Nederland (Harms en Knol 2006: 209). En om op gymnastiek terug te komen: de daling in de belangstelling voor gymnastiek zal te maken hebben met ontgroening maar ook met de opkomst van fitness. Ook de populariteit van fitness is eerder te verklaren uit factoren als welvaartsstijging, veranderende leefstijl en stijgend gezondheidsbewustzijn dan uit demografische verschuivingen. Tot slot zien we binnen de gymnastiekwereld zelf een groeiende behoefte aan specifieke turnhallen naast of in plaats van de meer multifunctionele gymzalen en sporthallen. Ook dit heeft niets te maken met demografische verschuivingen, maar met sportinterne ontwikkelingen.

De ontwikkelingen bij gymnastiek en fitness illustreren het meer algemene proces van differentiatie in de sport, deels door een steeds verdere uitsplitsing van sportvormen naar leeftijdscategorie. Kinderen worden op jongere leeftijd aangetrokken (nu vanaf 4 of 5 jaar) met toegesneden accommodaties: peutergym, kids courts bij tennis, kleine veldjes voor de mini's bij voetbal, zwemles in kleine baden. Aan de andere kant komt er meer voor ouderen: voetbal op halve velden, knotshockey. Die marktsegmentatie zien we ook in het commerciële aanbod, bijvoorbeeld fitness alleen voor vrouwen of speciaal voor kinderen. Veel sportvoorzieningen zullen qua locatie, inrichting, omvang, kwaliteitsniveau en uitstraling afstemmen op steeds nauwkeuriger afgebakende marktsegmenten.

Rapportage Sport 2010_4.indd 214 25-11-2010 13:01:14

Welvaartstijging, veranderende leefstijlen en interne differentiatie van de sport gaan tegen 2016 en 2028 ook van invloed zijn op de behoefte aan ruimte en accommodaties. Helaas zijn ze moeilijk in kwantitatieve termen te vangen, maar mogelijk zijn ze wel van grotere invloed dan demografische factoren.

Er spelen echter nog meer factoren mee, zoals bezuinigingen op het publieke sportaanbod, multifunctioneel gebruik van accommodaties, technologische ontwikkelingen, *indoorisation* (Van Bottenburg en Salome 2010), de toenemende aandacht voor een beweegvriendelijke leefomgeving, brede scholen en speel- en sportvoorzieningen in de wijk (Den Hertog et al. 2006, Bakker et al. 2008, Breedveld et al. 2009, Van Lindert et al. 2009, Moerman et al. 2009, Boonstra et al. 2009, Duijvestijn et al. 2010, Gezondheidsraad 2010). De uitdaging voor het lokale en regionale sportbeleid is dus om de lokale demografische ontwikkelingen in kaart te brengen en tegelijkertijd de invloed in te schatten van andere, mogelijk zwaarwegender, factoren.

12.4 Conclusies

De dichtheid aan sportvoorzieningen in Nederland is zo groot dat 80% van de sporters minder dan een kwartier nodig heeft om er te komen. Reistijd is dan ook geen belemmering meer voor sportdeelname; andere factoren zijn belangrijker.
Voor 2016 en 2028 wordt een verdere groei van het aantal frequente sporters en de behoefte aan sportaccommodaties verwacht. Gecombineerd met de verwachte groei of krimp in onderscheiden leeftijdcategorieën komt de prognose uit op een groei van ruim 450.000 frequente sporters in de komende twee decennia.

De planning van sportaccommodaties is een lokale aangelegenheid. Daarvoor zijn dus niet zozeer de landelijke, maar vooral de regionale en lokale ontwikkeling van het aantal frequente sporters en hun accommodatiegebruik van belang. Achter het bescheiden landelijke groeisaldo gaan duidelijke regionale verschillen schuil. In de stedelijke gebieden en meer algemeen in het westen en midden van het land groeien het aantal frequente sporters en de behoefte aan sportaccommodatie nog, terwijl in de plattelandsgebieden in het noorden, oosten en zuiden van het land de bevolking krimpt en vergrijst, wat vooral na 2016 leidt tot een teruggang in het aantal frequente sporters. Naar verwachting ontstaat daar dus minder behoefte aan sportaccommodaties, in eerste instantie vooral aan de officiële buiten-, en later ook aan de officiële binnensportaccommodaties.

Wanneer we de resultaten koppelen aan de ambitie uit het Olympisch Plan 2028 om de sportdeelname nog verder te laten groeien, zijn voor het sportstimuleringsbeleid drie relevante conclusies te trekken. Ten eerste heeft het verkleinen van de afstand of reistijd geen prioriteit, daar dit nauwelijks een belemmering voor sportdeelname is. Ten tweede zal zich ten oosten van de lijn Rotterdam-Groningen nauwelijks een tekort aan accommodaties voordoen, met als mogelijke uitzondering de centra van steden als Arnhem, Eindhoven en Nijmegen. In deze gebieden, met name in perifere plattelandsgebieden, is onderbezetting van accommodaties een grotere dreiging, omdat bij eventuele sluiting

Rapportage Sport 2010_4.indd 215 25-11-2010 13:01:14

van accommodaties de reistijd alsnog belemmerend kan worden voor sportdeelname. De derde conclusie is dat ten westen van de lijn Rotterdam-Groningen wel een tekort aan accommodaties dreigt, zeker in de stedelijke gebieden. Hier kan de breedtesportambitie uit het Olympisch Plan 2028 worden gefrustreerd door een tekort aan sportvoorzieningen en door wachtlijsten bij de sportverenigingen.

Bij de prognoses gebaseerd op demografische ontwikkelingen passen wel enkele kanttekeningen. De eerdere Rapportages sport lieten zien dat het aantal sportaccommodaties per 10.000 inwoners in stedelijke gebieden de helft tot een derde bedraagt van gebieden in de omgeving van de steden. En ook dat het grondgebruik voor sport in de periode 1993-2003 in de stedelijke gebieden is teruggelopen. Dit zijn ontwikkelingen die haaks staan op de groeiende behoefte aan sportaccommodaties juist in stedelijke gebieden, maar die wel rijmen met toenemende schaarste aan ruimte en oplopende grondprijzen. Gezien de noodzaak tot bezuinigen staan dus vooral de grote steden voor de uitdaging om wachtlijsten bij sportverenigingen te voorkomen en de potentiële groei van de sportdeelname niet te frustreren door een tekort aan sportvoorzieningen.
Een tweede kanttekening is dat andere factoren ook van invloed zijn op het sportgedrag en de behoefte aan ruimte en accommodaties voor sport, en dat die wel eens van veel groter belang kunnen zijn dan de demografische ontwikkelingen. Te denken valt aan factoren als welvaartstijging, waardoor commercieel sportaanbod levensvatbaar wordt, veranderingen in leefstijl en gezondheidsbewustzijn die leiden tot andere sportvoorkeuren, en multifunctioneel gebruik en technologische ontwikkelingen die intensiever gebruik van bestaande voorzieningen mogelijk maken.

Noot

1 Sommige sporten kunnen zowel binnen als buiten beoefend worden (korfbal, handbal), of zijn in de loop der tijd overgegaan van buiten- naar binnenaccommodatie (zoals zwemmen, schaatsen). Op basis van de verdeling waarin mensen sporten al dan niet binnen of buiten beoefenen in 2007, is een beslissing genomen om ze toe te wijzen aan een binnen- of buitensportaccommodatie.

Literatuur

Bakker, I., S.I. de Vries, C.M.H. Bogaard, W.J.E.M. van Hirtum, J.P Joore en M.W.A. Jongert (2008). *Playground van de Toekomst: succesvolle speelplekken voor basisscholieren*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

Boonstra, N., N. Hermens en R. Wonderen (2009). Sportieve buurten of sportief buurten. In: *Rooilijn*, jg. 42, nr. 7, p. 480-485.

Bottenburg, M. van en L. Salome (2010). The indoorisation of outdoor sports: an exploration of the rise of lifestyle sports in artificial settings. In: *Leisure Studies*, jg. 29, nr. 2, p. 143-160.

Breedveld, K. en L. Harms (2003). Sport, ruimte en tijd. In: K. Breedveld (red.), *Rapportage Sport 2003* (p. 207-224). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Breedveld, K., D. Romijn en A. Cevaal (2009). *Scoren op het Cruyff Court, winnen in de wijk. Een studie naar het gebruik en de effecten van moderne trapveldjes*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Rapportage Sport 2010_4.indd 216 25-11-2010 13:01:14

Crum, B.J. (1991). *Over de versporting van de samenleving. Reflecties over bewegingsculturele ontwikkelingen met het oog op sportbeleid*. Rijswijk: ministerie van Welzijn, Volkgezondheid en Cultuur.

Dam, F. van, C. de Groot en F. Verwest (2006). *Krimp en ruimte bevolkingsafname, ruimtelijke gevolgen*. Den Haag: Ruimtelijk Planbureau.

Dam, F. van (2009). Ruimtelijke gevolgen. In: N. van Nimwegen en L. Heering (red), *Van groei naar krimp. Een demografische omslag in beeld. Bevolkingsvraagstukken in Nederland anno 2009* (p. 88-113). Den Haag: Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut.

Diepenveen, M. en J. Starrenburg (2010). *Haagse leden van voetbalclubs. Aanvullende rapportage bij afstandskaarten*. Den Haag: gemeente Den Haag.

Duijvestijn, P., J. van Eck en K. Kuitert, m.m.v. A. van Meeteren (2010). *Vooronderzoek 'Aanpak beweegvriendelijke omgeving'*. Amsterdam: DSP.

Elling, A. (2010). *Niet-sporters: achtergronden en opvattingen. Aanvullende rapportage SportersMonitor 2008*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Europese Commissie (2010). *Eurobarometer 72.3. Sport and Physical Activity*. Brussel: TNS Opinion & Social.

Gezondheidsraad (2010). *Beweegredenen. De invloed van de gebouwde omgeving op ons beweeggedrag*. Den Haag: Gezondheidsraad.

Harms, L. en F. Knol (2006). Sport, ruimte en tijd. In: K. Breedveld en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage Sport 2006* (p. 208-225). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Hertog, F.R.J., M.J. Bronkhorst, M. Moerman en R. van Wilgenburg (2006). *De gezonde wijk. Een onderzoek naar de relatie tussen fysieke wijkkenmerken en lichamelijke activiteit*. Amsterdam: EMGO Instituut.

Hoekman, R. (2010). Krimpen met beleid. In: *Sport lokaal*, jg. 5, nr. 2, p. 31.

Hoekman, R. (2010a). *Recessiepeiling gemeenten 2010. Doorwerking economische recessie op gemeentelijk sportbudget*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Hoekman, R. (2010b). Sportdeelname en afstand. In: M. van den Heuvel, R. Hoekman en H. van der Poel (red.), *Sport in de stad*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut (in voorbereiding).

Hoekman, R. en H. van der Poel (2009). Sport: speelbal voor ruimtelijke ordening. In: *Rooilijn*, jg. 42, nr. 7, p. 458-465.

Jong, A. de en J. Garssen (2009). Regionale trends in bevolking en huishoudens: groei naast krimp. In: N. van Nimwegen en L. Heering (red.), *Van groei naar krimp. Een demografische omslag in beeld. Bevolkingsvraagstukken in Nederland anno 2009* (p. 59-87). Den Haag: Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut.

Knol, F., L. Harms en K. Breedveld (2008). Sport, ruimte en tijd. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008* (p. 192-213). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau / W.J.H. Mulier Instituut.

Lindert, C. van, D. Romijn en A. Cevaal (2009). *Sport, een verdiende plek in de wijk. Een onderzoek naar het gebruik en de effecten van sportplekken in Delfshaven, gemeente Rotterdam*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Lucassen, J. en A. Tiessen-Raaphorst (2006). De kwaliteit van dienstverlening in een pluriforme sportmarkt. In: K. Breedveld en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage Sport 2006* (p. 342-369). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Marlet, G., en C. van Woerkens (2010). *Krimp!? Atlas voor gemeenten 2010. De 50 grootste gemeenten op 40 punten vergeleken*. Nijmegen: VOC-uitgevers.

Moerman, M., A.M. Gout en A. Kuin (2009). Beweegvriendelijke stedenbouw in Rijnenburg. In: *Rooilijn*, jg. 42, nr. 7, p. 474-479.

Rapportage Sport 2010_4.indd 217 25-11-2010 13:01:14

Pinkster, M. (2007). Localised Social Networks, Socialisations and Social Mobility in a Low-income Neighbourhood in the Netherlands. In: *Urban Studies*, jg. 44, nr. 13, p. 2587-2603.

Poel, H. van der (2001). *Bewegingsruimte. Verkenning van de relatie sport en ruimte.* Haarlem: De Vrieseborch.

Rodriquez, D.A., A.J. Khattak en K.R. Evenson (2006). Can New Urbanism Encourage Physical Activity? Comparing a New Urbanist Neighborhood with Conventional Suburbs. In: *Journal of the American Planning Association*, jg. 72, nr. 1, p. 43-54.

Sallis J.F., H.R. Bowles, A. Bauman, B.E. Ainsworth, F.C. Bull, C.L. Craig, M. Sjöström, I. de Bourdeaudhuij en J. Lefevre (2009). Neighborhood Environments and Physical Activity among Adults in 11 Countries. In: *American Journal of Preventive Medicine*, jg. 36, nr. 6, p. 484-490.

Steenbergen, J. (2004). *Grenzen aan de sport. Een theoretische analyse van het sportbegrip.* Maarssen: Elsevier.

Verkade, E. (2009). Regionaal economische gevolgen van bevolkingskrimp. In: N. van Nimwegen en L. Heering (red.), *Van groei naar krimp. Een demografische omslag in beeld. Bevolkingsvraagstukken in Nederland anno 2009* (p. 163-189). Den Haag: Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut.

Wicker P., C. Breuer en T. Pawlowski (2009). Promoting Sport for All to Age-specific Target Groups: the Impact of Sport Infrastructure. In: *European Sport Management Quarterly*, jg. 9, nr. 2, p. 103-118.

Bijlage bij hoofdstuk 12, te vinden op www.scp.nl/publicaties bij Rapportage sport 2010

B12.1 Frequente sporters per COROP-gebied, geschat voor 2007, 2016 en 2028 op basis van leeftijdsspecifieke deelnamepercentages en geprognostiseerde ontwikkelingen van de leeftijdsopbouw (absolute aantallen)

Rapportage Sport 2010_4.indd 218 25-11-2010 13:01:14

13 Uitgaven aan sport

Annet Tiessen-Raaphorst, Desirée Verbeek en Annette Roest (SCP)

13.1 Uitgaven in kaart gebracht

Meedoen aan sport kost meestal geld. Er zijn uitgaven aan kleding natuurlijk, zoals een zwempak, clubtenue of sportschoenen, en afhankelijk van de sport en de manier van beoefening ook aan huur, contributie of lesgeld. En aangezien sport voor velen een sociale activiteit bij uitstek is, gaat de 'derde helft' in de kantine ook gepaard met uitgaven aan drankjes en iets te eten. Ook sportwedstrijden bezoeken kost geld: het toegangskaartje, vervoer en consumpties.

De uitgaven aan sport worden niet alleen gedragen door sporters en toeschouwers, maar ook door de overheid en het bedrijfsleven. In totaal gaat het om uitgaven van 9,4 miljard euro, waarvan 68% door de sporters zelf, 8% door sponsors en 24% door overheden wordt opgebracht. De economische betekenis van sport komt overeen met 0,85% van het bruto binnenlands product (PRC 2008).
Veel gemeentes verwachten dat de economische recessie invloed zal hebben op het gemeentelijk sportbeleid, maar niet disproportioneel in vergelijking met de bezuinigingen op andere sectoren. Bezuinigingen treffen vooral de accommodaties. Nieuwbouw wordt uit- of afgesteld, evenals onderhoud en renovatie van bestaande sportaccommodaties. Sportverenigingen en andere gebruikers van accommodaties worden geraakt doordat ze minder korting op de huur krijgen of doordat de prijzen met meer dan de indexering verhoogd worden (Hoekman 2010).

Om de uitgaven aan sport in verschillende levensfases of leeftijden in beeld te brengen gebruiken we meerdere bronnen. Consumentenbestedingen aan sport halen we uit het CBS-Budgetonderzoek (BO), dat gegevens op huishoudenniveau bevat over zichtbare bestedingen van actieve sporters (vgl. Oldenboom et al. 1996). Zichtbare bestedingen zijn uitgaven aan sportkleding en -attributen, lesgelden of kantine-uitgaven. Onzichtbare bestedingen, zoals sportvakanties (incl. wintersport), transport, verzekeringen, medische verzorging, kosten voor kinderoppas en dergelijke, zijn niet beschikbaar.
Het Budgetonderzoek besteedt ook geen aandacht aan passieve sportbelangstelling: de kosten die gemaakt worden voor het bijwonen van wedstrijden en het volgen van sport via de media. Deze uitgaven worden beschreven op basis van het Continu Vrijetijdsonderzoek (CVTO). Paragraaf 13.2 behandelt de consumentenbestedingen aan actieve en passieve sportdeelname.
De overheid draagt via bouw en beheer van sportaccommodaties en het sportstimuleringsbeleid indirect bij aan de uitgaven aan sport door personen. Het profijt van de overheidsbestedingen voor verschillende groepen in de samenleving komt aan bod in paragraaf 13.3.

Rapportage Sport 2010_4.indd 219 25-11-2010 13:01:14

Tot slot gaan we na of beperkte financiële middelen voor gezinsleden een drempel opwerpen om aan sport te doen. We vergelijken de sportdeelname van jongeren in een huishouden met een inkomen onder de armoedegrens (minder dan 120% van het sociaal minimum) en jongeren uit huishoudens die beter bij kas zitten. Van alle kinderen van 5-17 jaar leeft 12% onder de armoedegrens (circa 310.000 kinderen). Bijna 100.000 kinderen kunnen onvoldoende sociaal participeren, onder meer in sport (Jehoel-Gijsbers 2009, Roest et al. 2010). In paragraaf 13.4 beschrijven we of de lagere sportdeelname van arme jongeren te verklaren is door gebrek aan geld en andere factoren.

Dit hoofdstuk biedt weliswaar een breed, maar onvolledig overzicht van de uitgaven aan sport. Zo blijven de uitgaven van het bedrijfsleven onbelicht (sponsoring en reclame, maar ook uitgaven aan bedrijfssport; zie hiervoor bijvoorbeeld PRC 2008).

13.2 Consumentenbestedingen aan sport

We vergelijken de sportuitgaven van consumenten met de totale consumptieve bestedingen.[1] Die kwamen in 2007 uit op 217 miljard euro, waarvan 3,3 miljard aan sport (tabel 13.1). De sportuitgaven nemen relatief snel toe. Tussen 2000 en 2007 zijn de uitgaven aan zichtbare bestedingen aan actieve sport sterker gestegen (36%) dan de totale uitgaven (30%). De relatief sterke stijging vond plaats tussen 2000 en 2004; daarna zijn de sportuitgaven gestabiliseerd terwijl de totale uitgaven wel stegen.[2]

Tabel 13.1

Totaal consumptieve bestedingen en bestedingen aan sport, particuliere huishoudens, 1992-2007 (in euro en in procenten)

		1992	2000	2004[a]	2007
totaal bestedingen	x mld. euro	118	167	199	217
waarvan bestedingen aan sport	x mld. euro	1,6	2,4	3,3	3,3
totaal per huishouden	euro	18.610	24.424	28.214	30.065
waarvan bestedingen aan sport (excl. kantine)	euro	246	356	472	458
waarvan bestedingen aan sport (incl. kantine)	euro	–	401	521	491
aandeel sportuitgaven (excl. kantine) van totale uitgaven	%	1,3	1,5	1,7	1,5

a Gegevens wijken af van eerder gepresenteerde gegevens in de Rapportage sport 2008, doordat motor- en zeilboten nu niet zijn meegenomen in het overzicht.
– = geen gegevens over bekend.

Bron: CBS (BO'92-'07)

Rapportage Sport 2010_4.indd 220 25-11-2010 13:01:14

Uitgaven aan actieve sportbeoefening

Per jaar geven gezinnen met kinderen het meeste geld uit aan sportbeoefening (tabel 13.2). Vooral gezinnen waarvan het jongste kind 7 jaar of ouder is en meer aan sport gaat doen, geven veel geld uit: meer dan 900 euro per jaar in 2007. Doordat kinderen naar verhouding het meest aan sport doen, is dit niet verrassend.
Gezinnen bestaan uit meer personen dan alleenstaanden of paren. Wanneer gecontroleerd wordt voor de gemiddelde huishoudengrootte, blijkt dat alleenstaanden of paren jonger dan 40 jaar het meest uitgeven aan sport. Vooral paren van boven de 40 jaar zijn meer gaan uitgeven aan sport; dit is overeenkomstig met de toegenomen sportdeelname bij mensen in deze levensfase (zie figuur 3.2).

Tabel 13.2

Uitgaven aan sport en het aandeel van sportuitgaven in de totale uitgaven, naar type huishouden, 1992, 2000 en 2007 (in euro en indexcijfers)

	uitgaven aan sport (euro's)			index 2007	gemiddelde per lid van
	1992	2000	2007	(2000=100)	het huishouden (euro)[a]
alleenstaand, 40 jaar of jonger	224	282	328	116	328
paar, 40 jaar of jonger	374	467	589	126	295
gezin, jongste kind 6 jaar of jonger	331	545	718	132	179
gezin, jongste kind 7 jaar of ouder	461	654	908	139	235
paar, ouder dan 40 jaar	119	240	383	160	192
alleenstaand, ouder dan 40 jaar	47	103	132	128	132
alle huishoudens	246	356	458	128	203

a Gezinnen, jongste kind 6 jaar of jonger, bestaan gemiddeld uit 4,0 personen; gezinnen, jongste kind 7 jaar of ouder, bestaan gemiddeld uit 3,87 personen.

Bron: CBS (BO'92–'07)

Van de uitgavenposten gaat het meeste geld naar contributie en lesgelden (49%, tabel 13.3). Gemiddeld zijn huishoudens hieraan 241 euro per jaar kwijt. Op grote afstand volgen andere kosten: huur van accommodaties (14%), aanschaf van sportartikelen (12%) en sportkleding (10%).[3]
De verschillen tussen de levensfases zijn procentueel niet groot. Alleenstaanden, zowel jonger als ouder dan 40, geven naar verhouding veel uit aan de huur van accommodaties. Mogelijk beoefenen ze vaker een sport waarvoor ze zelf een accommodatie reserveren (zoals tennissen, fitness of golfen).
Voor gezinnen met kinderen lijkt het aandeel aan contributie en lesgelden laag in vergelijking met andere levensfases, gezien het feit dat kinderen vaak lid zijn van een sportvereniging (hoofdstuk 3). Maar de absolute bedragen zijn toch aanzienlijk: gezinnen, waarvan het jongste kind 6 jaar of jonger is, betalen gemiddeld 385 euro per gezin per jaar aan contributie; bij gezinnen met oudere kinderen is dit 447 euro (niet in tabel).

Rapportage Sport 2010_4.indd 221 25-11-2010 13:01:14

Tabel 13.3

Uitgaven aan sport naar soort besteding, per huishoudenvorm, 2007 (in procenten en euro)

	contributie/ lesgelden	huur accommodatie	sport-artikelen	kleding	schoeisel	kantine-uitgaven	totaal[a]
alleenstaand, 40 jaar of jonger	50	18	7	10	8	7	100
paar, 40 jaar of jonger	51	10	12	10	8	9	100
gezin, jongste kind 6 jaar of jonger	50	14	14	9	7	6	100
gezin, jongste kind 7 jaar of ouder	47	12	13	12	10	5	100
paar, ouder dan 40 jaar	51	15	11	9	6	7	100
alleenstaand, ouder dan 40 jaar	45	18	9	9	8	11	100
alle huishoudens	49	14	12	10	8	7	100
alle huishoudens (euro)	241	68	57	49	40	33	487

a Het totaal in deze tabel wijkt af van tabel 13.2 omdat hierin ook de kantine-uitgaven zijn meegenomen.

Bron: CBS (BO'07)

Voor de uitgaven maakt het wel uit in welk verband men sport: een sportvereniging, een commercieel sportcentrum, op eigen gelegenheid of anderszins (tabel 13.4). Sporters die geen lid zijn van een sportvereniging of commercieel sportcentrum geven minder uit dan verenigingssporters of commerciële sporters (gemiddeld 241 euro tegenover resp. 366 en 444 euro).

Tabel 13.4

Uitgaven aan meest beoefende sport, sportende bevolking van 6 jaar en ouder (in euro)

	totaal	contributie en lesgeld	kleding, schoeisel en attributen
niet vereniging/commercieel (n = 1121)	241	126	143
vereniging (n = 1581)	366	223	143
commercieel (n = 571)	444	341	99
totaal (n = 3451)	350	223	136

Bron: MI (BSC'05)

Uitgaven aan passieve sportbeoefening

Ongeveer een derde van de Nederlanders bezoekt wel eens een sportwedstrijd (hoofdstuk 5). Gemiddeld kost een bezoek aan een sportwedstrijd ruim 7 euro

Rapportage Sport 2010_4.indd 222 25-11-2010 13:01:14

(tabel 13.5): toegangskosten, consumpties, besteding in winkels en overige kosten. Met name entreeprijzen en consumpties zijn de kostenposten van een dagje sport kijken. De abonnementskosten (bijvoorbeeld een seizoenskaart voor een voetbalclub uit de eredivisie) en de vervoerskosten zijn in dit bedrag niet meegenomen. Uit onderzoek van KNVB Expertise (2010) blijkt dat de kosten van een seizoenskaart voor het betaald voetbal ruim 200 euro bedragen. De 16-34-jarigen besteden hier gemiddeld 214 euro aan, de 35-54-jarigen 235 euro en de 55-plussers 238 euro. Daarnaast wordt er nog rond de 170 euro besteed aan losse kaarten voor gemiddeld vijf voetbalwedstrijden. De vervoerskosten voor het bezoek van een sportwedstrijd bedragen gemiddeld 3,5 euro (niet in tabel).

Tabel 13.5

Bestedingen aan sportwedstrijden, per bezoek, 2004-2005 en 2008-2009 (in euro)

	2004/'05	2008/'09
totale kosten van bezoek sportwedstrijd[a]	7,14	7,31
toegangsprijzen	3,63	3,07
consumpties	3,00	3,63
overige kosten[a]	0,51	0,37
bestedingen in winkels van activiteit (fanshop, merchandise)[b]	g.g.	0,25

a Exclusief vervoerskosten, abonnementen, e.d.
b In 2004/2005 is niet naar 'besteding in winkels' gevraagd.

Bron: NBTC-NIPO Research (CVTO'04/'05-'08/'09) (SCP-bewerking)

De kosten voor het bezoeken van verschillende typen sportwedstrijden lopen echter sterk uiteen. Een professionele sportwedstrijd – betaald voetbal of andere sporten – kost meer dan een amateurwedstrijd (tabel 13.6). Dat komt vooral door de toegangsprijzen. Voor amateurwedstrijden hoef je niet altijd een kaartje te kopen, en als dat wel moet, is het goedkoper dan voor professionele wedstrijden. Ook zijn consumpties in de lokale sportkantine goedkoper dan in een voetbalstadion, ijshal of op het motorcircuit (tabel 13.6). De uitgaven in de fanshop zijn per wedstrijd marginaal. Bij het betaald voetbal liggen ze omgerekend naar een heel seizoen wat hoger. De 16-54-jarigen besteden ongeveer 60 euro aan merchandise per seizoen; de 55-plussers gemiddeld 30 euro (KNVB Expertise 2010). Ook vervoerskosten zijn hoger voor professionele wedstrijden dan voor amateurwedstrijden: 6,17 euro voor betaald voetbal en 8,69 euro voor andere professionele sporten, ten opzichte van 2,08 euro voor amateurvoetbal en 3,04 euro voor andere amateurwedstrijden (niet in tabel).

Rapportage Sport 2010_4.indd 223 25-11-2010 13:01:14

Tabel 13.6

Bestedingen aan vier typen sportwedstrijden, per bezoek, bevolking, 2008-2009 (in euro)

	betaald voetbal	professionele wedstrijd andere sport	amateurvoetbal	amateur-wedstrijd andere sport
totale kosten van bezoek sportwedstrijd[a]	14,38	16,32	6,41	3,23
toegangsprijzen	7,98	7,59	2,27	0,83
consumpties	5,16	5,24	3,96	1,85
overige kosten[a]	0,88	1,33	0,11	0,38
bestedingen in winkels van activiteit (fanshop, merchandise)	0,36	2,16	0,08	0,17

a Exclusief vervoerskosten, abonnementen, e.d.

Bron: NBTC-NIPO Research (CVTO'08/'09) (SCP-bewerking)

De uitgaven aan sportwedstrijden verschillen per levensfase. Alleenstaanden geven het meest uit tijdens een bezoek aan een professionele sportwedstrijd (voetbal of andere sport), namelijk ruim 19 euro (tabel 13.7). Mensen met een partner maar zonder kinderen geven met ruim 16 euro minder uit dan alleenstaanden, maar nog altijd meer dan gemiddeld. Als er kinderen komen, wordt er bezuinigd op sportwedstrijden bezoeken. Mensen met jonge kinderen (0-5 jaar) geven zo'n 11 euro uit en mensen met kinderen in de basisschoolleeftijd ongeveer 9 euro. Als de kinderen wat ouder zijn, wordt meer besteed tijdens een bezoek aan een professionele sportwedstrijd; ongeveer evenveel als gezinnen zonder kinderen (tabel 13.7).

Tabel 13.7

Totale uitgaven[a] aan bezoek van professionele sportwedstrijden[b], per bezoek per persoon, naar levensfase, 2008-2009 (in euro)

	2008/'09
alleenstaand	19,22
paar zonder kinderen	16,18
gezin, jongste kind 6 jaar of jonger	11,23
gezin, jongste kind tussen 6 en 12 jaar	9,17
gezin, jongste kind 13 jaar of ouder	16,13
alle huishoudens	14,78

a Exclusief vervoer- en abonnementskosten.
b Gemiddelde van betaald voetbal wedstrijden en professionele wedstrijden van andere sporten).

Bron: NBTC-NIPO Research (CVTO'08/'09) (SCP-bewerking)

Rapportage Sport 2010_4.indd 224 25-11-2010 13:01:14

13.3 Overheidsuitgaven aan sportvoorzieningen

De overheid investeert in sportaccommodaties, vooral voor de breedtesport, maar ook voor de topsport. In 2007 besteedde de overheid 1017 miljoen euro aan sport, waarvan 785 miljoen euro aan sportaccommodaties (77%). Vooral gemeentes besteden een groot deel van het sportbudget (912 miljoen euro netto) aan accommodaties (782 miljoen euro), wat neerkomt op 86% (CBS StatLine, gedownload 29 juli 2010).
Deze overheidsuitgaven kunnen gezien worden als een vorm van subsidiëring van de sportdeelname: gebruikers hoeven minder huur te betalen dan de eigenlijke kostprijs. Indirect komen overheidsuitgaven daarmee boven op de persoonlijke consumptieve uitgaven. Subsidiëring van sportaccommodaties kan dus zowel een inkomenseffect (mensen betalen minder voor de sport en hebben inkomen over) als een substitutie-effect hebben: men zal meer gebruik kunnen maken van het (nu goedkopere) sportaanbod ten koste van andere bestedingen (Pommer en Jonker 2003).
De belangrijkste lokale ondersteuning van sportdeelname vindt dus plaats in de vorm van subsidiëring via sportaccommodaties, zowel voor de vrije tijd (75% van het budget) als voor gebruik tijdens schooltijd (25%, waarvan een vijfde naar het basisonderwijs en vier vijfde naar het middelbaar onderwijs). De vraag is of iedereen hiervan evenveel profiteert.

Gemiddeld profiteren Nederlanders van 6 jaar en ouder voor 22 euro per jaar van de overheidsinvesteringen in de sportaccommodaties. Vooral jongeren tussen de 12 en 17 jaar profiteren: zij 'ontvangen' gemiddeld 305 euro per jaar per persoon (tabel 13.8). Ook kinderen tussen de 6 en 11 jaar profiteren relatief sterk van de overheidsinvestering: 151 euro per jaar per persoon. Daarna neemt het profijt met het oplopen van de leeftijd snel af. Deze scheve verdeling is te verklaren doordat kinderen gebruik maken van schoolsportaccommodaties, doordat ze meer sporten, en dan ook nog vaker in officiële sportaccommodaties (zie ook figuur 12.1). Als we alleen de gebruikers van officiële sportaccommodaties meerekenen, dan is de verhouding tussen de leeftijdsgroepen – uiteraard – veel gelijkwaardiger. Alle gebruikers van officiële sportaccommodaties worden gemiddeld voor 231 euro per jaar 'gesubsidieerd' in hun sportbeoefening.

Een verdeling van de overheidsuitgaven aan sportaccommodaties naar de huishoudensituatie laat hetzelfde beeld zien: vooral gezinnen met kinderen profiteren. Een gezin waarvan het jongste kind 6 jaar of jonger is profiteert gemiddeld voor 139 euro per jaar, een gezin waarvan het jongste kind 7 jaar of ouder is gemiddeld 371 euro per jaar (zie bijlagetabel B13.1).

Rapportage Sport 2010_4.indd 225 25-11-2010 13:01:14

Tabel 13.8
Profijt van overheidsuitgaven aan sportaccommodaties naar leeftijdsgroepen, bevolking van 6 jaar en ouder en gebruikers van officiële sportaccommodaties, 2007 (in euro)

	totale bevolking	gebruikers van officiële sportaccommodaties
6-11 jaar	151	159
12-17 jaar	305	429
18-24 jaar	41	183
25-34 jaar	21	142
35-44 jaar	21	147
45-54 jaar	19	172
55-64 jaar	17	198
65 -74 jaar	18	240
75 jaar en ouder	6	193
totaal	22	231

Bron: SCP/CBS (AVO'07)

13.4 Deelname aan sport door arme en niet-arme kinderen

De overheid ondersteunt de sportdeelname niet alleen door investeringen in sportaccommodaties en sportverenigingen, maar ook via beleid gericht op groepen met een laag inkomen, zoals via het minimabeleid. De politiek heeft veel aandacht voor de verschillen in deelname tussen inkomensgroepen. 2010 is dan ook uitgeroepen tot Europees Jaar van de bestrijding van armoede en sociale uitsluiting, waarbij sport een van de aspecten is (Roest et al. 2010). Het idee is dat als de jongste generatie substantieel door armoede en sociale uitsluiting wordt getroffen, dat mogelijk een voorbode vormt van moeilijkheden in hun latere leven. In de loop van 2011 komt hierover een SCP-publicatie uit.
Een van de middelen om meer kinderen uit arme gezinnen aan het sporten te krijgen, is het Jeugdsportfonds. Per kind kan maximaal 225 euro per jaar aangevraagd worden voor een sportuitrusting of voor contributie. In 2008 ontvingen 8300 kinderen een bijdrage (Jeugdsportfonds 2009). Deze kinderen wonen vooral in zeer sterk en sterk stedelijke gebieden en bijna een kwart (24%) woont in een aandachtswijk. De gemiddelde leeftijd van de kinderen is 11 jaar en er komen vooral veel aanvragen binnen voor jongens. De meeste kinderen willen graag meedoen aan zwemlessen, voetbal en vecht- en verdedigingssporten (Collard 2010).

Mensen met een laag inkomen doen substantieel minder vaak aan sport dan mensen met een hoog inkomen (Kamphuis en Van den Dool 2008b, Breedveld 2006, Jehoel-Gijsbers 2009). Hun kinderen sporten dan ook minder, in de basisschoolleeftijd maar ook als middelbare scholier (zie bijlagetabel B13.2). Kinderen uit rijkere gezinnen zijn vaker lid van meerdere clubs dan arme kinderen (27% resp. 14%). Bij arme gezinnen vor-

Rapportage Sport 2010_4.indd 226 25-11-2010 13:01:14

men financiële redenen vaker een reden om niet of minder te sporten dan bij niet arme gezinnen.
Arme gezinnen geven minder uit aan sport dan niet-arme gezinnen. Tabel 13.9 toont de bedragen die gezinnen zelf kwijt zijn; dus na aftrek van eventuele vergoedingen of kortingen van bijvoorbeeld de gemeente. Er zijn twee mogelijke verklaringen voor de lagere uitgaven. Ten eerste beoefenen kinderen uit niet-arme gezinnen naar verhouding vaker duurdere sporten (paardrijden, skiën, duiken of klimmen). Ten tweede, wanneer ze wel een zelfde tak van sport beoefenen, ligt de gemiddelde contributie die arme kinderen betalen lager dan die van niet-arme kinderen. Wellicht kiezen kinderen uit arme gezinnen voor goedkoper aanbod dan kinderen uit niet-arme gezinnen, zoals paardrijden in een manegeles in plaats van aanschaf van een eigen paard.

Tabel 13.9

Werkelijke kosten[a] per jaar voor deelname aan sport[b] volgens ouders, naar arm/niet-arm huishouden[c] en leeftijdsgroep, sportende kinderen van 5-17 jaar, 2008 (herwogen percentages)

	totaal		arm		niet-arm	
	5-11 jaar	12-17 jaar	5-11 jaar	12-17 jaar	5-11 jaar	12-17 jaar
< 151 euro	6	2	9	4	5	1
151-400 euro	32	36	40	36	31	36
≥ 401 euro	50	53	38	46	52	55
weet niet	12	9	13	14	12	8

a Het gaat om alle kosten voor sport, zoals contributie, sportkleding, materiaal, vervoer en andere bijkomende kosten.
b Inclusief zwemles.
c Arm: huishoudinkomen < 120% van het sociaal minimum; niet-arm: huishoudinkomen ≥ 120% van het sociaal minimum.

Bron: SCP (ASOUK'08)

Financiële en andere redenen voor niet-deelname door kinderen

Vaak worden financiële redenen aangeven als verklaring waarom kinderen uit arme gezinnen minder vaak aan sport doen dan kinderen uit niet-arme gezinnen. Maar er zijn ook andere niet-financiële risicofactoren (Roest et al. 2010). Opgroeien in een arm gezin heeft slechts een beperkt indirect effect op sportdeelname (een coëfficiënt van –.05, tabel 13.10). Een sterker direct effect heeft de leeftijd van het kind zelf (–.19, meer kinderen doen aan sport als ze ouder zijn) en onvoldoende sociale participatie van de ouders (–.12), materiële deprivatie in huishouden (–.11) en de opleiding van de ouders (.11). Een indirect effect gaat uit van de herkomst van de ouders (–.13). Wanneer ouders zelf sociaal actiever zijn – uitgaan, lid zijn van clubs, vrijwilligerswerk verrichten en een uitgebreid sociaal netwerk hebben – is de kans dat hun kinderen aan sport doen groter. Als alleen gekeken wordt naar betrokkenheid van ouders bij sport door lidmaatschap of vrijwilligerswerk, is dit verband overigens minder sterk (niet in tabel). Het lijkt er op dat niet zozeer het sportief kapitaal van ouders van belang is voor hun kinderen, maar vooral het sociaal kapitaal (vgl. Breedveld 2006).

Rapportage Sport 2010_4.indd 227 25-11-2010 13:01:15

Materiële deprivatie heeft een vergelijkbaar effect: wanneer het voor ouders lastig is bepaalde basale zaken voor de kinderen, zoals kleding, schoenen, kosten voor school en uitstapjes, te betalen, is de kans dat een kind aan sport doet kleiner.
Het opleidingsniveau van de ouders heeft een positief verband met de sportdeelname van de kinderen. Ouders met een hogere opleiding sporten zelf ook meer dan ouders met een lagere opleiding (Kamphuis en Van den Dool 2008b). De eigen sportdeelname blijkt echter van meer belang dan het opleidingsniveau voor de sportdeelname van het kind (Breedveld 2006).

Tabel 13.10

Indirect, direct en totaal effect van risicofactoren op sportdeelname[a], kinderen van 5-17 jaar, n = 2.202 (gestandaardiseerde coëfficiënten)

	indirect effect	direct effect	totaal effect
financiële factoren			
arm huishouden	–.05*	–	–.05*
kenmerken van het gezin			
eenoudergezin	–.07***	–	–.07***
kenmerken van de ouders			
niet-westerse herkomst	–.13***	–.06**	–.19***
opleidingsniveau	.09***	.11***	.19***
geen betaald werk (ouder/beide ouders)	–.05*	–	–.05*
gezondheid	.01	–	.01
onvoldoende sociale participatie	–	–.12***	–.12***
materiële deprivatie	–.04*	–.11***	–.15***
kenmerken van het kind			
sekse (1 = meisje, 0 = jongen)	–	–.05*	–.05*
leeftijd	–	–.19***	–.19***
kenmerken van de omgeving			
sociaaleconomische status woonwijk	–.01	–.06**	–.06**

a Doet aan sport, inclusief zwemles.
Verklaarde variantie = 14%. $\chi 2$ (df = 42, n = 2.202) = 88.320, p = .000; CFI = .992 ; RMSEA = .022.
*** p < .001; ** p < .01; * p < .05.

Bron: SCP (ASOUK'08)

Tot slot is er nog een indirect effect, namelijk van de herkomst van de ouders. Kinderen van ouders van niet-westerse herkomst doen minder vaak aan sport. Zoals gezegd, dit is een indirect effect: de niet-westerse herkomst beïnvloedt enerzijds, via werkloosheid en armoede, de materiële deprivatie, die maakt dat kinderen minder sporten (Roest et al. 2010). Anderzijds leidt de niet-westerse herkomst tot een lager opleidingsniveau wat

Rapportage Sport 2010_4.indd 228 25-11-2010 13:01:15

vervolgens (deels via onvoldoende sociale participatie) leidt tot minder sportdeelname van de kinderen.

13.5 Conclusies

Nederlanders besteden steeds meer geld aan sport, ook in verhouding tot hun totale consumptieve bestedingen. De grootste stijging doet zich voor bij paren ouder dan 40 jaar: 60% tussen 2000 en 2007. Dit komt overeen met de toegenomen sportdeelname onder deze groep. Gezinnen met kinderen van 7 jaar of ouder geven het meeste geld uit aan sport, gemiddeld 908 euro per jaar.
Uitgaven aan sportdeelname gaan voor bijna de helft naar contributie en lessen, en voor de rest naar huur van sportaccommodaties, sportartikelen, kleding, schoeisel en consumpties in de kantine.

Ongeveer een derde van de Nederlanders bezoekt wel eens een sportwedstrijd (passieve sportdeelname). Ook dat kost geld: gemiddeld ruim 7 euro per persoon. Professionele (voetbal)-wedstrijden kosten ruim twee keer zo veel vanwege de hogere toegangsprijzen. Gezinnen met kinderen tot en met 12 jaar, de categorie die het meeste geld uitgeeft aan actieve sportdeelname, spenderen juist minder aan passieve sportdeelname dan alleenstaanden, paren zonder kinderen en paren met oudere kinderen. Geld kan maar eenmaal uitgegeven worden; kennelijk vinden de ouders het belangrijker om de kinderen zelf te laten sporten dan om hen naar sportwedstrijden te laten kijken. Ouders bezoeken overigens wel sportwedstrijden waar hun eigen kinderen aan meedoen (hoofdstuk 5).

Ook de overheid investeert in sport. Het meeste profijt daarvan hebben kinderen van 6-12 jaar (jaarlijks gemiddeld 203 euro) en de 12-17-jarigen (jaarlijks gemiddeld 369 euro). De overheidsbestedingen aan sportaccommodaties komen dus met name bij de jeugd terecht. De vraag is of dit terecht is. De sportdeelname is onder de jeugd het hoogst, dus waarom zou je die nog meer ondersteunen? Is het niet zinvoller om te investeren in de sportdeelname van ouderen? Of is de sportdeelname onder kinderen juist zo groot dankzij de overheidssteun en zal die teruglopen als die steun afneemt? Aangezien op jonge leeftijd gaan sporten samengaat met sportdeelname op oudere leeftijd, jong geleerd is oud gedaan, zou dat negatieve gevolgen kunnen hebben voor de toekomst. In dat geval is het legitiem dat de meeste overheidssteun voor sport bij de jeugd terecht komt. Diepgaander onderzoek is nodig om deze vragen te beantwoorden.

Ondanks het feit dat overheidssteun met name terecht komt bij de jeugd, blijven sommige jongeren achter. Het overheidsbeleid is gericht op het gelijktrekken van de sportdeelname onder kinderen, onder meer door arme kinderen een beroep te laten doen op het Jeugdsportfonds. Ons onderzoek wijst echter uit dat minder sporten door arme kinderen slechts beperkt en indirect verklaard wordt door het gebrek aan financiële middelen. Belangrijker verklarende factoren zijn de beperkte sociale participatie van de ouders, een laag opleidingsniveau van de ouders, en de herkomst van de ouders. De vraag is dus of financiële steun de meest zinvolle manier is om kinderen uit arme gezin-

Rapportage Sport 2010_4.indd 229 25-11-2010 13:01:15

nen te laten sporten. Het ligt meer voor de hand de ouders te stimuleren om het goede voorbeeld te geven (zie ook Schols et al. 2010).

Noten

1 Het Budgetonderzoek meet de consumentenbestedingen van particuliere huishoudens. Een particulier huishouden bestaat uit een of meer personen die alleen of samen in een woonruimte gevestigd is (zijn) en zelf in het dagelijks onderhoud voorziet (voorzien). Voor het berekenen van de totale consumentenbestedingen (per bestedingscategorie) zijn de gemiddelde bestedingen per particulier huishouden vermenigvuldigd met het totale aantal particuliere huishoudens in het desbetreffende jaar.
2 Als uitgaven aan motor- en zeilboten worden meegenomen zijn de uitgaven aan sport in 2007 ten opzichte van 2004 wel toegenomen, namelijk van 3,7 naar 4,3 miljard euro.
3 Bij kleding en schoeisel is niet te achterhalen of ze alleen voor sporten gebruikt worden of ook voor andere gelegenheden.

Literatuur

Breedveld, K. (2006). Verschillen in sportdeelname. In: K. Breedveld en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage Sport 2006* (p. 299-321). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Collard, D. (2010). *Jeugdsportfonds: half jaar cijfers 2010*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Hoekman, R. (2010). *Recessiepeiling gemeenten 2010; Doorwerking economische recessie op gemeentelijk sportbudget*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Jehoel-Gijsbers, G. (2009). *Kunnen alle kinderen meedoen?* Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Jeugdsportfonds (2009). *Jaarverslag 2008*. Amsterdam: Jeugdsportfonds.

Kamphuis, C. en R. van den Dool (2008a). Volgers van de sport. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008* (p. 102-125). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Kamphuis, C. en R. van den Dool (2008b). Sportdeelname. In: K. Breedveld, C. Kamphuis en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage sport 2008* (p. 74-101). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

KNVB Expertise (2010). *Eredivisie fan onderzoek 2009/'10*. Zeist: KNVB Expertise.

Oldenboom, E., P. Hopstaken en F. van der Meer (1996). *De nationale bestedingen aan sport*. Amsterdam: SEO Economisch Onderzoek.

Pommer, E. en J.J. Jonker (2003). *Profijt van de overheid; De personele verdeling van gebonden overheidsuitgaven en -inkomsten in 1999*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

PRC (2008). *De economische betekenis van sport*. Rotterdam: Policy Research Corporation.

Roest, A., A.M. Lokhorst en C. Vrooman (2010). *Sociale uitsluiting bij kinderen. Omvang en achtergronden*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Schols, M., C. van Weert en J. de Haan (2010). Vrijetijdsbesteding van ouders en hun kinderen. In: *Sociaal Cultureel Rapport 2010*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Rapportage Sport 2010_4.indd 230 25-11-2010 13:01:15

Bijlagen bij hoofdstuk 13, te vinden op www.scp.nl/publicaties bij Rapportage sport 2010

B13.1 Profijt van overheidsuitgaven aan sportaccommodaties door verschillende huishoudentypes, hoofd van het huishouden, 2007 (in euro)

B13.2 Deelname aan sport, naar arm/niet-arm huishouden en leeftijdsgroep, kinderen van 5-17 jaar, 2008 (herwogen percentages)

Rapportage Sport 2010_4.indd 231 25-11-2010 13:01:15

DEEL IV

Epiloog

14 Sport: een leven lang – ook in de toekomst?

Annet Tiessen-Raaphorst, Jos de Haan (SCP) en Koen Breedveld (W.J.H. Mulier Instituut)

14.1 Een leven lang actief met sport

Anders dan in eerdere Rapportages sport staat in deze editie een thema centraal, namelijk betrokkenheid bij sport in verschillende leeftijdsfases. We besteden zowel aandacht aan de participatie als aan het sportaanbod. Wat betreft de participatie gaat het over zelf sporten (breedtesport en topsport), vrijwilligerswerk in de sport en het volgen van de sport via sportwedstrijden en via de media (radio/tv, gedrukte media en internet). Vanuit de aanbodskant wordt een licht geworpen op het georganiseerde sportaanbod, sporten in informele groepen, ruimte en accommodaties en de uitgaven aan actieve en passieve sportparticipatie.

Een thematische bestudering van sport in verschillende leeftijdsfases is zowel wetenschappelijk als beleidsmatig van belang. De condities om bij sport betrokken te zijn, veranderen; elke levensfase kent een mix van mogelijkheden en restricties om zelf sport te beoefenen (helemaal als het om topsport gaat), om zich als vrijwilliger in te zetten of om live of via de media sport te volgen. In het algemeen heeft iedereen in elke levensfase te maken met temporele, sociale, financiële en fysieke mogelijkheden en beperkingen. Door verschillende levensfasen apart onder de loep te nemen, ontstaat een meer gedetailleerd inzicht in de invloed van factoren per levensfase. Dat helpt niet alleen het sportonderzoek vooruit, maar biedt ook aangrijpingspunten voor beleid voor verschillende leeftijdsgroepen of levensfases om een levenslange betrokkenheid bij sport onder de Nederlandse bevolking te bevorderen.

Levensfasen worden gemarkeerd door belangrijke levensgebeurtenissen. Voorbeelden zijn van school gaan, een vaste partner vinden, een kind krijgen of met pensioen gaan. Het afbakenen van levensfasen voor grotere groepen is lastig geworden, omdat steeds minder mensen op hetzelfde moment en in de dezelfde volgorde belangrijke levensgebeurtenissen meemaken. Ook wordt het steeds gewoner dat mensen sommige levensfasen meerdere malen doorlopen, zoals scheiden en hertrouwen. Daarom is in dit rapport een meer pragmatische keuze gemaakt, namelijk door levensfasen in te delen naar leeftijdsperiodes. De grenzen van de leeftijdscategorieën zijn zo veel mogelijk op betekenisvolle momenten gekozen, zoals de beëindiging van de leerplicht of het jaar waarop AOW ingaat.[1] Daarmee wordt niet helemaal recht gedaan aan het idee van flexibele levenslopen, maar bijkomend voordeel is dat zich in iedere leeftijdsgroep personen bevinden die bepaalde transities wel of niet hebben meegemaakt en dat de betrokkenheid bij sport van deze groepen met elkaar vergeleken kan worden. Deze methode biedt tevens een alternatief voor een gebrek aan longitudinale data op

Rapportage Sport 2010_4.indd 235 25-11-2010 13:01:16

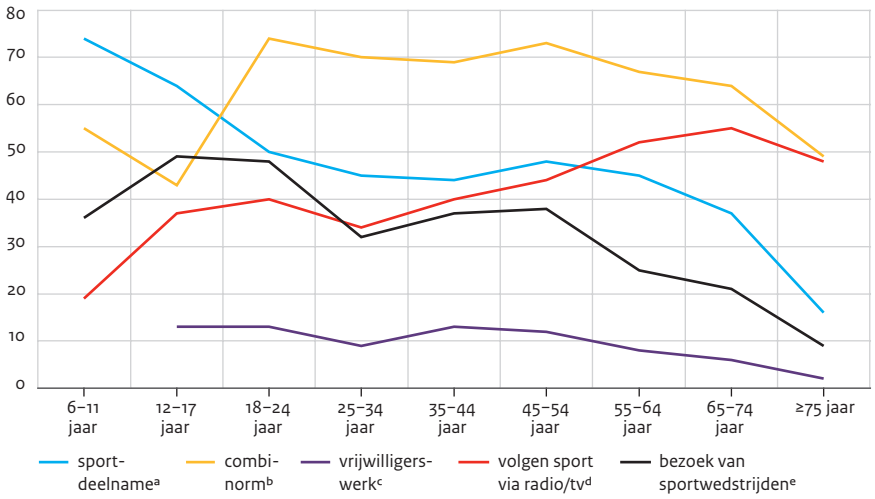
individueel niveau. Idealiter zouden we de betrokkenheid bij sport willen bestuderen op basis van meerdere meetmomenten bij dezelfde individuen. We zijn echter aangewezen op herhaalde surveys onder steeds een nieuwe steekproef van de Nederlandse bevolking of op onderzoeken naar een specifieke leeftijdsgroep of levensfase (zoals onder scholieren, werkenden of mensen die in een zorginstelling wonen).

In de voorgaande hoofdstukken zijn verschillende delen uit het leven en verschillende contexten apart beschreven. Hier beschrijven we per levensfase een aantal opvallende uitkomsten. Vervolgens bespreken we in hoeverre deze uitkomsten in combinatie met organisatorische aspecten kunnen bijdragen aan beleid om een levenslange betrokkenheid bij sport te stimuleren.

14.2 Deelname aan en betrokkenheid bij sport in de levensloop

De populariteit van de verschillende vormen van betrokkenheid bij sport wisselt per levensfase. Figuur 14.1 biedt een overzicht van de participatie.

Figuur 14.1
Betrokkenheid bij sport en bewegen, naar leeftijd, 2007, 2008/2009 (in procenten)



a Minstens 40 weken per jaar.
b Zie bijlage A voor een omschrijving.
c Vanaf 16 jaar gevraagd.
d Wekelijks of vaker.
e Minimaal een keer per jaar.

Bron: SCP/CBS (AVO'07), TNO (OBiN'08/'09)

Rapportage Sport 2010_4.indd 236 25-11-2010 13:01:16

Sport en bewegen: deelname aan breedte- en topsport, motieven, aanbieders en accommodatiegebruik

Jongeren

De frequente sportdeelname (minstens 40 weken per jaar) is het hoogst onder jongeren: 75% van de 6-11-jarigen doet aan sport, bij de 12-17-jarigen is dit 63%. Terwijl jongeren in deze laatste leeftijdsgroep nog veel vrije tijd hebben (42 uur per week), kunnen huiswerk, eerste vriendjes of vriendinnetjes, bijbaantjes en vele andere interesses een belemmering of stimulans zijn voor de sportdeelname. Jongeren sporten vrijwel altijd in georganiseerd verband: 90% is lid van een sportvereniging. Ze maken daardoor naar verhouding ook veel gebruik van officiële binnen- en buitensportaccommodaties.

Trainen en competitie spelen doen 6-11-jarige sporters minder dan 12-17-jarigen (68% resp. 76%). De jonge wedstrijdsporters zijn een grote kweekvijver van potentiële topsporters. De voorspelbaarheid van later succes is op deze leeftijd echter nog beperkt. Wel blijkt dat topsporters op steeds jongere leeftijd (gemiddeld 10,7 jaar) beginnen met de sport waarin ze later uitblinken. Maar het komt vaker voor dat ze eerst andere sporten hebben beoefend. Potentiële topsporters besluiten gemiddeld tussen 16 en 17 jaar om zich in een sport te specialiseren. Dan breekt een periode van intensivering aan, waarbij topsport prioriteit krijgt boven andere activiteiten zoals school en hobby's. De gemiddelde trainingstijd loopt op van 12 naar 22 uur per week.

Jongeren die geen carrière in de topsport nastreven, hechten in het sporten de meeste waarde aan speelplezier (69%) en sociaal contact (60%). Dit halen ze niet alleen uit het sporten in clubverband, ook uit school en uit andere vormen van beweging in de vrije tijd. In hun totale beweegpatroon is sport slechts een klein onderdeel. Vooral voor basisschoolleerlingen is buiten spelen een belangrijke vorm van bewegen, net als fietsen en wandelen naar school, fietsen in de vrije tijd en active gamen. Ondanks de hoge sportdeelname voldoet maar 55% van de 6-11-jarigen en 44% van de 12-17-jarigen aan de combinorm: dagelijks een uur matig intensief bewegen of drie dagen per week 20 minuten intensief bewegen (zie bijlage A voor de beweegnormen).

Voor topsporters breekt rond 18 jaar de perfectioneringsfase aan. In Nederland behoren zo'n 500 topsporters tot de top acht van de wereld in hun tak van sport. Tegenslagen (zoals blessures, niet geselecteerd worden, een conflict met de trainer of medesporters) of verandering van prioriteiten (studie, werk, relatie) doet velen hun topsportbeoefening op een lager pitje zetten of geheel afbouwen. Voor diegenen die wel doorgaan, wordt de totale omvang van training, trainingsstages en internationale wedstrijden geschat op gemiddeld 2000 uur per jaar, wat gelijk staat aan een fulltime baan. Velen combineren dit met een studie of betaalde baan, deels om in extra inkomsten te voorzien. In vergelijking met andere loopbanen houdt de topsportcarrière vroeg op: de meeste topsporters stoppen voor hun 30e jaar. Hoewel zij in fysiek, mentaal, sociaal en financieel opzicht grote offers hebben moeten brengen, kijken de meeste voormalige topsporters positief terug op hun loopbaan. Een deel, vooral mensen die noodgedwongen een punt zetten

Rapportage Sport 2010_4.indd 237 25-11-2010 13:01:16

achter hun topsportcarrière, ontmoet problemen (het zwarte gat) en zoekt hulp om een nieuwe identiteit en levensinvulling te vinden.

Volwassenen

Vanaf het 18e jaar blijft de deelname aan breedtesport lange tijd redelijk constant: rond de 46% van de 18-64-jarigen doet aan sport. Opvallend is dat vooral de huidige 45-64-jarigen veel meer aan sport doen dan bij vorige cohorten het geval was. Wellicht zien meer mensen het belang van sport en bewegen voor hun gezondheid.
Fluctuaties in de sportdeelname ontstaan bij de volwassenen vooral als ze kinderen krijgen: ouders met kinderen jonger dan 6 jaar sporten minder dan mensen zonder kinderen. Als de kinderen ouder worden neemt de sportdeelname van de ouders ook weer toe. Als een ouder er alleen voor staat, is de sportdeelname fors lager dan als twee volwassenen samen een gezin runnen. Ten tweede vormt werk een bron van verschil. Mensen met een betaalde baan sporten meer dan werklozen of arbeidsongeschikten. Dat laatste verschil maakt duidelijk dat een gebrek (of teveel) aan tijd op zich niet allesbepalend is voor sportdeelname (Breedveld 2006). Behalve voldoende tijd is daar ook voor nodig dat men de energie heeft om erop uit te trekken, sportmaatjes heeft en ervaart dat het de moeite loont, leuk is, om te gaan sporten. Vroegere positieve sportervaringen, vertrouwen in de eigen fysieke gesteldheid en een aantrekkelijke voorziening in de woonomgeving zijn daarin van belang.
Vanaf 45 jaar beginnen fysieke beperkingen vaker voor te komen, wat consequenties heeft voor de sportdeelname: mensen zonder matige of ernstige fysieke beperkingen sporten veel meer dan mensen met beperkingen. De slechte gezondheid belemmert deze laatste groep in het sporten (of vormt in ieder geval een geaccepteerd excuus om de sport vaarwel te zeggen). Voor mensen zonder beperkingen is gezond blijven juist een reden om aan sport te (blijven) doen.

Voor volwassenen is de gezondheid het belangrijkste motief, gevolgd door verbetering van de conditie en plezier in het sporten. Presteren is voor hen minder belangrijk, wat ook blijkt uit het met de leeftijd afnemende percentage sporters dat meedoet aan training of competitie. Individueel sporten is bij volwassenen populairder dan de sportvereniging. Ook sporten via een commerciële aanbieder (fitness, zwemmen) wordt – vooral door volwassenen tot 44 jaar – veel gedaan. Sporten in informele groepen is voor velen een goede optie: het is goedkoop, kost weinig tijd en mensen voelen zich erg betrokken bij de groep. Volwassenen maken door deze voorkeuren voor takken en organisatievormen van sport vaak gebruik van de openbare ruimte of van binnensportaccommodaties.

Het behalen van de combinorm loopt bij volwassenen licht terug naarmate ze ouder worden: 74% van de 18-24-jarigen voldoet aan de combinorm, bij de 55-64-jarigen is dit 67%. De combinorm voor volwassenen van 18 jaar en ouder is soepeler dan voor jongeren (minstens vijf dagen per week een half uur in plaats van dagelijks een uur matig intensief bewegen). Dat verklaart deels de stijging in het behalen van de combinorm van jongere naar volwassen leeftijd. Opvallend is dat bewegen minder leeftijdsgevoelig is dan

Rapportage Sport 2010_4.indd 238 25-11-2010 13:01:16

sporten. Oudere mensen blijven vaak wel in beweging, ook als ze stoppen met sporten. In het totale beweegpatroon heeft sport slechts een aandeel van 5-8%. Afgemeten aan de zuivere hoeveelheid beweegtijd is de betekenis van sport voor de fysieke gezondheid beperkt (al is ieder beweeguurtje er een in deze sedentaire tijden). Maar sport heeft ook andere betekenissen, bijvoorbeeld in termen van sociale contacten, trots, zelfbewustzijn, psychische gezondheid, plezier in bewegen, graag intensief bewegen, een gezonde leefstijl kiezen omdat men zich een sportman of -vrouw voelt. Het is aan het sportonderzoek om meer inzicht te bieden in die betekenissen van sport en duidelijk te maken dat de betekenis van sport niet alleen valt af te meten aan de hoeveelheid tijd die ermee gemoeid is.

Het beweegpatroon is dus veel breder dan sport alleen. Mensen bewegen in verschillende contexten, waarvan werk door het grote tijdsbeslag een van de belangrijkste is. Het soort werk is wel van invloed: mensen met een zittend of staand beroep bewegen minder en voldoen minder vaak aan de combinorm dan mensen met een beroep waarin ze veel beweging krijgen. Mensen die op het werk veel zitten of staan, compenseren dit tekort aan bewegen ook niet op een andere manier, zoals in de vrije tijd. Bewegen op het werk (zoals via bedrijfssport) wordt volgens de werkenden zelf nog niet vaak aangeboden en waar dat wel zo is maken ze er beperkt gebruik van. Twee van de vijf bedrijven melden wel een aanbod te hebben. Kennelijk wordt dat door werknemers niet als zodanig herkend. Dit pleit ervoor dat werkgevers een breed palet aan sport- en beweegmogelijkheden aanbieden, zelfgeorganiseerd of in combinatie met anderen, om zoveel mogelijk werknemers te laten participeren.

Ouderen

Na het 65ste jaar begint de sportdeelname echt af te nemen: 38% van de 65-74-jarigen en 15% van de 75-plussers doet nog minstens 40 weken per jaar aan sport. Weliswaar beschikt men in deze levensfase over veel meer vrije tijd (59,6 uur per week), maar traditionele denkbeelden over bezigheden die bij hun leeftijd passen, een afnemende fysieke energie en lenigheid, en ervaren fysieke ongemakken belemmeren een sportieve invulling hiervan. 28% van de 65-74-jarigen heeft matige tot ernstige fysieke beperkingen (waarvan 6% ernstig), bij de 75-plussers is dit 55% (waarvan 23% ernstig).
Niet-sportende 65-plussers vinden zichzelf te oud, hebben naar eigen mening al genoeg andere lichaamsbeweging of vinden dat hun gezondheid het niet meer toelaat. Ouderen die wel sporten, doen dit voor de gezondheid, het plezier, de conditie of de gezelligheid. Vooral het plezier is in deze levensfase belangrijker dan bij mensen jonger dan 65 jaar. Fietsen, wandelen en zwemmen zijn veelbeoefende sporten, vaak in de openbare ruimte of in een zwembad. Het sportaanbod zou meer aandacht moeten krijgen voor 65-plussers, ook met het oog op de toenemende vergrijzing. Een deel van de sportverenigingen, zwembaden en fitnesscentra doet dit ook al, maar het zou nog meer kunnen.

Van de 65-74-jarigen beweegt 64% en van de 75-plussers 49% voldoende volgens de combinorm. Sport is slechts 5% van het totale beweegpatroon van de ouderen. Wel is het zo dat ouderen die sporten vaker aan de combinorm voldoen dan ouderen die niet sporten.

Rapportage Sport 2010_4.indd 239 25-11-2010 13:01:16

Ouderen die meer intensief bewegen (bijvoorbeeld in de sport) brengen de vrije tijd ook minder zittend door dan mensen die minder intensieve beweging hebben.

In het bewegen is er duidelijk een verschil tussen zelfstandig wonende 65-74-jarigen en 75-plussers. Mensen van 75 jaar en ouder die niet voldoen aan de combinorm hebben veel minder vaak de intentie om nog te gaan bewegen. Ze zien het belang er minder van in, missen vaker de sociale steun om te gaan bewegen en kunnen zichzelf er ook niet meer toe zetten. 75-plussers zijn in het algemeen ook vaker inactief (geen enkele dag nog 30 minuten matig intensieve beweging) en brengen hun tijd grotendeels zittend door. Zelfstandig wonende ouderen zijn wel veel actiever dan ouderen in een instelling. Hoewel die laatsten gemiddeld een hoge leeftijd hebben, is leeftijd voor hen geen onderscheidende factor als het gaat om inactiviteit. Sekse en motorische beperkingen wel: vrouwen en mensen met motorische beperkingen zijn vaker minder actief.

Sportwedstrijden bezoeken en sport volgen in de media

Het bezoek van sportwedstrijden is het hoogst bij 12-24-jarigen. In deze leeftijdsgroep is sport volgen via de media minder populair dan bij oudere leeftijdsgroepen; alleen sport volgen via internet is bij de 12-34-jarigen naar verhouding veel populairder, bijvoorbeeld via live streaming en Hyves-community's. Vanaf 25 jaar vertalen tijdsdruk en verschuivende interesses zich ook in een verminderde belangstelling voor het volgen van sport, zowel via de media als door het bezoeken van wedstrijden. Vanaf 35 jaar lijkt het wedstrijdbezoek gekoppeld te zijn aan de wedstrijden van de eigen kinderen. Vanaf 55 jaar neemt het wedstrijdbezoek af, maar neemt het volgen van sport via de media sterk toe. Naar verhouding gebruiken veel 55-plussers de gedrukte media om geïnformeerd te worden over sport, maar nog steeds minder dan televisie of radio.

Sportvrijwilligerswerk

Jongeren zijn niet alleen als sporters actief in verenigingen, ook verrichten ze vaak vrijwilligerswerk. Ze doen dit vaker in de sportclub dan in het algemeen. Het feit dat de maatschappelijke stage bij een sportclub gedaan kan worden, zal dit verschijnsel alleen maar versterken. De vraag is of jongeren na hun maatschappelijke stage ook nog vrijwilligerswerk blijven doen. Voor de 18-24-jarigen is een belangrijk motief voor vrijwilligerswerk dat ze nieuwe ervaringen opdoen, ook om het vinden van een baan te vergemakkelijken. Het percentage vrijwilligers daalt onder de 25-34-jarigen om vanaf het 35ste jaar weer toe te nemen. Vooral mensen met kinderen van 7 jaar of ouder zijn actief als vrijwilliger in de sport, waarschijnlijk bij de club van de kinderen. De 45-54-jarigen doen vrijwilligerswerk om andere mensen te helpen, willen graag dingen doen waar ze goed in zijn en nieuwe ervaringen opdoen. Vanaf 55 jaar gaat men minder vrijwilligerswerk doen voor de sportvereniging, maar wel meer vrijwilligerswerk in het algemeen. Deze groep mensen ziet vrijwilligerswerk als een plicht, beïnvloed door het geloof of een politieke overtuiging. Ze doen het om iets te doen voor de samenleving, om mensen te ontmoeten en vrienden te maken, vooral onder mensen met dezelfde ideeën.

Rapportage Sport 2010_4.indd 240 25-11-2010 13:01:16

14.3 Vizier op de toekomst

De sportwereld heeft het vizier op de toekomst gericht. In het Olympisch Plan 2028 ligt de eerste focus op 2016. Men wil dan de betrokkenheid bij sport op verschillende terreinen vergroot hebben: een grotere sportdeelname, een sociaal klimaat waarin burgers graag een bijdrage leveren aan de maatschappij (zoals in de sportvereniging) of toenemende sportbeleving door gegroeide media-aandacht (NOC*NSF 2009a). Dit geldt voor de hele bevolking, dus zal men rekening moeten houden met kenmerken, voorkeuren en wensen van personen in verschillende levensfases.

Als je de verschillende soorten betrokkenheid bij sport (zelf frequent sporten, vrijwilligerswerk en sport volgen) optelt, dan blijkt dat 66% van de bevolking op een of andere wijze bij sport betrokken is.[2] In deze optelling van afzonderlijke vormen van betrokkenheid is opvallend weinig variatie tussen leeftijdsgroepen: het hoogst is de betrokkenheid bij jongeren (73%), het laagst bij de 75-plussers (53%). Ook hier vormen mensen met een gezin met kinderen van 6 jaar of jonger een tijdelijke dip in de sportbetrokkenheid (58%). Als het jongste kind 7 jaar of ouder is, stijgt de sportbetrokkenheid van de ouders naar 70%.

Opmerkelijk is natuurlijk ook dat een derde van de bevolking op geen enkele manier blijk geeft van sportieve interesse: niet om structureel zelf te doen of vrijwilligerswerk in te verrichten, niet om te bezoeken en ook niet om wekelijks thuis op tv naar te kijken. Dat werpt toch een ander licht op 'Nederland Sportland'. Wanneer het streven is heel Nederland tot sportland te maken, op olympisch niveau te krijgen, dan ligt de grootste uitdaging voor de komende jaren bij groepen mensen voor wie de interesse in sport laag en allesbehalve vanzelfsprekend is. Dat vergt doordachte strategieën over nieuw aanbod, segmentatie op basis van behoeften en voorkeuren, en een communicatie- en marketingstrategie die vertrekt vanuit de idee dat iemand sport ook niet belangrijk kan vinden en niet per definitie leuk vindt om te doen. In een sportieve samenleving is de kans groot dat ook mensen die sport niet leuk vinden toch willen sporten, omdat dat de norm is (Elling en Maassen 2010).
Maar ondanks alle stimulerende strategieën zullen er altijd Nederlanders blijven die niet kunnen of niet willen sporten (vgl. Kooiker en Van der Velden 2007). Mensen moeten zich vrij voelen om hun eigen mening over sport te behouden en te ventileren. Dat doet recht aan het wezen van de sport als een activiteit die men onderneemt uit vrije wil. De doelen die men met sport kan bereiken – sociaal contact, een gevoel van eigenwaarde, gezondheid – zijn ook langs andere wegen te bereiken.

Naast het huidige beeld van betrokkenheid is het de vraag – relevant met het oog op de ambities voor de toekomst – hoe deze betrokkenheid zich zal ontwikkelen. Sport is onderdeel van de cultuur. Die cultuur vertoont variaties, schommelingen waarin uitingen meer en minder populariteit kunnen genieten. Op dit moment is die (gezondheids)cultuur de sport welgevallig. Maar, zoals dat ook geldt voor beleggingen, resultaten uit het verleden bieden geen garantie voor de toekomst. De *sportmindedness* kan ook weer

Rapportage Sport 2010_4.indd 241 25-11-2010 13:01:16

afnemen, bijvoorbeeld als de medische industrie een pil uitvindt tegen overgewicht of suikerziekte en daarmee een belangrijk motief om te sporten ondergraaft. Of als te veel tamboereren op het belang van sport en gezondheid weerzin opwekt tegen een activiteit die velen toch vooral voor hun plezier en uit vrije wil doen – een gevaar dat met alle huidige aandacht voor het Olympisch Plan niet denkbeeldig is en dat wellicht mede kan verklaren waarom middelbare scholieren zich afkeren van de sport.
Er zal meer moeten gebeuren om groei te bewerkstelligen dan vertrouwen op continuering van trends uit het verleden. Sportorganisaties, overheid en bedrijfsleven (zorgverzekeraars, maar ook arbeidsorganisaties met veel sedentair werk) zullen de handen ineen moeten slaan om verstokte niet-sporters in beweging te krijgen. We kijken nu achtereenvolgens naar sport volgen, het vrijwilligerswerk en de sportdeelname zelf.

Sportwedstrijden bezoeken en sport volgen in de media

Sport volgen kan live of via de media. Dit laatste was tot een aantal jaar geleden voorbehouden aan de tv, de radio en de gedrukte media. Er is echter een duidelijke daling in het gebruik van deze traditionele media te zien, niet alleen voor sport maar ook voor andere onderwerpen. De totale tijd die men aan alle media (tv, radio, gedrukte media, internet) besteedt, is al decennialang met ongeveer 19 uur per week constant, maar daarbinnen is het aandeel van afzonderlijke media verschoven ten gunste van internet (zie hoofdstuk 5).
Ook voor de sport biedt internet een kans op groeiende betrokkenheid. De voordelen van internet boven traditionele media zijn: *anywhere* (zeker met de verwachte 100% verspreiding van smartphones rond 2015, Huysmans en De Haan 2010:177), *anytime* (op andere tijdstippen kunnen kijken dan de reguliere sportuitzending) en *anything* (niet alleen de populaire sporten, maar ook kleinere sporten die eventueel door bezoekers zelf op internet zijn geplaatst). De groeiende groep *digital natives* (in 2016 is iedereen tot 36 jaar opgegroeid met internet) zal zich dan steeds minder voegen naar tv-uitzendingen waarvan anderen voor hen het tijdstip en de sporttak bepalen. Internet vergroot ook de mogelijkheden om sport uitgezonden te krijgen, bijvoorbeeld op sites als hockey.nl of tennis.nl. Dergelijke uitzendniches kunnen een belangrijke impuls bieden voor sportsponsoring, wat wellicht meer middelen en belangstelling oplevert voor juist de kleinere sporten. Dat zou een stap in de goede richting zijn van een van de mediadoelstellingen van het Olympisch Plan 2028, dat inzet op meer diversiteit in het sportaanbod door media. Tegelijkertijd lijkt sinds de opkomst van nieuwe media de dominantie van grote sporten zoals voetbal alleen maar groter te zijn geworden. Ook in de sport is de macht van het getal een belangrijke factor. Dat suggereert dat kleinere bonden zich met alle nieuwe media niet te snel rijk moeten rekenen.

Niet alleen de zucht naar individueel gemak maar ook de behoefte aan intensieve, gemeenschappelijke beleving zal de toekomst van het volgen van sport bepalen (zie hoofdstuk 5). Het in opkomst zijnde *public viewing* is daar een mooie uitdrukking van. Waar de technologie toestaat om *anywhere* beelden van sport te ontvangen, zoeken individuen elkaar op om samen iets te beleven, in de kroeg of op een plein. De vraag is of die beleving zich alleen voordoet bij prestaties die een groot gevoel van 'daar moet je bij

Rapportage Sport 2010_4.indd 242 25-11-2010 13:01:16

zijn geweest' opleveren (zoals het Oranjegevoel bij het wereldkampioenschap voetbal in 2010) of ook bij prestaties van mindere goden in minder grote sporten in minder aansprekende toernooien.
Voor de beleving op een wat minder ambitieus niveau van de breedtesportwedstrijden, zoals het kampioenschap van het lokale jeugdteam, wegen heel andere factoren mee, zoals de persoonlijke succeservaring. Die is meer van waarde voor de deelnemers zelf en de – soms te veel – betrokken ouders dan voor toeschouwers in het algemeen.

De behoefte aan beleving biedt in ieder geval goede perspectieven voor het wedstrijdbezoek. Zeker als beide wijzen van passieve sportbetrokkenheid (via nieuwe media en via wedstrijdbezoek) aan elkaar gekoppeld worden, bijvoorbeeld door toepassingen op de smartphone die de toeschouwer realtime tijdens de wedstrijd aanvullende informatie bieden, zoals dat nu al gebeurt op voetbalzone.nl (Litjens 2010). Het toch al nooit helemaal passieve beleven van sport krijgt daarmee steeds meer een actieve lading, met meer mogelijkheden tot uitwisseling van kennis en informatie ook buiten wedstrijden om. De sociale betekenis van het kijken naar sport wordt daarmee vergroot.

Sportvrijwilligerswerk

De deelname aan vrijwilligerswerk is in de afgelopen jaren stabiel gebleven, maar meer vrijwilligers zijn zich op een enkele organisatie of in ieder geval op een sector gaan richten. Ook is een verschuiving te zien in de deelname naar meer ouderen (zie hoofdstuk 4). Met het oog op de toenemende vergrijzing is dit een belangrijk signaal, waarvan het overigens nog te bezien valt of dit positieve gevolgen heeft voor de sport. Ouderen vullen hun vrijwilligersagenda namelijk – tot op heden – meer met sociale dienstverlening, zorgtaken en inzet voor godsdienstige gemeenschappen dan met sportgerelateerde taken. Of dit erg is voor de samenleving als geheel is de vraag. Betrokken zijn, actief zijn in en voor de samenleving is in het beleid een belangrijk waarde die los gezien moet worden van het type organisatie dat daarvan profiteert.

Voortzetting van deze trend betekent wel dat sportverenigingen rekening moeten houden met een serieuze schaarste aan vrijwilligers, wat hun vitaliteit kan aantasten. Verenigingen kunnen daarop inspelen. Veel ouderen, maar ook mensen uit andere leeftijdsgroepen, zijn bereid zich vrijwillig in te zetten als de vraag past bij hun ambities en voorkeuren. Die aansluiting is echter (nog) niet vanzelfsprekend en vergt organisatie. Lokale sportservicepunten, sportbonden, koepelorganisaties, kenniscentra en commerciële partijen kunnen deze match helpen organiseren, het belang ervan onderstrepen en via best practices en kennisuitwisseling vernieuwend denken over vrijwilligersinzet stimuleren.

Bij die vernieuwing hoort ook zorgen dat iedereen zich thuis voelt in de vereniging. In sportbesturen zijn vrouwen en allochtonen nog duidelijk ondervertegenwoordigd (Van Kalmthout et al. 2008). Als verenigingen zich meer openstellen voor deze groepen, zullen ze zich meer thuis en gewenst voelen en sneller over de soms hoge drempel van toetreding tot het verenigingskader durven stappen. Dat begint met hen vaker naar de

Rapportage Sport 2010_4.indd 243 25-11-2010 13:01:16

vereniging te laten komen. De organisatie van activiteiten op de club – van groot tot klein, leden en niet-leden, sportief en minder sportief – verstevigt de band met de club en biedt een opening om mensen te vragen om iets voor de club terug te doen.

Een andere ontwikkeling die de toekomst van het vrijwilligerswerk beïnvloedt is het streven naar een hogere arbeidsparticipatie van vooral vrouwen. Vrouwen en ook steeds meer mannen gaan betaalde arbeid, huishouden en zorg voor kinderen en ouderen combineren (Cloïn et al. 2010). Die groeiende tijdsdruk beperkt de mogelijkheden om vrijwilligerswerk te doen. Iedereen heeft immers maximaal 168 uur per week te besteden. Uit een simulatiemodel blijkt het gevolg van deze hogere arbeidsparticipatie voor vrijwilligerswerk: als vrouwen die minder dan 24 uur werken en niet-werkenden meer gaan werken leidt dit tot een afname in het vrijwilligerswerk en de mantelzorg van bijna 5% (Ooms et al. 2009). Het is duidelijk dat de doelstellingen om zowel de participatie op de arbeidsmarkt als de maatschappelijke participatie toe te laten nemen met elkaar in strijd zijn.
Ook daar rest de sport weinig anders dan slim anticiperen, bijvoorbeeld door het bedrijfsleven aan te spreken op zijn maatschappelijke verantwoordelijkheid. Sponsorschap van verenigingen kan ook door werknemers enkele uren ter beschikking te stellen aan verenigingen. Vrijwilligerswerk kan deze mensen helpen een potentieel interessant netwerk op te bouwen en nieuwe vaardigheden (sociaal, organisatorisch) te ontwikkelen. Vrijwilligerswerk fungeert dan als proeftuin of broedkamer voor de talentontwikkeling van werknemers, en is ook voor het bedrijf waardevol. Voor de betrokkene zelf is er een blijvende meerwaarde als de opgedane ervaring uitgedrukt kan worden in behaalde certificaten.

Voor commerciële sportaanbieders speelt het vrijwilligerswerk veel minder dan voor sportverenigingen. Fitnesscentra en zwembaden (de vraag is hoe commercieel de laatste zijn, gezien de grote bijdrage vanuit gemeentelijke subsidies) werken met betaalde medewerkers, waardoor de toegangsprijzen weliswaar hoger zijn maar de klanten niet zelf de handen uit de mouwen hoeven te steken. Een aantal sportverenigingen maakt ook deze overgang van *mutual support* naar *service delivery* (Handy 1988). Vooral grotere sportverenigingen hebben hier oren naar: door de inzet van betaalde medewerkers en combinatiefunctionarissen kunnen zij hun aanbod verbeteren en de maatschappelijke taak vervullen die van hen verwacht wordt. Enerzijds is er de angst dat dit leidt tot wat afstandelijker relaties en minder nadruk op gezelligheid, informaliteit en solidariteit tussen de leden. Anderzijds biedt de inzet van betaalde medewerkers wel de kans om meer actief naar buiten te treden en meer sporters aan zich te binden. Dat kan de sportdeelname doen toenemen.

De inzet van betaalde krachten geeft discussies over verantwoordelijkheden voor taken, maar maakt ook dat vrijwilligers zich kunnen concentreren op minder belastende en misschien leukere klussen. De idee van een vereniging als een zelfverzorgende autarkische eenheid past net zo min bij de huidige samenleving als de idee dat burgers alleen om zichzelf geven. Een vereniging bestaat bij de gratie van het samenkomen van

Rapportage Sport 2010_4.indd 244 25-11-2010 13:01:16

een groep mensen om dezelfde hobby te beoefenen en deels ook zelf te organiseren. De mate waarin ze zelf de organisatie ter hand nemen of anderen inschakelen varieert naar sporttak, levensfase en tijdsbeeld. In het huidige tijdsbeeld, met zijn nadruk op betaalde arbeid en consumentisme, is de hang sterk naar uitbesteden aan betaalde krachten (professionalisering). Ook sectoren waar de sport veel mee van doen heeft, zoals het onderwijs en het bedrijfsleven, sturen daarop aan.
Sommigen vrezen dat dit het einde van sportverenigingen zal inluiden (Boessenkool et al. 2008). Zorgen om het kadertekort en het bestaansrecht van sportverenigingen lopen als een rode draad door de geschiedenis van de Nederlandse sport (vgl. Jacobs en Kamphorst 1976, zie ook Beckers en Serail 1991 in Breedveld 2003). De huidige ontwikkeling zal de aard van het verenigingsleven wellicht veranderen, maar niet het einde ervan inluiden. Een aanzienlijk deel van de verenigingen is niet betrokken bij de professionalisering en de discussie over maatschappelijke taken, koestert niet of nauwelijks de wens om hierbij betrokken te worden en gaat – met of zonder succes – verder op de huidige manier (zie ook Van 't Verlaat 2010).

Sportdeelname

De ambities om de sportdeelname te verhogen hebben de demografische wind niet mee. De vergrijzing van de komende decennia betekent dat meer mensen in een levensfase komen waarin zij relatief weinig sporten. Weliswaar wordt dat gecompenseerd doordat naar verwachting het opleidingsniveau blijft stijgen, maar ook dat maakt op zich nog niet dat de doelstellingen van het Olympisch Plan 2028 worden gerealiseerd. Bovendien garandeert een stijging van opleidingsniveau nog niet een evenredige stijging van de sportdeelname, zoals eerdere ervaringen vanuit de kunsten hebben geleerd (Knulst 1992).
Een positieve ontwikkeling is wel dat recentere generaties meer aan sport doen dan eerdere. Met de vervanging door nieuwe generaties zal de algehele sportdeelname naar verwachting verder stijgen. Ondanks de sterk toegenomen sportdeelname door de jonge ouderen (45-65 jaar) zal sport een aan leeftijd gebonden activiteit blijven en is niet te verwachten dat in toekomstige generaties de sportdeelname gedurende de hele levensloop constant zal blijven.

De vraag is dan ook waar het plafond ligt. Een Europese vergelijking biedt hier deels informatie voor. Ten opzichte van andere landen uit de Europese Unie blijkt Nederland al behoorlijk sportief te zijn. Alleen in Zweden, Finland, Denemarken en Ierland sporten naar verhouding meer mensen minimaal wekelijks (Europese Commissie 2010). Met deze landen als referentiepunt lijkt de groei van een aantal procentpunten in de sportdeelname een bereikbare doelstelling.
Ook in het verleden zijn uitspraken gedaan over de groeipotentie. Zo voorspelden Beckers en Serail in 1991 dat 'verdere toename van de sportparticipatiegraad minder waarschijnlijk is' (Beckers en Serail 1991: 9, in Breedveld 2003: 327). In 1999 voorspelden Van den Heuvel en Van der Poel (1999: 46, in Breedveld 2003: 327) echter een groei in de sportdeelname van 10 procentpunten. Op basis van nieuwe metingen en rekening houdend met demografische ontwikkelingen schetste Breedveld in 2003 uiteenlopende

Rapportage Sport 2010_4.indd 245 25-11-2010 13:01:16

mogelijkheden, van een daling van enkele procentpunten bij tegenvallende ontwikkelingen tot een lichte stijging bij een gunstiger getij.
Vast staat dat in de meest recente periode waarover cijfers beschikbaar zijn (2003-2007) de sportdeelname (minstens twaalf keer per jaar) met gemiddeld 1 procentpunt per jaar steeg (van 61% naar 65%). Als die groei evenredig doorzet is het streefcijfer van 75% in 2016 niet eens zo ver buiten bereik.

Veel belangrijker zal zijn of overheid, sportsector en bedrijfsleven samen ervoor kunnen zorgen dat de huidige, als sterk te kwalificeren sportcultuur, overeind blijft. 'Sport is,' in de woorden van voormalig NOC*NSF-voorzitster Erica Terpstra, 'prachtig om te doen en machtig om naar te kijken', maar ook makkelijk om te laten. Sporten vergt energie, soms duidelijke offers, en de winst betaalt zich doorgaans pas na afloop uit – de gezondheidswinst zelfs pas heel veel later. Om ook de groep die nu nog niet actief is de weg naar de sport te laten vinden is een ketenaanpak onontbeerlijk. De boodschap dat sport goed is (en leuk!) dient de doelgroep van meerdere kanten te bereiken. Voorzieningen moeten binnen handbereik zijn (geografisch, prijstechnisch én sociaal) en kunnen inspelen op de wensen van de aspirant-consument. De kennis over die ketenaanpak ontbreekt deels en moet worden opgebouwd (vgl. Hildebrandt et al. 2010). De kennisinfrastructuur van de sport verkeert vergeleken met bijvoorbeeld de gezondheidssector in een embryonaal stadium. Investering in kennis en succesvolle implementatietrajecten is geboden om de ambities van het Olympisch Plan te realiseren (Breedveld et al. 2010).

Zo'n ketenaanpak is ook van toepassing op het toekomstbeeld dat in het *Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs* wordt geschetst: elke dag sport en bewegen voor de schoolgaande jongeren. Alle betrokken organisaties (onderwijs, sportclubs, buurtwerk) zullen daarbij nauw moeten samenwerken. Om deze samenwerking succesvol te laten zijn is een duidelijke coördinatie noodzakelijk en moet kwaliteit geboden worden. Tegelijk bestaat de indruk dat de school nog weinig wordt gebruikt om ook ouders bij de sport te betrekken. Met name geldt dit voor de basisschool (en wellicht de kinderopvang). Daar liggen nog kansen om op basis van bestaande netwerken van ouders rond schoolaccommodaties laagdrempelige sport aan te bieden voor ouders (en grootouders). Rond zorginstellingen gebeurt nog (veel te) weinig met sport (zie Van den Dool et al. 2010). Ook daar liggen nog kansen. Denkbaar is dat fitnessondernemers, die doorgaans flexibeler en marktgerichter werken dan sportverenigingen, die kansen benutten. Vanuit de overheid zou een impuls in die richting mogelijk zorgen voor een doorbraak.

Voor volwassenen spelen andere aspecten een rol dan voor jongeren. Veel niet-sporters noemen tijd als een belangrijke reden om niet te sporten. De vraag is echter of het gaat om tijd of prioriteit. Als het makkelijker (of vanzelfsprekender) wordt gemaakt om aan sport mee te doen, verandert ook de beleving van 'geen tijd'. Een goed voorbeeld is een sportactiviteit aanbieden voor ouders op de locatie en het tijdstip dat de kinderen ook hun sport beoefenen, zoals in de proeftuinen Sportvarianten Voetbal of Grenzeloos in Beweging gebeurt. Ook gebruik maken van een (nieuw) netwerk om aan sportieve activiteiten te gaan doen biedt goede kansen. Dit kan beginnen vanuit een netwerk binnen

Rapportage Sport 2010_4.indd 246 25-11-2010 13:01:16

of buiten de sport, zoals vele informele sportgroepjes begonnen zijn. Het kan echter ook vanuit het niets opgestart worden, zoals gebeurt in het project Denken en Doen van de Nederlandse Bridge Bond, waarin samen met een gemeente of de lokale welzijnsorganisatie bridgeactiviteiten voor niet-actieve ouderen worden opgezet. De praktijk bewijst inmiddels dat uit bridgecontacten nieuwe initiatieven voortvloeien, die in ieder geval de deelnemers sociaal actiever maakt en soms ook leiden tot gezamenlijk bewegen. Om inactieve mensen aan het sporten en bewegen te krijgen, zullen ze echter vaker dan nu actief en persoonlijk benaderd moeten worden, zoals ook blijkt uit het succes van het Groninger Actief Leven Model (De Jong et al. 2004).

Sportverenigingen en beheerders van gemeentelijke sportvoorzieningen ontbreekt het vaak aan wil en kunde om die stap te zetten (zie ook Van 't Verlaat 2010). Commerciële aanbieders zoals fitnesscentra bewijzen echter dagelijks dat een actieve marktbenadering haar vruchten afwerpt, ook al blijft klantenbehoud (de zogenoemde retentie) een terugkerend probleem. De sport zet voorzichtige stappen om zich meer die kant op te ontwikkelen (denk aan het traject van de Strategische Marketing Plannen dat met diverse bonden is doorlopen, het proeftuin-project, het sterrensysteem en de bijbehorende prikkels om meer marktgericht te denken, en aan het redelijk succesvolle Meedoen-programma). Die stimulansen dienen de komende jaren met kracht te worden voortgezet als men de 75%-ambitie serieus wil nemen. Groei in de sportdeelname vergt ook bijpassende groei in kwalitatief aantrekkelijke accommodaties. Verenigingen die willen groeien, moeten in hun ambitie niet worden gefrustreerd door gebrek aan accommodatie.[3]

De afgelopen jaren zijn steeds meer programma's uitgevoerd met aandacht voor de effecten, zoals Meedoen Alle Jeugd door Sport (Frelier en Breedveld 2010), Start to run (Ooms en Veenhof 2010) of Jump in (www.jumpin.nl). Dit is al een vooruitgang. Ze geven ieder voor zich inzicht in de aspecten in verschillende levensfases om aan sport te gaan doen. Ze bieden echter nog geen totaalbeeld van de levensloop. Om de sportdeelname te kunnen volgen in de gehele levensloop, de stimulansen en belemmeringen en de momenten waarop sportdeelname vermindert of juist toeneemt, is een longitudinale dataverzameling nodig. Dan wordt ook zichtbaar of grote transities in de levensloop (zoals de overgang van school naar werk, pensionering, verlies van een partner) invloed hebben op de sportdeelname en in welke richting deze invloed gaat. Het opstarten en onderhouden van een dergelijk databestand is een kwestie van lange adem. In het sportbeleid is daarvan nog te vaak geen sprake (Breedveld et al. 2010).

In het Olympisch Plan 2028 is de ambitie geformuleerd dat in 2016 minimaal 75% van de Nederlanders uit alle lagen van de (multiculturele) samenleving regelmatig (minstens twaalf keer per jaar) aan sport doet. Op zich is het goed een ambitieus doel voor ogen te hebben. Bij de jeugd is die doelstelling vaak al bereikt. Voor veel andere groepen ligt de ambitie van 75% echter nog ver buiten bereik (zie hoofdstuk 3). Wij willen er voor pleiten de ambities daarom te koppelen aan leeftijdsgroepen, bijvoorbeeld door aan iedere leeftijdsgroep als doel een groei van een aantal procentpunten te stellen (vgl. Van den Dool et al. 2008).

Rapportage Sport 2010_4.indd 247 25-11-2010 13:01:16

Los van de haalbaarheid roept de 75%-ambitie de vraag op of niet ook gestreefd moet worden naar intensivering van de sportdeelname. De nu gebruikelijke grens van twaalf keer per jaar is in de jaren negentig vastgesteld om recht te doen aan iedereen die wel eens aan sport doet. Twaalf keer per jaar sporten is een nuttig criterium om te bepalen hoe groot de sportwereld of -markt is. Voor beleidsdoeleinden verdient het echter aanbeveling om met een tweede streefnorm te komen, zoals dat ook bij het bewegen het geval is. Als je het hebt over regelmatige sportbeoefening, dan is twaalf keer per jaar laag te noemen. Bij deze frequentie mogen geen grote effecten van sportdeelname verwacht worden, zeker niet op de gezondheid. Uit diverse onderzoeken blijkt dat er wel een verband is tussen gezondheid en enige mate van sportdeelname (NOC*NSF 2009b), maar daarmee is over causaliteit nog niets gezegd. Van meer frequente sportdeelname zouden sterkere effecten verwacht mogen worden.

In deze Rapportage sport is daarom een nieuwe frequentie voorgesteld: mensen zijn sporters als zij minimaal 40 weken per jaar aan sport doen. Deze afbakening heeft nog steeds beperkingen, want zij zegt niets over de frequentie per week, over soort of aantal sporten of over meedoen aan competitie. De frequentie sluit echter wel aan bij het aanbod van bijvoorbeeld sportverenigingen. Bij een nieuwe grens van 40 weken per jaar blijkt in 2007 gemiddeld 50% van de Nederlanders aan sport te doen en is Nederland nog lang geen sportland. Ook hier zijn de verschillen tussen leeftijdsgroepen en andere achtergrondkenmerken groot, al moet gezegd worden dat deze frequente sportdeelname redelijk constant is voor 18-64-jarigen. Er ligt een uitdaging om deze 40-weken-norm juist te communiceren. Destijds is bij het stimuleren van bewegen bewust voor een laagdrempelige norm gekozen, 30 minuten bewegen per dag, om mensen niet kopschuw te maken. Dat voorbehoud geldt ook voor de sport. Doel moet zijn om mensen te verleiden actief te worden, niet om mensen af te schrikken. Als zoveel mogelijk mensen minstens twaalf keer per jaar plezier beleven aan sport, mag gehoopt worden dat dit er ook toe bijdraagt dat het 'avondje sport' een wekelijkse routine wordt.

Noten

1 Deze leeftijdsgrenzen komen daarnaast overeen met de groepen die NOC*NSF (2007) hanteert in zijn Sportagenda 2012 en die diverse bonden gebruiken in hun marketingplannen.
2 Optelsom van een combinatie van minstens 40 weken per jaar sporten, vrijwilligerswerk doen, wekelijks sport volgen op radio of tv of minstens een keer per kwartaal een sportwedstrijd bezoeken.
3 Van alle verenigingen hanteerde in 2009 5% een ledenstop en 10% een wachtlijst. 21% van de verenigingen gaf in dat jaar aan met de bestaande accommodaties niet verder vooruit te kunnen (zie hoofdstuk 10).

Literatuur

Beckers, T. en S. Serail (1991). *Nieuwe verhoudingen in de sport. De toekomst van het nationaal sportbeleid in het licht van maatschappelijke ontwikkelingen*. Tilburg: Instituut Voor Arbeidsvraagstukken.

Rapportage Sport 2010_4.indd 248 25-11-2010 13:01:16

Boessenkool, J., F. van Eekeren en J. Lucassen (2008). *Moderniseren en professionaliseren van sportverenigingen: met gevoel voor realiteit graag!* www.sportknowhowxl.nl, gedownload op 5 oktober 2010.

Breedveld, K. (2003). Samenvatting en reflectie. In: K. Breedveld (red.), *Rapportage sport 2003*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Breedveld, K. (2006). Verschillen in sportdeelname. In: Breedveld en A. Tiessen-Raaphorst (red.), *Rapportage Sport 2006*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Breedveld, K., G. Molleman, N. Reigersberg en F. Smits (2010). *Kennisagenda Sport 2011-2016*. 's-Hertogenbosch / Den Haag: W.J.H. Mulier Instituut / ZonMw.

Cloïn, M., M. Schols en A. van den Broek (2010). *Tijd op orde*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Dool, R. van den, M. de Jong, A. Cevaal en D. Collard (2010). *Monitor Zo kan het ook! Beweegstimuleringsprogramma voor mensen met een verstandelijke handicap, de startsituatie 2010*, Nieuwegein / 's-Hertogenbosch: Arko Sports Media / W.J.H. Mulier Instituut.

Dool, R. van den, R. van der Meulen en K. Breedveld (2008). *Van 60 naar 75. Bouwstenen voor een beleid gericht op een hogere sportdeelname*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Elias, N. en E. Dunning (2007). *Sport en spanning. De zoektocht naar sensatie in de vrije tijd*. Amsterdam: Bert Bakker.

Elling, A. en C. Maasen (2010). Sport is goed voor een ander; een onderzoek naar de sportattitudes en belemmeringen van niet-sportende 50-64-jarigen. In: *Vrijetijdstudies*, jg. 28, nr. 3, p. 35-46.

Europese Commissie (2010). *Eurobarometer 72.3 Sport and physical activity.* Brussel: Europese Commissie.

Frelier, M. en K. Breedveld (2010) *Meedoen alle jeugd door Sport; 2-meting 2009*. 's Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Handy, C. (1988). *Understanding voluntary organizations*. Londen: Penguin Books.

Heuvel, M. van den en H. van der Poel (1999). *Sport in Nederland. Een beleidsgerichte toekomstverkenning.* Tilburg: Tilburg University Press.

Hildebrandt, V., A. Chorus en J. Stubbe (red.) (2010). *Trendrapport bewegen en gezondheid 2008/2009*. Leiden: TNO.

Huysmans, F. en J. de Haan (2010). *Alle kanalen staan open; de digitalisering van mediagebruik*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Jacobs, H.A.A.J. en T.J. Kamphorst (1976). *Onderzoekswensen op sportgebied*. Utrecht: Universiteit Utrecht.

Jong J. de, K. Leibrand, M. Stevens, M. de Greef en K. Lemmink (2004). *Effecten van het GALM bewegingsprogramma op de mate van lichamelijke activiteit en andere leefstijlkenmerken, fitheid, ervaren gezondheid en dagelijks functioneren van sedentaire senioren* (eindrapportage ZonMw. Onderzoeksproject Preventie 9607.081.2). Groningen: Centrum voor Bewegingswetenschappen Rijksuniversiteit Groningen.

Kalmthout, J. van en J. Lucassen (2008). *Verenigingsmonitor 2007. De stand van zaken bij sportverenigingen in het perspectief van modernisering*, Nieuwegein/ 's-Hertogenbosch: Arko Sports Media/ W.J.H. Mulier Instituut.

Kooiker, S. en K. van der Velden (2007). *Een nuchtere kijk op gezond gedrag; vier thema's voor gezondheidsbevordering*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Knulst, W. (1992) Waarom blijft het cultureel rendement van een stijgend opleidingsniveau achter bij de verwachtingen? In: P. Dekker en M. Konings-van der Snoek (red.), *Sociale en culturele kennis*. Rijswijk: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Litjens, S. (2010). Nieuwste media-applicaties verrijken sportbeleving. In: *Sport en Strategie*, jg. 4, nr. 6, p.10-11.

Rapportage Sport 2010_4.indd 249 25-11-2010 13:01:16

NOC*NSF (2009a). *Olympisch Plan 2028; heel Nederland naar Olympisch niveau; plan van aanpak op hoofdlijnen*. Arnhem: NOC*NSF.

NOC*NSF (2009b). *Expertrapport; Nederlandse sport naar Olympisch niveau*. Arnhem: NOC*NSF.

Ooms, L. en C. Veenhof (2010). *Meer bewegen met Start to Run*. Utrecht: Nivel.

Ooms, I., J.-J. Jonker en A. van der Torre (2009). *Werken en weldoen; Kiezen voor betaalde en onbetaalde arbeid*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Verlaat, M. van 't (2010). *Marktgerichte sportbonden: een paradox? Onderzoek naar de achtergronden en gevolgen van de toepassing van een marktbenadering door Nederlandse sportbonden* (proefschrift). Oisterwijk: Uitgeverij BOXPress.

Rapportage Sport 2010_4.indd 250 25-11-2010 13:01:16

Summary

Sport for life

The importance of attention for the entire life-course

Unlike earlier editions, this fourth *Report on sport 2010 (Rapportage sport 2010*) has a theme, namely 'Sport for life'. It explores people's involvement in sport in different phases of life. That involvement can manifest itself in the form of participation in sport, either recreational or at top level, in volunteering within sport or in following sport as a spectator (live or via the media). Given the importance for health, we investigate not just sport but also people's exercise patterns at different phases in their lives.
Every person in every phase of life has temporal, social, financial and physical possibilities and constraints. Looking at the different phases of life separately creates a clearer picture of the influence of specific factors in specific life phases.
The choice of this theme was based partly on the Dutch government's sports policy, which seeks to encourage people to remain active throughout their lives and to gain an insight into the potential problems people face in the different phases of life. The choice of this theme also contributes to the further development of knowledge about the determinants of and motives for lifelong involvement in sport.
Table S.1 presents key figures by age. The main findings of the study are summarised below.

Involvement in sport throughout life

Participation in sport

- Frequent participation in sport (at least 40 weeks per year) is highest among children of primary school age. Participation in sport declines sharply during puberty, after which it remains constant up to around the age of 65 years. Around age 70, both the desire and physical ability to participate in sport decline.
- A notable dip in sports participation occurs among people with a family where the children are aged six years or younger; the amount of free time they have available is limited.
- The differences in sports participation between the different age categories have steadily declined over time. People born between 1940 and 1963, in particular, now participate in sport much more than earlier cohorts.
- Differences between cohorts are an important explanatory factor for the increased participation in sport: later cohorts are more active than earlier cohorts. The period and phase of life are of less importance.
- Based on demographic trends, the percentage of participants in sport looks set to remain constant in the coming years; it appears that the decline due to population ageing will be offset by the increase in education level.

Rapportage Sport 2010_4.indd 251 25-11-2010 13:01:16

– In absolute terms, the number of people taking part in sport is expected to increase organically by almost half a million up to 2028, due to growth in the population as a whole.
– Opportunities for future growth in sports participation lie in sustaining the participation by young people after the age of 12, offering participation opportunities to parents of young children and encouraging participation well into old age.

Voluntary work

– Volunteering in sport is largely the preserve of young people (aged 12-24 years) and adults (35-54 year-olds). The latter group appears to consist primarily of parents who help in the sports participation of their children.
– The percentage of the Dutch population who perform voluntary work in sport was greater in the 1980s than in the 1990s, but has remained constant since then.
– Participation in voluntary work as a whole has fallen less sharply in recent decades than participation in voluntary work in individual fields (sport, culture, politics). This suggests that volunteers focused on several areas in the past, but now concentrate on a specific sector.
– The motives for volunteering vary somewhat by age group and by the type of voluntary work. Volunteers in sport are motivated by a desire to be appreciated for what they do and to gain experience that will be useful in their working lives. Being able to act in accordance with political or religious convictions is less important for them.

Following sport

– Almost half of all young people aged between 12 and 17 years watch a sporting event once a year, compared with only a tenth of the over-75s.
– Members of the different age groups attend live sporting events with roughly the same frequency. A small proportion of older people attend sporting events, but those who do attend events do not do so any less frequently than other age groups. People aged 25-34 years form a small exception, attending sporting events slightly less often (due to their busy phase of life in which they combine a career with looking after children), and 35-44 year-olds, who attend events slightly more often (to watch their children taking part).
– There is generally less differentiation by age in following sporting events on the radio or TV; there is however variation in the intensity with which people do this.
– Older people obtain information from TV, radio and the written media more often than young people, who also use the Internet to follow sports news and join sports-related communities.
– The continuing growth in digital information provision – primarily via the Internet – offers opportunities to expand the range of sports on offer and the freedom of choice.
– People in today's society are looking for 'experiences'; watching sport can be such an experience.

Rapportage Sport 2010_4.indd 252 25-11-2010 13:01:16

Sport and exercise in different phases of life

Young people

- Young people take part in sport relatively more often, are frequently members of a sports club and often take part in training sessions and competition.
- The aim set out in the Dutch government's Policy Framework for Sport, Exercise and Education (*Beleidskader Sport, Bewegen en Onderwijs*) is that before 2012 half of school-age children should meet the 'combinorm' standard: one hour of moderately intensive exercise daily or 20 minutes of intensive exercise on three days per week. Children aged 6-11 years met this standard in 2009, but not 12-24 year-olds.
- Schoolchildren devote most time to club-based sport and also engage most in outdoor exercise and sport in leisure time. Exercise for primary schoolchildren often involves football and playing outside; secondary school students engage most in football and running. Football is also the most popular activity for both groups in club-based sport.
- 7% of secondary school students do not take part in physical education lessons, and the figure is as high as 13% among students in pre-vocational secondary education (practical training).
- The range of leisure activities available to young people is likely to increase further, with wide use of digital media. Competition for young sports consumers will intensify, all the more as the number of young people is set to decline.
- The aim of the Policy Framework for Sport, Exercise and Education is that school-age children should take part in sport and exercise every day. Achieving this will require all stakeholders to work together more closely, with proper coordination and high quality standards. The first signs of such a 'chain approach' are already becoming visible in sport, both in practice (sport/care programmes, combination functions) and in methodological development; however, a great deal still remains to be done.

Adults

- The number of adults aged between 18 and 64 years who participate in sport has increased in recent years, from 39% in 1991 to 47% in 2007. Around 70% meet the 'combinorm' standard for adults: half an hour of moderately intensive exercise on at least five days a week or 20 minutes of intensive exercise three times per week.
- Working people participate in sport more, but less often meet the 'combinorm' standard than people who do not work. Participation in sport does not compensate entirely for insufficient exercise.
- Government prevention policy devotes attention to lack of exercise and increasingly also to the sedentary lifestyle (more than 360 minutes per day spent sitting or lying down, excluding time spent sleeping), which can lead to serious health damage.
- There appears to be a kind of twofold division in the Dutch working population. On the one hand there are employees whose work involves a good deal of exercise and who also take a relatively large amount of exercise in their leisure time, so that they meet the exercise norms and are not very sedentary. On the other hand there are employees whose work involves little exercise, who also take little exercise during

Rapportage Sport 2010_4.indd 253 25-11-2010 13:01:16

their leisure time and who often lead a sedentary life. This second group much less often meet the exercise norms and are therefore exposed to health risks.
- Too little exercise and a sedentary lifestyle demand an exercise incentive policy from employers; on the one hand because of the occupational risk for which the employer shares responsibility, and on the other because insufficiently physically active employees have an unfavourable influence on labour participation and company profitability.
- More exercise can be encouraged by offering sport and exercise opportunities outside the working environment and outside working hours; however, it may be more lucrative to make the work itself more exercise-rich.

Older persons

- The sporting and exercise patterns of older people living independently in the Netherlands have improved over the past decade; more older persons meet the exercise norms and fewer of them are inactive.
- The positive trend does however appear to be flattening off somewhat, and the question now is whether the present measures are sufficient to achieve a further increase in an active lifestyle for older persons.
- Life events such as chronic illness, functional impairments, cognitive decline, losing a partner and hospital admission have a negative impact on participation in sport and exercise.
- Insufficient exercise is much more common among older persons who live in an institution than among those living independently. Among the institutionalised population, it is primarily women with motor impairments who take less exercise; the age and education level of the residents have no influence.

Elite athletes

- The careers of elite athletes can be broken down into four phases:
  - The initiation phase, in which children become acquainted with one or more fields of sport and in which talented athletes are selected.
  - The specialisation and investment phase, involving the choice of one branch of sport and many hours of training. This demands more and more dedication, with sport being given priority over social life and other hobbies.
  - The mastery phase, in which much of the athlete's life is dominated by sport. For a limited number of athletes this generates success. However, many proven not to be good enough over time and to give up prematurely because of injuries, loss of motivation or changed interests.
  - The discontinuation and second career phase, in which elite athletes have to find a new lifestyle and occupation. Most of them look back on their sporting career in positive terms, despite the physical, mental, social and financial investments they have had to make. Those who are forced to end their sporting careers are especially prone to problems and seek help in finding a new identity and occupation.
- The difficulty of predicting later success suggests that sports organisations need to be careful in the selection of talented athletes at an increasingly young age. This applies

Rapportage Sport 2010_4.indd 254 25-11-2010 13:01:16

all the more as a strong emphasis on focused rather than playful exercise can take away children's pleasure in sport and increase the risk of injuries, burnout and dropout.
– Studying the life course of elite athletes should focus not only on how they become champions, but also on their lives alongside and after their sporting career. This will help create a better understanding of the dilemmas faced by elite athletes and of the impact of their decisions on the rest of their lives.

Organisational conditions

Organised sports providers

– Of those sports federations which register the age of their members, federations in the fields of bridge, bowling and bowls (*jeu de boules*) have the most older members (45+), while those active in the fields of tae kwon do, karate and American football have the most young members (up to and including 24 years).
– The popularity of organised sports providers varies with phase of life (see table S.1). Swimming pools are open to everyone, even babies, and are popular in all age groups, including the growing older age group. Like gyms, sporting events mainly attract adults. Activities in and around playgrounds mainly attract young people.
– Organised sports providers to some extent appear to serve their own life-course 'niches'. However, they all have difficulty in generating loyalty among adult participants.
– Ongoing population ageing means that older people are an interesting and increasingly self-aware target group. Older sports participants attach importance to good-quality provision (friendly staff, advice, propriety), more readily feel unsafe and are cost-conscious.

Informal sports groups

– Adults and older persons are the main practitioners of sport in informal groups, i.e. a group of at least three people who meet on a regular basis.
– For young adults, performance and the social setting of the sports club still play a role, with informal groups being used for additional training.
– The 'rush hour of life' (combining looking after small children with working) increases the tendency to participate in sport on an informal basis.
– People who see obstacles to club membership (too expensive, too time-consuming, standards too high) are especially likely to take part in sport informally.
– Older persons see informal groups as a means of being able to participate in sport in a small group with people of comparable standard and close to home.

Rapportage Sport 2010_4.indd 255 25-11-2010 13:01:16

Table S.1

Involvement in sport, population aged six years and older, 2005, 2007 and 2008/2009 (in percentages)

	participation in sport[a] and exercise pattern[b]		sports[c]		sports provider[d]		volunteering[e]		following sport[f]	
6-11 years	participation in sport	75	swimming	31	sports club	80			visiting events	35
	combinorm	55	football	23	commercial provider	20			TV/radio	-
			gymnastics	11	self-organised group	30			printed media	-
					solo	20			Internet	-
12-17 years	participation in sport	63	football	38	sports club	76	sport	13	visiting events	49
	combinorm	43	swimming	14	commercial provider	23	general	25	TV/radio	66
			gymnastics	5	self-organised group	34			printed media	31
					solo	32			Internet	14
18-24 years	participation in sport	47	football	24	sports club	57	sport	13	visiting events	48
	combinorm	74	swimming	15	commercial provider	42	general	32	TV/radio	59
			fitness/aerobics	15	self-organised group	41			printed media	38
					solo	49			Internet	15
25-34 years	participation in sport	47	fitness/aerobics	19	sports club	51	sport	9	visiting events	32
	combinorm	70	swimming	12	commercial provider	44	general	29	TV/radio	53
			running	11	self-organised group	38			printed media	29
					solo	53			Internet	12
35-44 years	participation in sport	45	fitness/aerobics	22	sports club	46	sport	13	visiting events	37
	combinorm	69	swimming	19	commercial provider	35	general	38	TV/radio	49
			running	16	self-organised group	37			printed media	36
					solo	49			Internet	8
45-54 years	participation in sport	48	fitness/aerobics	19	sports club	41	sport	15	visiting events	38
	combinorm	73	swimming	16	commercial provider	33	general	37	TV/radio	54
			cycling	16	self-organised group	35			printed media	39

Rapportage Sport 2010_4.indd 256 25-11-2010 13:01:17

Table S.1 (vervolg)

	participation in sport[a] and exercise pattern[b]		sports[c]		sports provider[d]		volunteering[e]		following sport[f]	
55-64 years	participation in sport	46	cycling	21	sports club	42	sport	8	visiting events	25
	combinorm	67	walking	20	commercial provider	30	general	37	TV/radio	56
			swimming	17	self-organised group	31			printed media	44
					solo	56			Internet	2
65-74 years	participation in sport	38	cycling	21	sports club	45	sport	6	visiting events	21
	combinorm	64	swimming	18	commercial provider	23	general	36	TV/radio	54
			gymnastics	14	self-organised group	32			printed media	37
					solo	33			Internet	0
75 years and older	participation in sport	15					sport	2	visiting events	9
	combinorm	49					general	18		

a At least 40 weeks per year.
b Half an hour of moderately intensive exercise on at least five days per week (one hour daily for young people aged up to 18 years) or at least 20 minutes' intensive activity on a least three days per week.
c Sports in which people participate for at least 40 weeks per year.
d Use of sports facilities by people who participate in sport for at least 12 weeks per year.
e Question asked of respondents aged 16 years and older.
f Visiting at least one event per year. Following sport via TV/radio, printed media or Internet aims to measure interest in sport. The use of media to follow sport is not known for 6-11 year-olds.
g Some columns cannot be populated separately for the over-75s because the numbers are too small. In these cases, the figures in the row for 65-74 year-olds refer to the over-65s.

Source: SCP (TBO'05), SCP/CBS (AVO'07), TNO (OBiN'08/'09)

Rapportage Sport 2010_4.indd 257 25-11-2010 13:01:17

Space and facilities

- Distance or travel time are hardly regarded as an obstacle to participation in sport. There is thus no need for the sports incentive policy to give priority to reducing distance or travel times.
- Although the absolute number of participants in sport will increase in the years ahead, population ageing and demographic shrinkage mean that to the east of a line between Rotterdam in the southwest and Groningen in the northeast there will be virtually no quantitative shortage of sports facilities (with the possible exception of the centres of places such as Arnhem, Eindhoven and Nijmegen). Underutilisation of sports facilities is a bigger threat, because if a facility closes the travel time to a different facility can then pose an obstacle to participation in sport.
- To the west of the Rotterdam-Groningen line, by contrast, there is a threat of a shortage of facilities, especially within cities. A shortage of facilities and waiting lists for sports clubs could hinder the growth in participation in sport. This could be exacerbated by the reduction in the use of land for sport in urban areas in the period 1993-2003, in a situation where city-dwellers already have far fewer sports facilities available (only a half to a third) than those living in outlying areas.
- Other factors (e.g. rising prosperity, changes in lifestyle and health awareness, multifunctional use and technological developments for sports facilities) could be of much more importance for future participation in sport and the demand for space and facilities for sport than demographic trends alone.

Expenditure on sport

- Spending by consumers on sport grew more strongly between 2000 and 2007 than overall consumer spending. There was an especially notable increase in spending by couples aged over 40. Families with children aged seven years or older spend most on sports participation: EUR 908 per family per year.
- Attending sporting events also costs money. On average, attendance costs just over EUR 7 per person, though attending professional events (e.g. football matches) costs more than twice as much. Families with children up to and including the age of 12 spend less on visiting sporting events than people in other phases of life.
- Government spending on sport is directed mainly towards sports facilities (77%). Young people benefit most from this because of their high participation in sport and following physical education lessons.
- Government policy devotes attention to disadvantaged children by providing financial support. However, the lower sports participation by children from poor families is only partly due to having less money. More important explanatory factors are the limited social participation, low education level and ethnic origin of their parents. Encouraging parents would therefore seem a more fruitful approach than a financial contribution.

Rapportage Sport 2010_4.indd 258 25-11-2010 13:01:17

Epilogue

Sport for life – in the future too?

A third of the Dutch population show no interest in sport at all, either in participating or volunteering in sport themselves on a regular basis, nor in regularly visiting or watching sporting events on TV. The biggest challenge in the drive to raise sport in the Netherlands to Olympic standards will be to interest this group in sport. Relying on a continuation of the positive developments in recent decades is not enough. Both external developments (the growing role of digital media, desire for experiences, ageing of society and higher labour participation rate of women in particular) and internal developments (professionalisation of sport, a better match with participants' wishes and the necessary cooperation between stakeholders) present both opportunities and threats in this regard.

Rapportage Sport 2010_4.indd 259 25-11-2010 13:01:17

Bijlage A Definities beweegnormen en inactiviteit

Nederlandse norm gezond bewegen (NNGB)

Jongeren (jonger dan 18 jaar)

Dagelijks 60 minuten matig intensieve lichamelijke activiteit (5 MET (bv. aerobics of skateboarden) tot 8 MET (bv. hardlopen)), waarbij de activiteiten minimaal tweemaal per week gericht zijn op het verbeteren of handhaven van lichamelijke fitheid (kracht, lenigheid en coördinatie).

Volwassenen (18-55 jaar)

Minstens 30 minuten matig intensieve lichamelijke activiteit (tussen de 4 en 6,5 MET), op minimaal vijf dagen per week. Matig lichamelijk actief betekent voor volwassenen bijvoorbeeld stevig wandelen (5 km/uur) of fietsen (16 km/uur).

Oudere volwassenen (55 jaar en ouder)

Minstens 30 minuten matig intensieve lichamelijke activiteit (tussen de 3 en 5 MET) op minimaal vijf dagen per week (in zomer en winter). Matig intensief betekent voor 55-plussers bijvoorbeeld wandelen in een tempo van 4 km/uur of fietsen met een snelheid van 10 km/uur. Voor niet-actieven, zonder of met beperkingen, is elke extra hoeveelheid lichaamsbeweging zinvol, onafhankelijk van intensiteit, duur, frequentie en type.

Fitnorm

Ten minste drie keer per week gedurende minimaal 20 minuten zwaar intensieve activiteit (in zomer en winter).

Combinorm

De combinorm is een combinatie van de NNGB en fitnorm. Iemand voldoet aan de combinorm wanneer hij/zij aan ten minste een van beide normen voldoet.

Inactief

Geen enkele dag in zomer en winter ten minste 30 minuten matig intensief lichamelijk actief zijn.

Krachtrichtlijn

Minimaal twee keer per week krachtoefeningen doen.

Sedentair gedrag

Gedrag met een erg laag energieverbruik, zoals televisie kijken, computeren, zitten en liggen. Er bestaan nog geen richtlijnen voor het bestrijden van sedentair gedrag.

Bron: Hildebrandt, V.H., A.M.J. Chorus en J.H. Stubbe (red.) (2010). *Trendrapport Bewegen en Gezondheid 2008/2009*. Leiden: TNO Kwaliteit van Leven.

Rapportage Sport 2010_4.indd 260 25-11-2010 13:01:17

Bijlage B Meewerkende organisaties Rapportage sport 2010

Eindverantwoordelijke instantie

Sociaal en Cultureel Planbureau
Contactpersoon: Drs. Z.H. (Annet) Tiessen-Raaphorst
Postbus 16164
2500 BD Den Haag
tel.: 070-3407157
website: www.scp.nl
e-mail: a.tiessen-raaphorst@scp.nl

Meewerkende organisaties

W.J.H. Mulier Instituut centrum voor sociaal-wetenschappelijk sportonderzoek
Contactpersoon: Dr. K. (Koen) Breedveld
Postbus 188
5201 AD 's-Hertogenbosch
tel.: 073-6126401
website: www.mulierinstituut.nl
e-mail: k.breedveld@mulierinstituut.nl

NOC*NSF
Contactpersoon: Dr. N. (Nicolette) van Veldhoven
Postbus 302
6800 AH Arnhem
tel.: 026-4834400
website: www.sport.nl
e-mail: nicolette.vanveldhoven@noc-nsf.nl

TNO Kwaliteit van Leven
Contactpersoon: Dr. Ir. A.M.J. (Astrid) Chorus
Postbus 2215
2301 CE Leiden
tel.: 088-866220
website: www.tno.nl
e-mail: astrid.chorus@tno.nl

Rapportage Sport 2010_4.indd 261 25-11-2010 13:01:17

Universiteit Utrecht
Utrechtse School voor Bestuurs- en Organisatiewetenschap
Contactpersoon: Prof. Dr. M. (Maarten) van Bottenburg
Bijlhouwerstraat 6
3511 ZC Utrecht
tel 06-17444171
www.usg.uu.nl
m.vanbottenburg@uu.nl

Universiteit van Tilburg
Faculteit Sociale Wetenschappen
Departement Vrijetijdswetenschappen
Contactpersoon: Dr. ir. H.J.J. (Hugo) van der Poel
Postbus 90153
5000 LE Tilburg
tel 013-466.2527
www.uvt.nl
h.j.j.vdrpoel@uvt.nl

Opdrachtgever

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport
Directie Sport
Contactpersoon: Drs. M.P.H (Maarten) Koornneef
Postbus 16164
2500 BD Den Haag
tel 070-340.6378
www.minvws.nl
m.koornneef@minvws.nl

Klankbordgroep

Centraal Bureau voor de Statistiek
Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen
Gemeente Den Haag
Vereniging Sport en gemeenten
Koninklijke Vereniging voor leraren Lichamelijke Opvoeding

Dhr R. (Rob) Goossens
Dhr. W. (Willem) van Schelven
Dhr. F. (Frans) van de Ven
Dhr. R. (Ronald) Huijser

Mevr. B. (Baukje) Zandstra

Rapportage Sport 2010_4.indd 262 25-11-2010 13:01:17

Publicaties van het Sociaal en Cultureel Planbureau

Werkprogramma

Het Sociaal en Cultureel Planbureau stelt twee keer per jaar zijn Werkprogramma vast. De tekst van het lopende programma is te vinden op de website van het SCP: www.scp.nl.

SCP-publicaties

Onderstaande lijst bevat een selectie van publicaties van het Sociaal en Cultureel Planbureau. Deze publicaties zijn verkrijgbaar bij de boekhandel, of via de website van het SCP. Een complete lijst is te vinden op deze website: www.scp.nl.

Sociale en Culturele Rapporten

Investeren in vermogen. Sociaal en Cultureel Rapport 2006. ISBN 90-377-0285-6
Betrekkelijke betrokkenheid. Studies in sociale cohesie. Sociaal en Cultureel Rapport 2008.
ISBN 978 90 377 0368-9

SCP-publicaties 2009

2009-1 *Nooit meer dezelfde. Gevolgen van misdrijven voor slachtoffers* (2009). Willemijn Lamet en Karin Wittebrood. ISBN 978 90 377 0402 0

2009-2 *Emancipatiemonitor 2008* (2009). Ans Merens en Brigitte Hermans (red.). ISBN 978 90 377 0406 8

2009-3 *Goede buren kun je niet kopen. Over de woonconcentratie en woonpositie van niet-westerse allochtonen in Nederland* (2009). Jeanet Kullberg, Miranda Vervoort en Jaco Dagevos. ISBN 978 90 377 0401 3

2009-4 *De jeugd een zorg. Ramings- en verdeelmodel jeugdzorg 2009* (2009). John Stevens, Evert Pommer, Hetty van Kempen, Elke Zeijl, Isolde Woittiez, Klarita Sadiraj, Rob Gilsing, Saskia Keuzenkamp. ISBN 978 90 377 0355 9

2009-5 *Mantelzorg. Een overzicht van de steun van en aan mantelzorgers in 2007* (2009). Alice de Boer, Marjolein Broese van Groenou en Joost Timmermans (red.). ISBN 978 90 377 0408 2

2009-6 *At a glance. Summaries of 16 scp research projects in 2008.* ISBN 978 90 377 0413 6

2009-7 *Vrijwilligerswerk in meervoud. Civil society en vrijwilligerswerk 5* (2009). Paul Dekker en Joep de Hart. ISBN 978 90 377 0348 1

2009-8 *Cultuurbewonderaars en cultuurbeoefenaars. Trends in cultuurparticipatie en mediagebruik* (2009). Andries van den Broek, Jos de Haan en Frank Huysmans. ISBN 978 90 377 0400 6

2009-9 *Making up the Gap. Migrant Education in the Netherlands* (2009). Lex Herweijer. ISBN 978 90 377 0433 4

2009-10 *Gelukkig voor de klas?. Leraren voortgezet onderwijs over hun werk.* Ria Vogels. ISBN 978 90 377 0340 5

2009-11 *Rules of Relief. Institutions of social security, and their impact* (2009). J.C. Vrooman. ISBN 978 90 377 0218 7

2009-12 *Overlast en verloedering ontsleuteld* (2009). Lonneke van Noije en Karin Wittebrood. ISBN 978 90 377 0436 5

Rapportage Sport 2010_4.indd 263 25-11-2010 13:01:17

2009-13 *Crisis in aantocht? Verdiepingsstudie Continu Onderzoek Burgerperspectieven 2008* (2009). Paul Dekker, Tom van der Meer, Peggy Schyns en Eefje Steenvoorden. ISBN 978 90 377 0404 4

2009-14 *De sociale staat van Nederland 2009* (2009). Rob Bijl, Jeroen Boelhouwer, Evert Pommer, Peggy Schyns (red.). ISBN 978 90 377 0434 1

2009-15 *Deeltijd (g)een probleem. Mogelijkheden om de arbeidsduur van vrouwen met een kleine deeltijdbaan te vergroten* (2009). Saskia Keuzenkamp (red.), Carlien Hillebrink, Wil Portegijs, Babette Pouwels. ISBN 978 90 377 0448 8

2009-16 *De toekomst van de mantelzorg* (2009). Klarita Sadiraj, Joost Timmermans, Michiel Ras, Alice de Boer. ISBN 978 90 377 0435 8

2009-17 *Vergrijzing, verpleging en verzorging. Ramingen, profielen en scenario's 2005-2030* (2009). Isolde Woittiez, Evelien Eggink, Jedid-Jah Jonker, Klarita Sadiraj. ISBN 978 90 377 0422 8

2009-18 *Jaarrapport integratie 2009* (2009). Mérove Gijsberts, Jaco Dagevos (red.) ISBN 978 90 377 0446 4

2009-19 *Werkloos in crisistijd. Baanverliezers, inkomensveranderingen en sociale gevolgen; een verkenning (2009)*. Cok Vrooman (red.). ISBN 978 90 377 451 8

2009-20 *Maten voor gemeenten. Een analyse van de prestaties van de lokale overheid* (2009). B. Kuhry en J.J.J. Jonker. ISBN 978 90 377 0452 5

SCP-publicaties 2010

2010-1 *Liever Mark dan Mohammed? Onderzoek naar arbeidsmarktdiscriminatie van niet-westerse migranten via praktijktests* (2010). Iris Andriessen, Eline Nievers, Laila Faulk, Jaco Dagevos. ISBN 978 90 377 0421 1

2010-2 *Op weg met de Wmo. Evaluatie van de Wet maatschappelijke ondersteuning 2007-2009* (2010). Mirjam de Klerk, Rob Gilsing en Joost Timmermans (red.), Gijs van Houten, Anna Maria Marangos, Mathijs Tuynman, Martha Dijkgraaf, Jennifer van den Broeke, Judith van der Veer, Jelmer Shalk, Jurjen Iedema, Alice de Boer. ISBN 978 90 377 0463 1

2010-4 *Steeds meer verstandelijk gehandicapten? Ontwikkelingen in vraag en gebruik van zorg voor verstandelijk gehandicapten 1998-2008* (2010). Michiel Ras, Isolde Woittiez, Hetty van Kempen, Klarita Sadiraj. ISBN 978 90 377 0468 6

2010-5 *Een baanloos bestaan. De betekenis van werk voor werklozen, arbeidsongeschikten en werkenden* (2010). Patricia van Echtelt. ISBN 978 90 377 0350 4

2010-6 *The social state of the Netherlands 2009* (2010). Rob Bijl, Jeroen Boelhouwer, Evert Pommer, Peggy Schyns (red.). ISBN 978 90 377 0466 2

2010-7 *The minimum agreed upon. Consensual budget standards for the Netherlands* (2010). Stella Hoff, Arjan Soede, Cok Vrooman, Corinne van Gaalen, Albert Luten, Sanne Lamers. ISBN 978 90 377 0472 3

2010-8 *Sociale uitsluiting bij kinderen: omvang en achtergronden* (2010). Annette Roest, Anne marike Lokhorst, Cok Vrooman. ISBN 978 90 377 0493 8

2010-9 *Beperkt aan het werk. Rapportage ziekteverzuim, arbeidsongeschiktheid en arbeidsparticipatie* (2010). Gerda Jehoel-Gijsbers (red.). ISBN 978 90 377 0489 1

2010-10 *Minder werk voor laagopgeleiden? Ontwikkelingen in baanbezit en baankwaliteit 1992-2008* (2010). Edith Josten. ISBN 978 90 377 0474 7

2010-11 *At home in the Netherlands* (2010). Mérove Gijsberts, Jaco Dagevos. ISBN 978 90 377 0487 7

Rapportage Sport 2010_4.indd 264 25-11-2010 13:01:17

2010-12 *FAQs over kunstbeofening in de vrije tijd* (2010). Andries van den Broek. ISBN 978 90 377 0455 6

2010-13 *Mogelijkheden tot kunstbeoefening in de vrije tijd* (2010). Andries van den Broek (red.). ISBN 978 90 377 0456 3

2010-14 *Toekomstverkenning kunstbeoefening* (2010). Andries van den Broek. ISBN 978 90 377 0491 4

2010-15 *Steeds gewoner, nooit gewoon. Acceptatie van homoseksualiteit in Nederland* (2010). Saskia Keuzenkamp et al. ISBN 978 90 377 0501 0

2010-16 *Publieke dienstverlening in perspectief. SCP-memorandum voor de kabinetsformatie 2010* (2010). Evert Pommer en Evelien Eggink (red.). ISBN 978 90 377 0513 3

2010-17 *Wellbeing in the Netherlands. The SCP life situation index since 1974* (2010). Jeroen Boelhouwer. ISBN 978 90 377 0345 0

2010-18 *Minderheden in de mixed-mode? Een inventarisatie van voor- en nadelen van het inzetten van verschillende dataverzamelingsmethoden onder niet-westerse migranten* (2010). R. Feskens, J. Kappelhof, J. Dagevos, I. Stoop. ISBN 978 90 377 0517 1

2010-19 *Just different, that's all. Acceptance of homosexuality in the Netherlands* (2010). Saskia Keuzenkamp (ed.) et al. ISBN 978 90 377 0502 7

2010-20 *Discriminatiemonitor niet-westerse migranten op de arbeidsmarkt 2010* (2010). Eline Nievers en Iris Andriessen (red.). ISBN 978 90 377 0438 9

2010-21 *Iemand moet het doen. Ervaringen van verzorgers van partners* (2010). Judith van Male, Marion Duimel en Alice de Boer. ISBN 978 90 377 0518 8

2010-22 *Uit de armoede werken. Omvang en oorzaken van uitstroom uit armoede* (2010). Stella Hoff. ISBN 978 90 377 0519 5

2010-23 *Het werken waard. Het arbeidsaanbod van laagopgeleide vrouwen vanuit een economisch en sociologisch perspectief* (2010). Mariëlle Cloïn. ISBN 978 90 377 0514 0

2010-24 *Zorgen voor Zorg. Ramingen van de vraag naar personeel in de verpleging en verzorging tot 2030* (2010). Evelien Eggink, Debbie Oudijk en Isolde Woittiez. ISBN 978 90 377 0512 6

2010-25 *Alle kanalen staan open. De digitalisering van mediagebruik* (2010). Frank Huysmans en Jos de Haan. ISBN 978 90 377 0521 8

2010-26 *Tijd op orde? Een analyse van de tijdsorde vanuit het perspectief van de burger* (2010). Mariëlle Cloïn, Marjon Schols en Andries van den Broek, m.m.v. Maria Koutamanis. ISBN 978 90 377 0520 1

2010-27 *Maten voor Gemeenten 2010. Een analyse van de prestaties van de lokale overheid* (2010). Bob Kuhry, Jedid-Jah Jonker en Ab van der Torre. ISBN 978 90 377 0522 5

2010-28 *Naar Hollands gebruik? Verschillen in gebruik van hulp bij opvoeding, onderwijs en gezondheid tussen autochtonen en migranten* (2010). Angela van den Broek, Ellen Kleijnen en Saskia Keuzenkamp. ISBN 978 90 377 0525 6

2010-29 *Sport: een leven lang. Rapportage sport 2010* (2010). Annet Tiessen-Raaphorst, Desirée Verbeek, Jos de Haan en Koen Breedveld (red.). ISBN 978 90 377 0504 1

2010-30 *Komt tijd, komt raad? Essays over mogelijkheden voor een nieuwe tijdsorde* (2010). Andries van den Broek en Mariëlle Cloïn (red.). ISBN 978 90 377 0523 2

2010-31 *Definitief advies over het WMO-budget huishoudelijke hulp voor 2011. Van het Sociaal en Cultureel Planbureau. Uitgebracht aan het bestuurlijk overleg financiële verhoudingen* (2010). Ab van der Torre en Evert Pommer. ISBN 978 90 377 0535 5

2010-32 *Generaties in Nederland. Sociaal en Cultureel Rapport 2010* (2010). Andries van den Broek, Ria Bronneman-Helmers en Vic Veldheer (red.). ISBN 978 90 377 0505 8

Rapportage Sport 2010_4.indd 265 25-11-2010 13:01:17

SCP-essays

1 *Voorbeelden en nabeelden* (2005). Joep de Hart. ISBN 90-377-0248-1
2 *De stem des volks* (2006). Arjan van Dixhoorn. ISBN 90-377-0265-1
3 *De tekentafel neemt de wijk* (2006). Jeanet Kullberg. ISBN 90-377-0261-9
4 *Leven zonder drukte* (2006). Tjirk van der Ziel met een naschrift van Anja Steenbekkers en Carola Simon. ISBN 90-377-0262-7
5 *Otto Neurath en de maakbaarheid van de betere samenleving* (2007). Ferdinand Mertens. ISBN 978-90-5260-260-8

Overige publicaties

Continu Onderzoek Burgerperspectieven. Kwartaalbericht 2009. Deel 1 (2009). Eefje Steenvoorden, Peggy Schyns en Tom van der Meer. ISBN 978 90 377 0417 4

Continu Onderzoek Burgerperspectieven. Kwartaalbericht 2009. Deel 2 (2009). Tom van der Meer, Paul Dekker en Eefje Steenvoorden. ISBN 978 90 377 0418 1

Continu Onderzoek Burgerperspectieven. Kwartaalbericht 2009. Deel 3 (2009). Eefje Steenvoorden, Tom van der Meer en Paul Dekker. ISBN 978 90 377 0447 1

Wmo Evaluatie. Eerste tussenrapportage. De invoering van de Wmo: gemeentelijk beleid in 2007 (2008). Gijs van Houten, Mathijs Tuynman en Rob Gilsing. ISBN 978 90 377 0390 0

Wmo Evaluatie. Tweede tussenrapportage. Ondersteuning en participatie van mensen met een lichamelijke beperking (2009). Anna Maria Marangos, Mieke Cardol en Mirjam de Klerk. ISBN 978 90 377 0399 3

m-v. SCP-nieuwjaarsuitgave 2009 (2009). ISBN 978 90 377 0411 2

Definitief advies over het Wmo-budget huishoudelijke hulp voor 2009 (2009). *Evert Pommer, Ab van der Torre, Evelien Eggink.* ISBN *978 90 377 0415 0*

TBO-eu en TBO-nl. Een vergelijking van twee methoden van tijdbestedingsonderzoek (2009). Carlijn Kamphuis, Remko van den Dool, Andries van den Broek, Ineke Stoop, Patty Adelaar, Jos de Haan. ISBN 978 90 377 0423 5

Kunnen alle kinderen meedoen? Onderzoek naar de maatschappelijke participatie van arme kinderen (2009). Gerda Jehoel-Gijsbers. ISBN 978 90 377 0416 7

Werken en weldoen. Kiezen voor betaalde en onbetaalde arbeid (2009). Ingrid Ooms, Jedid-Jah Jonker, Ab van der Torre. ISBN 978 90 377 0403 7

Genoeg om van te leven. Focusgroepen in discussie over de minimale kosten van levensonderhoud (2009). Stella Hoff, Arjan Soede, Cok Vrooman, Corinne van Gaalen, Albert Luten, Sanne Lamers. ISBN 978 90 377 407 5

Profielen van vragers naar AWBZ-GGZ (2009). Cretien van Campen. ISBN 978 90 377 0444 0

Sociale uitsluiting: een meetinstrument (2009). Gerda Jehoel-Gijsbers (SCP), Wendy Smits (CBS), Jeroen Boelhouwer (SCP) en Harry Bierings (CBS). ISBN 978 90 377 0427 3

Sociale samenhang in de wijk. nsv actualiteitencollege 2008 (2009). Maurice Gesthuizen en Vic Veldheer (red.). ISBN 978 90 377 0445 7

Meten wat leeft? Achtergrondstudie bij het Continu Onderzoek Burgerperspectieven (2009). Paul Dekker (red.). ISBN 978 90 377 0419 8

VeVeRa-III. Ramingen verpleging en verzorging 2005-2030 modelbeschrijving (2009). Evelien Eggink, Jedid-Jah Jonker, Klarita Sadiraj, Isolde Woittiez. ISBN 978 90 377 0356 6

Sporten gemeten. Methodologische aspecten van het onderzoek naar sportdeelname (2009). Koen Breedveld, Annet Tiessen-Raaphorst. ISBN 978 90 377 0358 0

Hoe het ons verging… Traditionele nieuwjaarsuitgave van het SCP (2010). Paul Schnabel (red.). ISBN 978 90 377 0465 5

Rapportage Sport 2010_4.indd 266 25-11-2010 13:01:17

Continu Onderzoek Burgerperspectieven. Kwartaalbericht 2009. Deel 4 (2010). Paul Dekker, Tom van der Meer en Irene de Goede. ISBN 978 90 377 0464 8

Wmo Evaluatie. Vierde tussenrapportage. Ondersteuning en participatie van mensen met een lichamelijke beperking; twee jaar na de invoering van de Wmo (2010). A. Marangos, M. Cardol, M. Dijkgraaf, M. de Klerk. ISBN 978 90 377 0470 9

Op weg met de Wmo. Journalistieke samenvatting door Karolien Bais. Mirjam de Klerk, Rob Gilsing en Joost Timmermans. Samenvatting door Karolien Bais (2010). ISBN 978 90 377 0469 3

NL Kids online. Risico's en kansen van internetgebruik onder jongeren (2010). Jos de Haan. ISBN 978 90 377 0430 3

Kortdurende thuiszorg in de Awbz. Een verkenning van omvang, profiel en afbakening (2010). Maaike den Draak. ISBN 978 90 377 0471 6

De publieke opinie over kernenergie (2010). Paul Dekker, Irene de Goede, Joop van der Pligt. ISBN 978 90 377 0488 4

Op maat gemaakt? Een evaluatie van enkele responsverbeterende maatregelen onder Nederlanders van niet-westerse afkomst (2010). J. Kappelhof. ISBN 978 90 377 0495 2

Oudere tehuisbewoners. Landelijk overzicht van de leefsituatie van ouderen in instellingen 2008-2009 (2010). Maaike den Draak. ISBN 978 90 377 0499 0

Kopers in de knel? Een scenariostudie naar de gevolgen van de crisis voor huiseigenaren met een hypotheek (2010). Michiel Ras, Ingrid Ooms, Evelien Eggink. ISBN 978 90 377 0498 3

Gewoon anders. Acceptatie van homoseksualiteit in Nederland (2010). Saskia Keuzenkamp. ISBN 978 90 377 0502 7

De aard, de daad en het Woord. Een halve eeuw opinie- en besluitvorming over homoseksualiteit in protestants Nederland, 1959-2009 (2010). David Bos. ISBN 978 90 377 0506 5

Werkloosheid in goede banen. Bijdragen aan de SCP-studiemiddag 2010 (2010). Patricia van Echtelt (red.). ISBN 978 90 377 0516 4

Rapportage Sport 2010_4.indd 267 25-11-2010 13:01:17