



Jeugdsportmonitor Overijssel 2016

**Provinciaal onderzoek naar
sport, bewegen en leefstijl
onder jongeren (4-17 jaar)**

Colofon

Jeugdsportmonitor Overijssel 2016

Provinciaal onderzoek naar sport, bewegen en leefstijl onder jongeren (4 tot en met 17 jaar)

Mei 2017

In opdracht van de provincie Overijssel en de deelnemende gemeenten

Drs. Marieke van Vilsteren

Sportservice Overijssel

Hogeland 10

8024 AZ Zwolle

www.sportserviceoverijssel.nl

Overname van dit rapport of gedeelten daaruit is toegestaan, mits de bron wordt vermeld.

Algemene informatie

In het najaar van 2016 is voor de derde keer de Jeugdsportmonitor uitgevoerd door Sportservice Overijssel in opdracht van de provincie Overijssel en in samenwerking met Overijsselse gemeenten. De Jeugdsportmonitor geeft een goed beeld van het sport- en beweeggedrag en de leefstijl van jeugd en jongeren in Overijssel (4 tot en met 17 jaar). De provinciale resultaten worden in deze factsheet besproken. Gemeentelijke cijfers staan weergegeven in het tabellenboek en de gemeentelijke factsheets.

Sportservice Overijssel

Sportservice Overijssel is het provinciale kenniscentrum voor sport en bewegen in de provincie Overijssel. Wij willen met onze kennis de verschillende maatschappelijke partijen handvatten aanreiken, zodat investeringen in sport en bewegen efficiënt en effectief worden ingezet. Daarbij maken we gebruik van bestaande kennis, maar ontwikkelen we ook monitoren voor nog ontbrekende gegevens. Sportservice Overijssel zorgt voor regelmatige herhaling van onderzoek, een vereiste om ontwikkelingen nauwlettend te kunnen volgen en trends te kunnen waarnemen. Sportservice Overijssel heeft als doel om zoveel mogelijk inwoners de kans te geven (blijvend) te sporten en te bewegen. In navolging op het rapport 'Fit en Gezond in Overijssel', een tweejaarlijks monitoronderzoek naar sport, bewegen en leefstijl onder volwassenen, is in 2012 door Sportservice Overijssel ook een tweejaarlijkse monitor opgezet om sport, bewegen en leefstijl van de Overijsselse jeugd en jongeren in kaart te brengen: de Jeugdsportmonitor.

De Jeugdsportmonitor is een online vragenlijst naar de sport- en beweegdeelname en leefstijl van de jeugd van 4 tot en met 17 jaar. Deze factsheet geeft de resultaten van de derde monitor van de Jeugdsportmonitor in 2016 weer.

Samenwerking met gemeenten en onderwijs

De Jeugdsportmonitor is uitgevoerd in opdracht van de provincie Overijssel en op verzoek en in samenwerking met negentien Overijsselse gemeenten. Via de gemeenten is het primair en voortgezet onderwijs gevraagd om de online vragenlijsten te verspreiden onder de leerlingen. In het basisonderwijs zijn de ouder(s) of verzorger(s) van de leerlingen uitgenodigd om de online vragenlijst in te vullen. In het voortgezet onderwijs zijn de leerlingen zelf uitgenodigd voor deelname aan het onderzoek.

311 scholen

hebben de uitnodiging voor deelname aan de Jeugdsportmonitor verspreid onder hun leerlingen.



Respons

Ruim

15.000

leerlingen hebben meegedaan aan de Jeugdsportmonitor!

52%

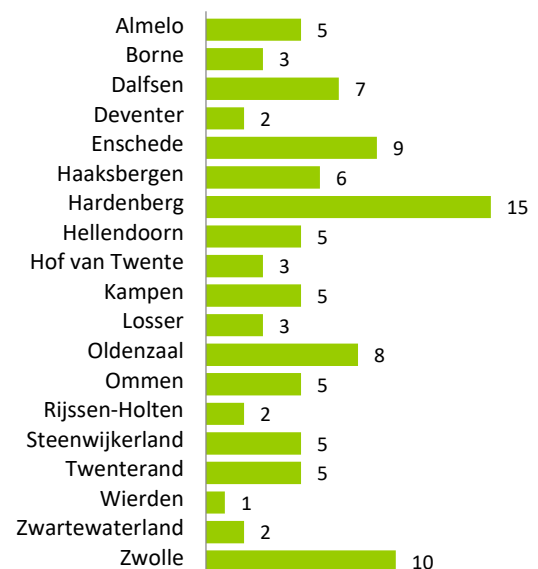
primair onderwijs

48%

voortgezet onderwijs



19 Overijsselse gemeenten



Grafiek 1. Procentueel aandeel in de respondentengroep

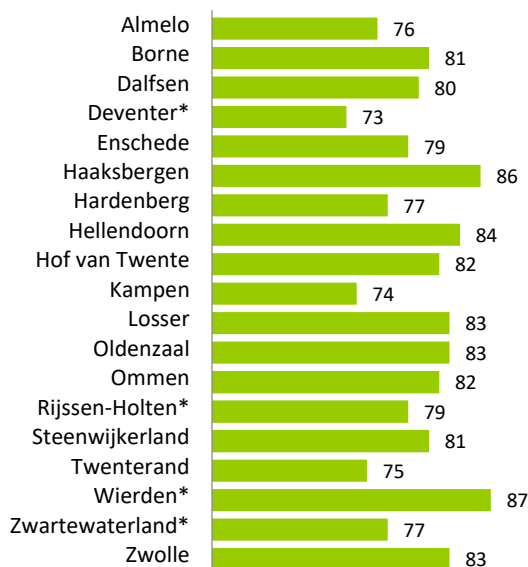
Sportdeelname

De vragen over sportdeelname zijn, net als in 2012 en in 2014, gebaseerd op de Richtlijn Sportdeelname Onderzoek (RSO) van het Mulier Instituut. De RSO definieert iemand als een sporter als hij/zij in de afgelopen twaalf maanden ten minste twaalf keer heeft gesport. Als het gaat om gezondheidswaarde, om maatschappelijk 'meedoen' en om een leven lang betrokken zijn bij sport, dan is een zekere regelmaat echter van belang. Daarom gebruikt Sportservice Overijssel naast de RSO een smallere definitie, namelijk de regelmatige (of wekelijkse) sporter. Iemand is een regelmatige sporter als hij/zij minstens 40 keer per jaar sport.

Regelmatige sportdeelname in Overijssel

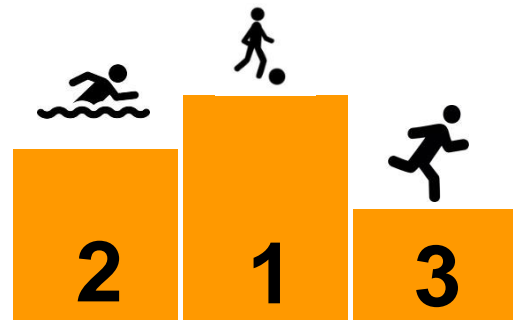


In Overijssel sport 80% van de jeugd (4-17 jaar) regelmatig ten opzichte van 72% in NL (OBiN, 2013). De regelmatige sportdeelname verschilt per gemeente:



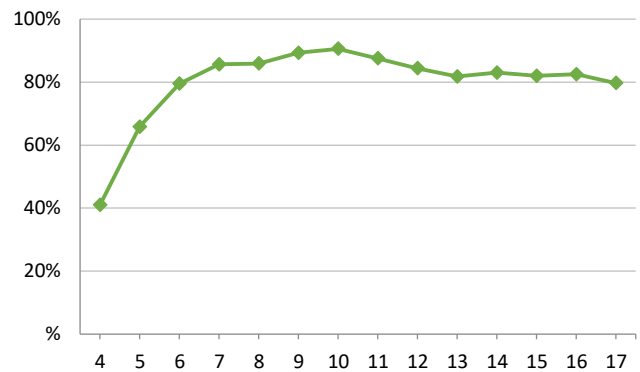
Grafiek 2. Regelmatige sporters (4-17 jaar) naar gemeente
*minder betrouwbaar vanwege onvoldoende respons

Meest populaire sporten

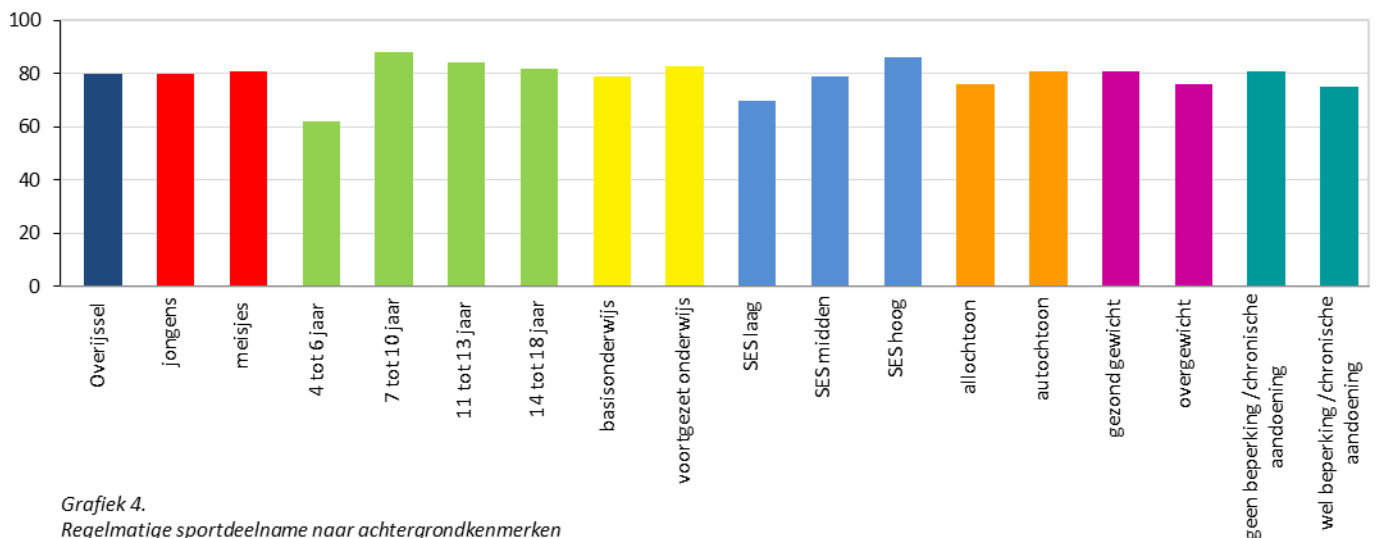


Voetbal (52%), zwemsport (33%) en hardlopen (29%) zijn de meest beoefende sporten onder de jeugd in Overijssel.

De regelmatige sportdeelname neemt eerst sterk toe met de leeftijd, vanaf 11 jaar zet de daling in:



Grafiek 3. Regelmatige sportdeelname naar leeftijd (in jaren)



Grafiek 4. Regelmatige sportdeelname naar achtergrondkenmerken

Lidmaatschap

Naast sportbeoefening is ook gevraagd naar het lidmaatschap van (één of meerdere) sportvereniging(en).

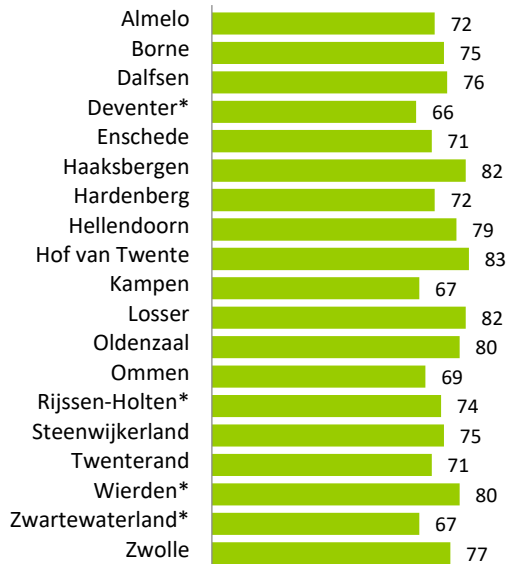
Lidmaatschap in Overijssel



75%

In Overijssel is 75% van de jeugd (4-17 jaar) lid van (een of meerdere) sportvereniging(en) ten opzichte van 71% in NL (OBiN, 2013).

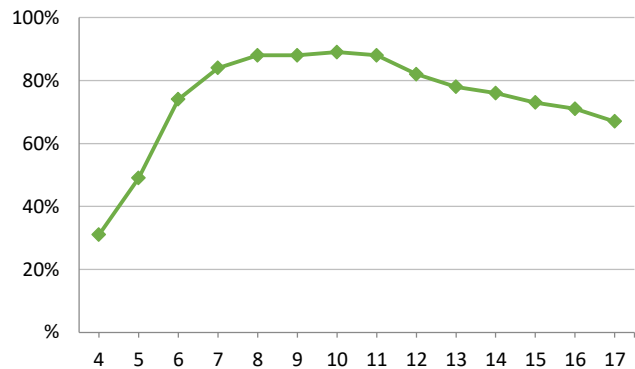
Het percentage jeugd en jongeren dat lid is van een sportvereniging verschilt per gemeente:



Grafiek 5. Lidmaatschap (4-17 jaar) naar gemeente
*minder betrouwbaar vanwege onvoldoende respons

Lidmaatschap naar leeftijd

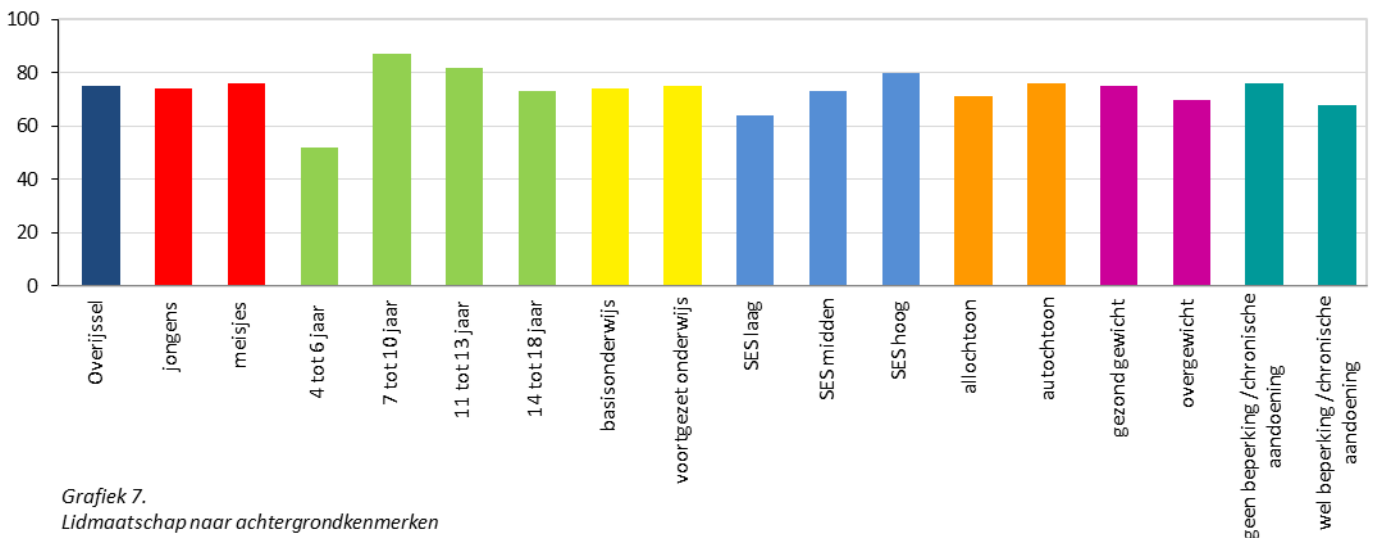
Het lidmaatschap neemt eerst sterk toe met de leeftijd en vanaf 11 jaar zet de daling in; de zogenaamde 'skihelling'.



Grafiek 6. Lidmaatschap naar leeftijd (in jaren)

Sportmotivatie

De meest genoemde redenen om te sporten:



Grafiek 7. Lidmaatschap naar achtergrondkenmerken

Lichaamsbeweging

In Nederland hanteren diverse onderzoekers en experts op het gebied van bewegen en gezondheid een aantal normen voor bewegen (zie schema 'Definities beweegnormen'). Deze beweegnormen zijn in 1998 opgesteld. Op verzoek van het ministerie van VWS buigt de commissie Beweegrichtlijnen van de Gezondheidsraad zich over de beantwoording van de adviesvraag over het actualiseren van de Nederlandse beweegnormen. De commissie komt rond de zomer van 2017 met het advies.

Definities beweegnormen

Nederlandse Norm Gezond Bewegen (NNGB) voor jongeren (< 18 jaar)

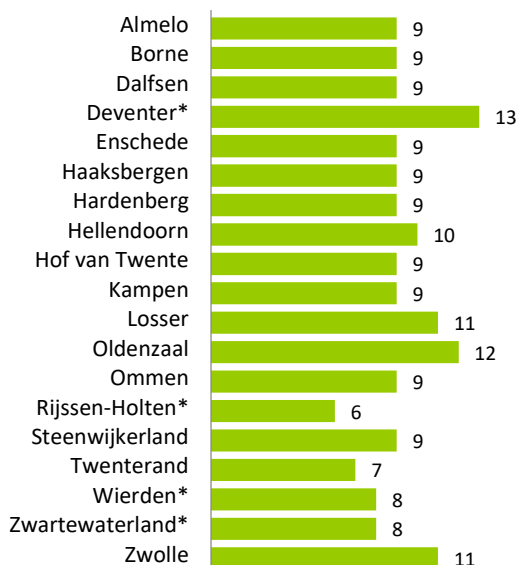
Dagelijks 60 minuten matig intensieve lichamelijke activiteit (5 MET (bv. dansen/skateboarden) tot 8 MET (bv. hardlopen)), waarbij de activiteiten minimaal tweemaal per week gericht zijn op het verbeteren of handhaven van lichamelijke fitheid.

Sedentair gedrag (zitgedrag)

Onder sedentair gedrag wordt gedrag verstaan met een erg laag energieverbruik, zoals zitten en liggen. Sedentair gedrag verhoogt het risico op ziekte en sterfte onafhankelijk van de hoeveelheid lichaamsbeweging die iemand heeft. Voor de leeftijd < 18 jaar geldt 2 uur of meer per dag televisie/dvd kijken en/of computeren/tablet als 'veel sedentair gedrag'.

Voldoen aan de NNGB

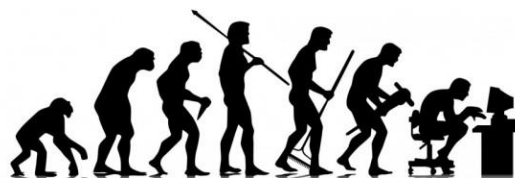
Van de 4- tot en met 17-jarigen in Overijssel voldoet 9% aan de NNGB. Landelijk ligt dit percentage op 26% (RIVM, 2015; andere vraagstelling). In Overijssel zijn de verschillen in het voldoen aan de NNGB niet heel groot:



Grafiek 8. Voldoen aan NNGB (4-17 jaar) naar gemeente
*minder betrouwbaar vanwege onvoldoende respons

Sedentair (zittend) gedrag

Sedentair gedrag omvat alle activiteiten met een laag energieverbruik (1 tot 1,5 MET).



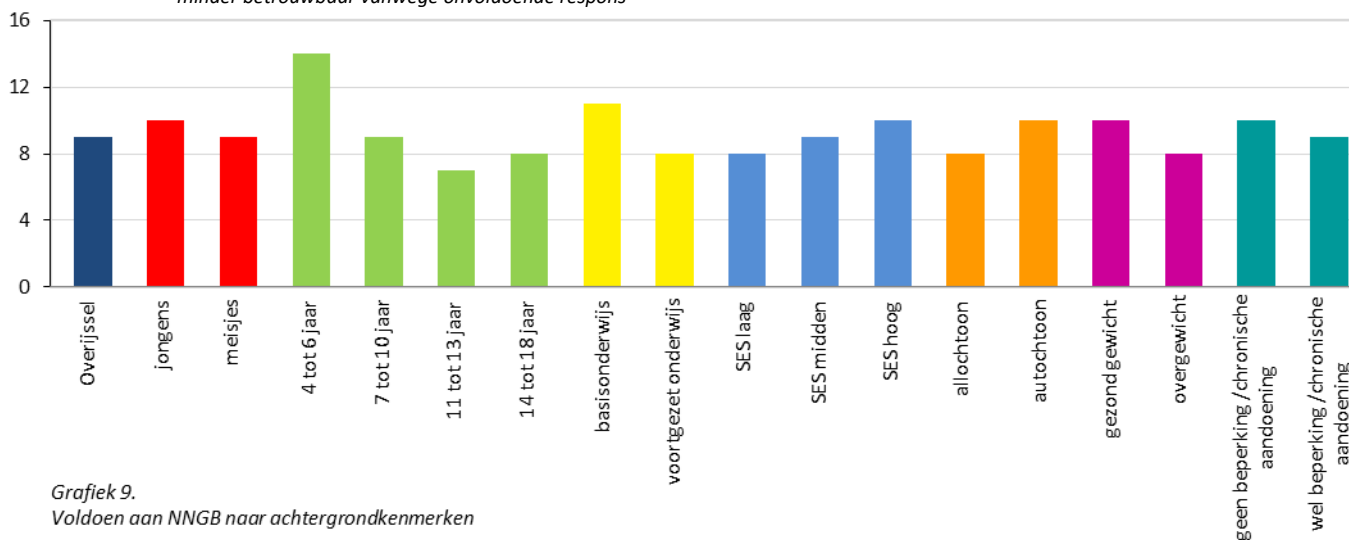
45%

van de 4- tot en met 17-jarigen vertoont veel sedentair gedrag (>2 uur per dag in de vrije tijd).

♂ 47%

♀ 44%

4-6 jaar : 14%
7-10 jaar : 27%
11-13 jaar: 58%
14-17 jaar: 75%!



Grafiek 9. Voldoen aan NNGB naar achtergrondkenmerken

Gezonde leefstijl

In de Jeugdsportmonitor is ook aandacht voor de leefstijl van jeugd en jongeren. In de vragenlijst is gevraagd naar de consumptie van groente, fruit, ontbijt, suikerhoudende dranken en water. Aan de jongeren is nog extra gevraagd naar roken en alcohol. Aan de hand van de Body Mass Index (BMI) kan bepaald worden of er sprake is van overgewicht.

Voeding



38%

38% PO | 39% VO
voldoet aan
groentenorm



21%

23% PO | 18% VO
voldoet aan
fruitnorm



89%

98% PO | 78% VO
voldoet aan
ontbijtnorm



51%

52% PO | 51% VO
drinkt elke dag
water



57%

66% PO | 45% VO
drinkt elke dag
suikerhoudende
drank

Roken en alcohol



7%

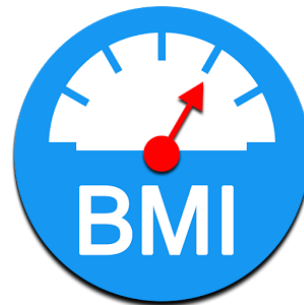
van de jongeren
(12-17 jaar) rookt
momenteel



50%

van de jongeren
(12-17 jaar) heeft
wel eens alcohol
gedronken

Overgewicht



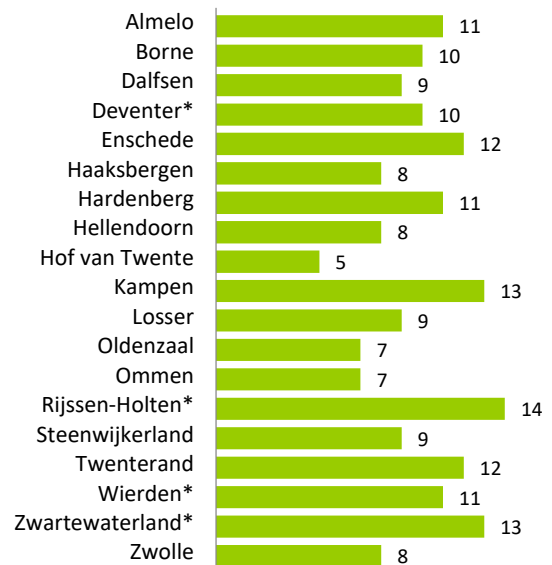
1 op de 10
heeft
overgewicht

♂ 10%

♀ 10%

4-6 jaar : 12%
7-10 jaar : 11%
11-13 jaar: 8%
14-17 jaar: 9%

Het percentage jeugd en jongeren met overgewicht in Overijssel verschilt per gemeente:



Grafiek 10. Overgewicht (4-17 jaar) naar gemeente
*minder betrouwbaar vanwege onvoldoende respons



GEMEENTE BORNE

gemeente **Dalfsen**



gemeente **Deventer**



Gemeente Losser



Gemeente **Oldenzaal**

Gemeente Ommen

