



Presentatie

Ontwikkeling deelname sportief bewegen

o Remko van den Dool (december 2023)



| Inhoud

- Ontwikkeling lange termijn: deelname sporten, wandelen, fietsen
- Verband deelname
- Individualisering deelname
- Diversiteit van deelname
- Beleidsperspectieven deelname
- Gedragsverandering voor bevorderen deelname
- Verschillen in deelnamecijfers: methoden
- Literatuur

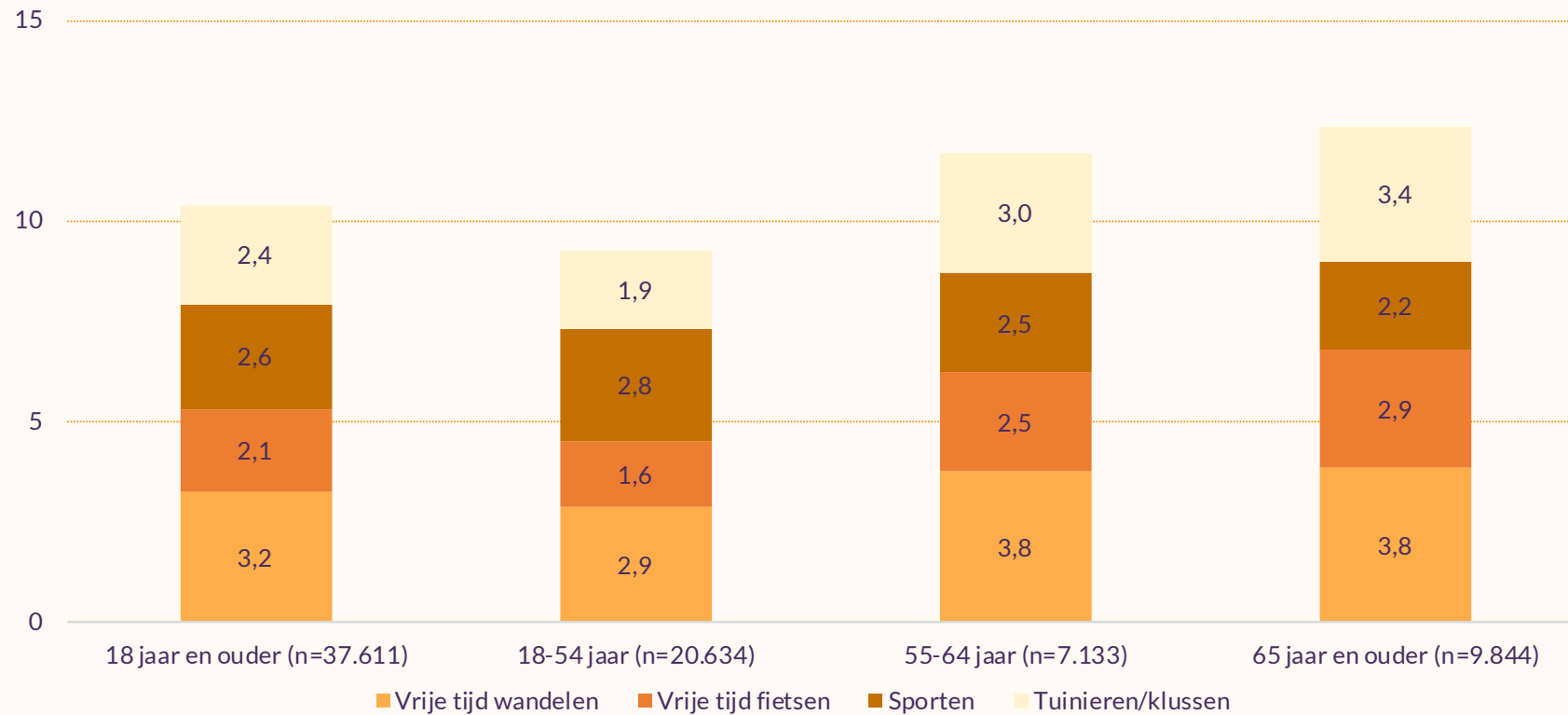


| Ontwikkeling lange termijn: deelname sporten, wandelen, fietsen

- [Ontwikkeling lange termijn: deelname sporten, wandelen, fietsen](#)
- [Verband deelname](#)
- [Individualisering deelname](#)
- [Diversiteit van deelname](#)
- [Beleids perspectieven deelname](#)
- [Gedragsverandering voor bevorderen deelname](#)
- [Verschillen in deelnamecijfers: methoden](#)
- [Literatuur](#)

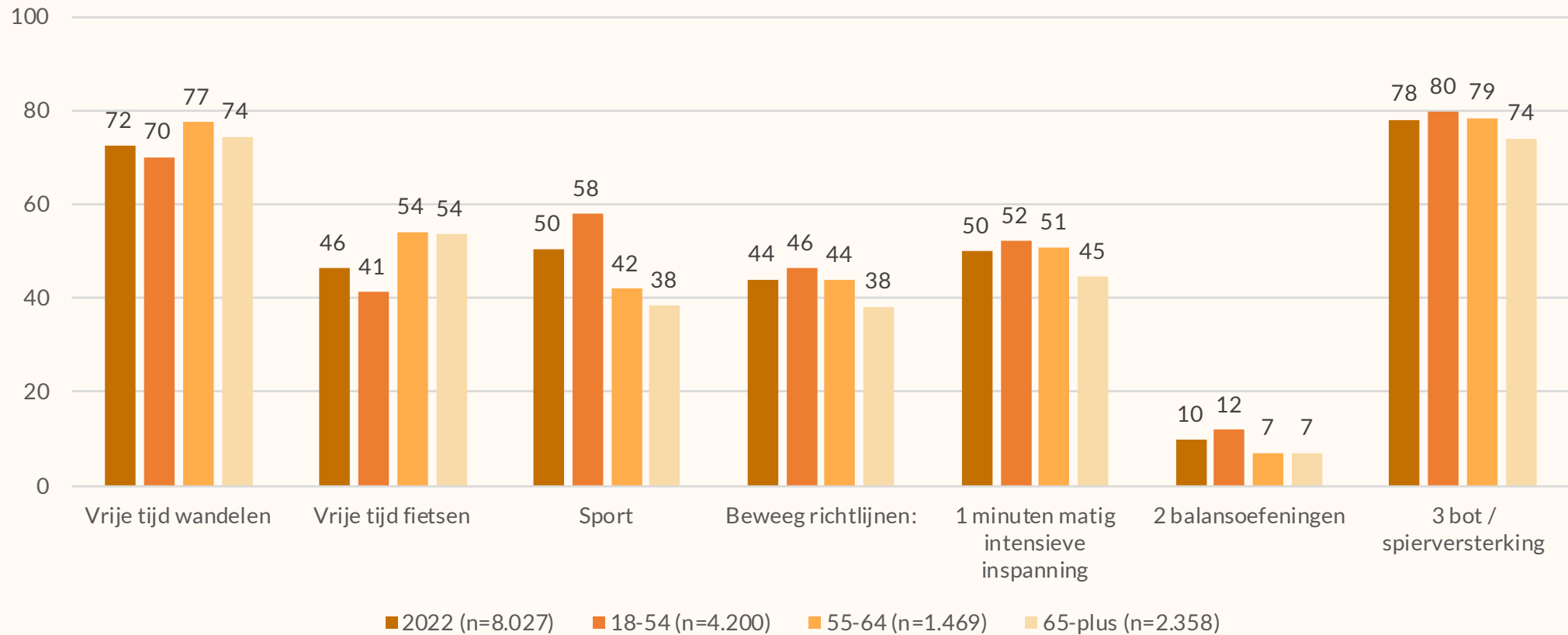


Samenstelling beweeggedrag in de vrije tijd (in uren per week)



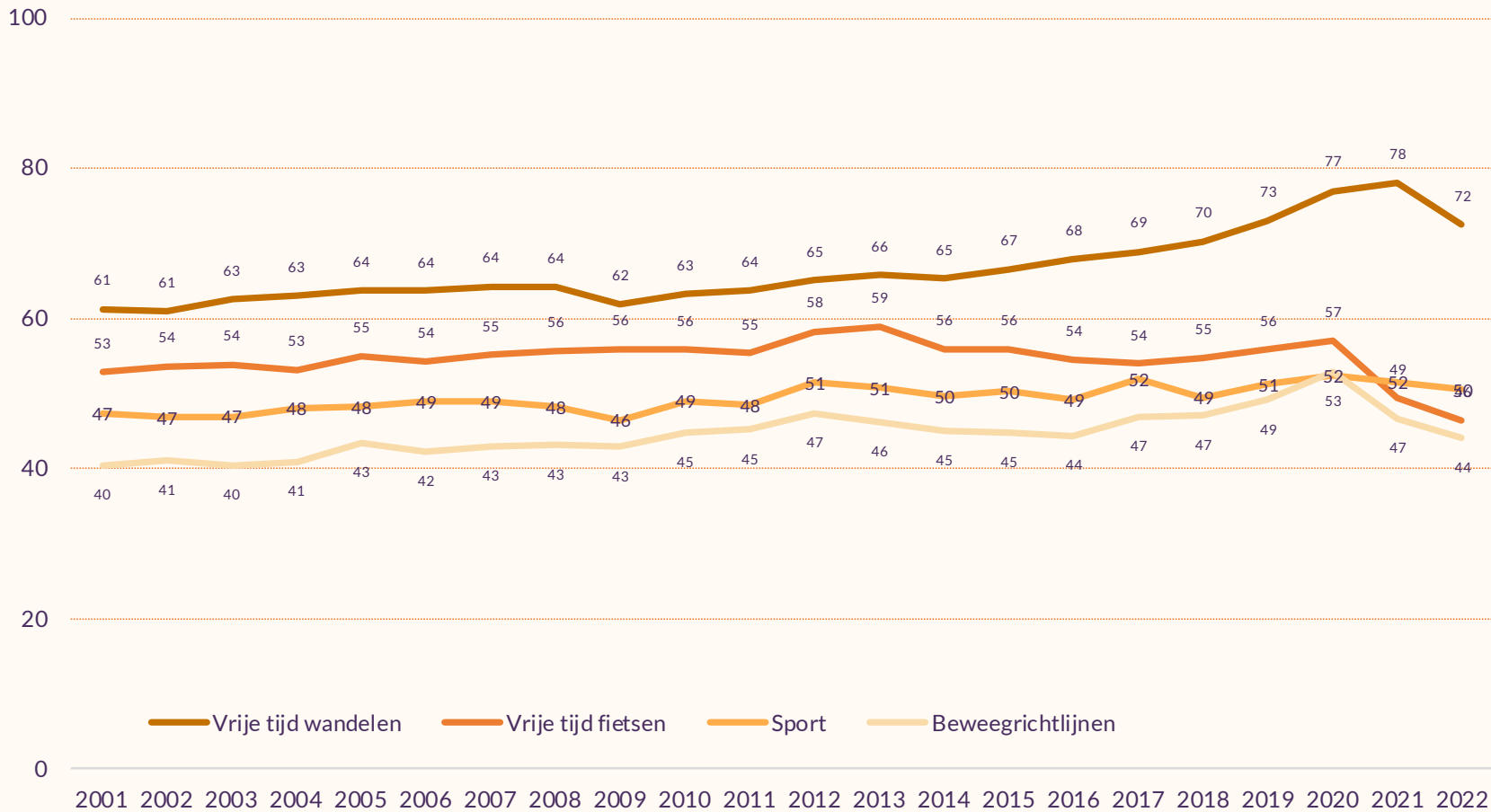
Bron: CBS Gezondheidsenquête 2016-2020; bewerking Mulier Instituut

Wekelijkse beweegactiviteiten naar leeftijd deelname, volwassenen
(in procenten)



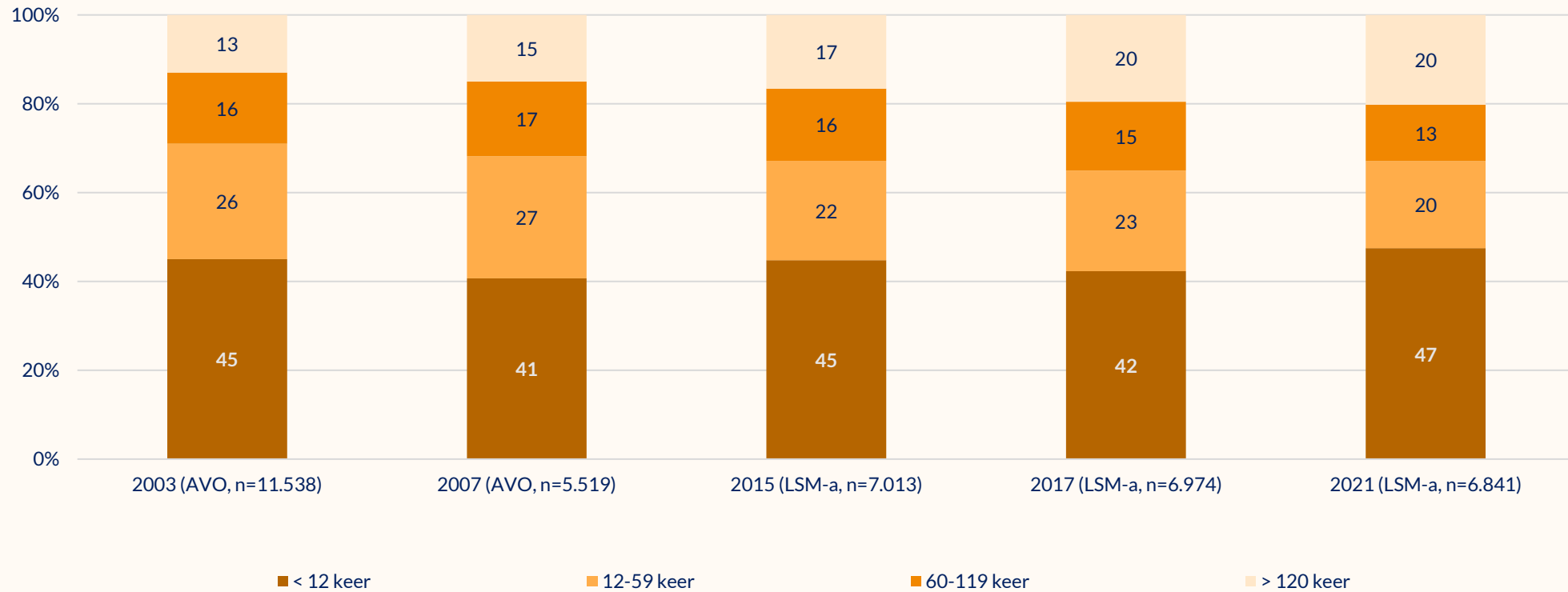
Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

Ontwikkeling wekelijkse sport-, wandel- en fietsdeelname en voldoen aan de beweegrichtlijnen, bevolking 18 jaar en ouder (in procenten)



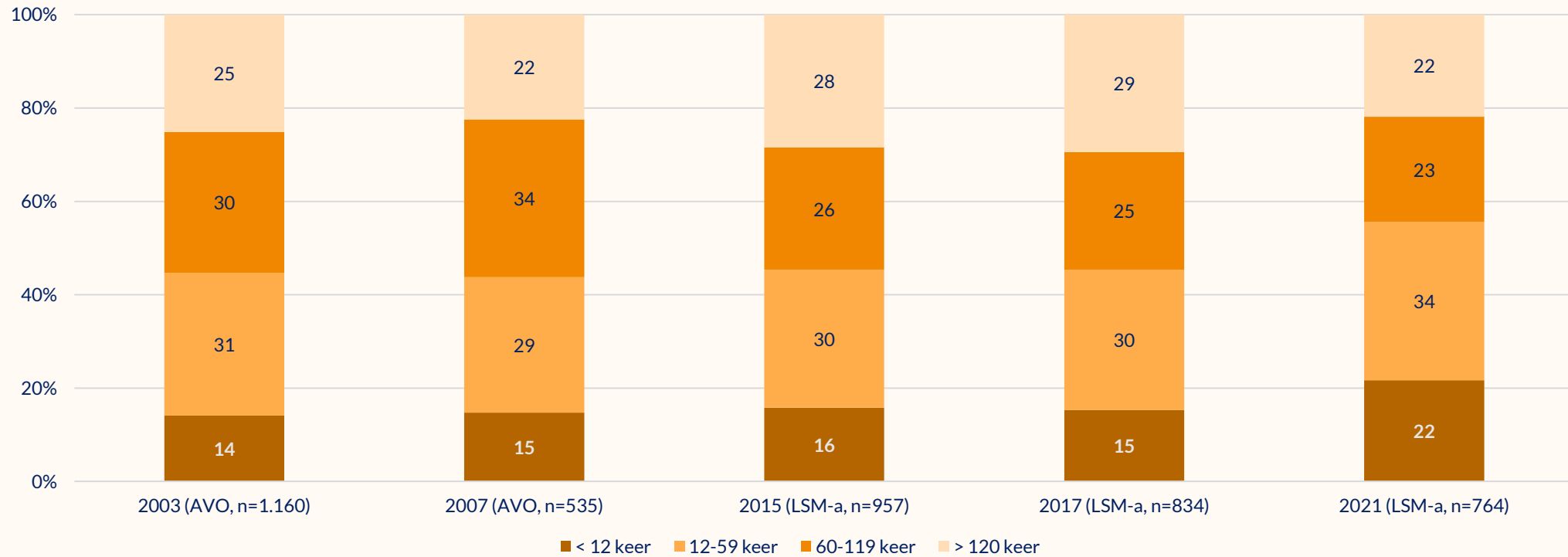
Bron: CBS Gezondheidsenquête 2001-2020; bewerking Mulier Instituut

Ontwikkeling sportfrequentie volwassenen (18-plus) (in procenten)



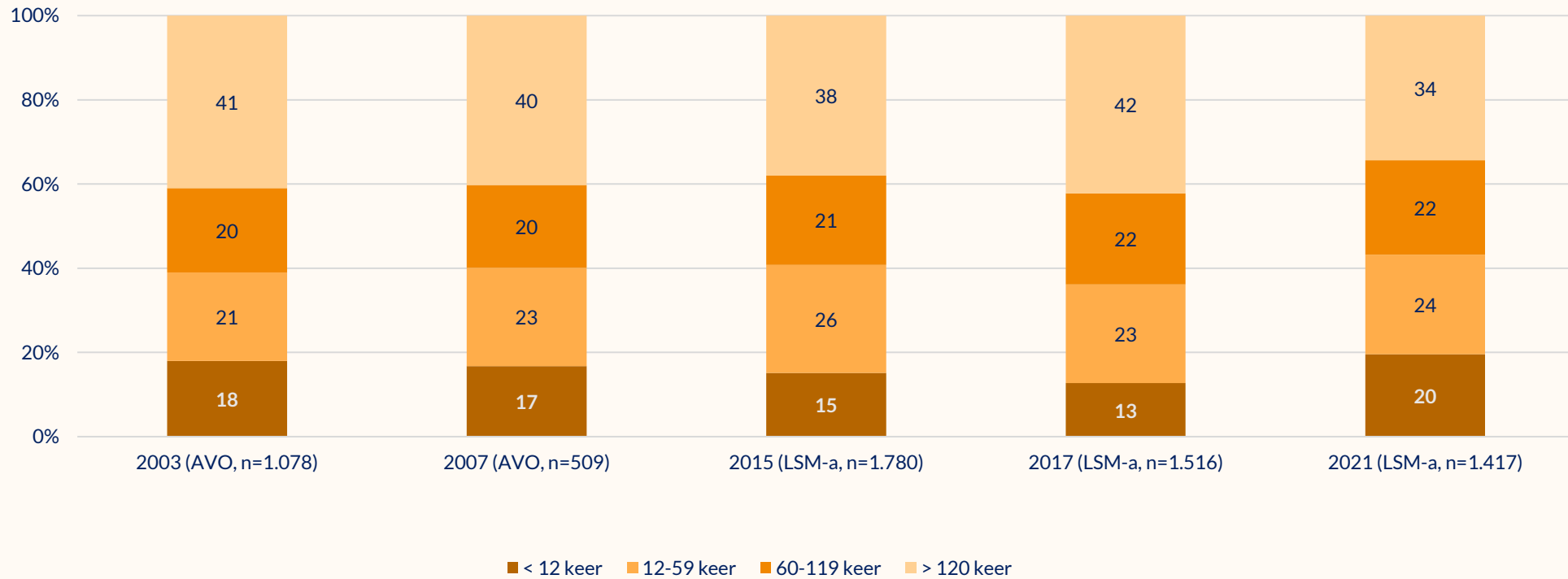
Bron: CBS/SCP Aanvullend Voorzieningengebruikonderzoek 2003 en 2007; CBS LeefstijlMonitor-aanvullend 2017 en 2021; bewerking Mulier Instituut

Ontwikkeling sportfrequentie kinderen (6-11 jaar)
(in procenten)



Bron: CBS/SCP Aanvullend Voorzieningengebruikonderzoek 2003 en 2007; CBS LeefstijlMonitor-aanvullend 2017 en 2021; bewerking Mulier Instituut

Ontwikkeling sportfrequentie jongeren (12-17 jaar) (in procenten)



Bron: CBS/SCP Aanvullend Voorzieningengebruikonderzoek 2003 en 2007; CBS LeefstijlMonitor-aanvullend 2017 en 2021; bewerking Mulier Instituut

| Verband deelname

- [Ontwikkeling lange termijn: deelname sporten, wandelen, fietsen](#)
- [Verband deelname](#)
- [Individualisering deelname](#)
- [Diversiteit van deelname](#)
- [Beleids perspectieven deelname](#)
- [Gedragsverandering voor bevorderen deelname](#)
- [Verschillen in deelnamecijfers: methoden](#)
- [Literatuur](#)

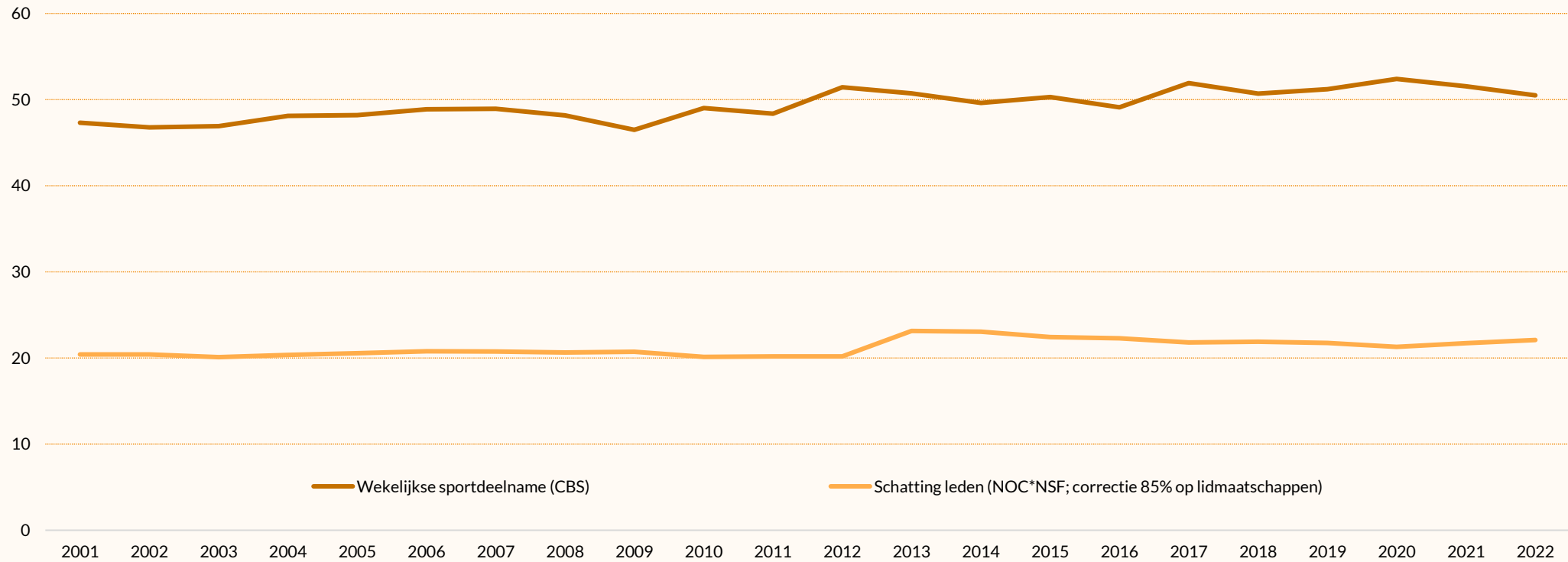


Sportverbanden, afgelopen 12 maanden (2012-2022, 6 jaar of ouder)
(in procenten)

	Najaar 2012 (n=3.138)	Najaar 2014 (n=3.031)	Najaar 2016 (n=3.100)	Najaar 2018 (n=3.425)	Najaar 2020 (n=2.970)	Najaar 2022 (n=3.038)
Alleen/ongeorganiseerd	50	48	46	49	54	48
Informele groep	38	38	36	36	32	34
Lid sportclub	32	32	31	29	29	29
Abonnement	19	20	22	23	20	20
School of BSO	3	3	3	3	2	2
Bedrijfssport	2	3	2	2	1	2
Welzijn	3	1	2	2	1	1
Zorg	2	3	2	2	2	2
Anders	9	2	2	1	1	1
Geen sport	21	22	24	21	24	24

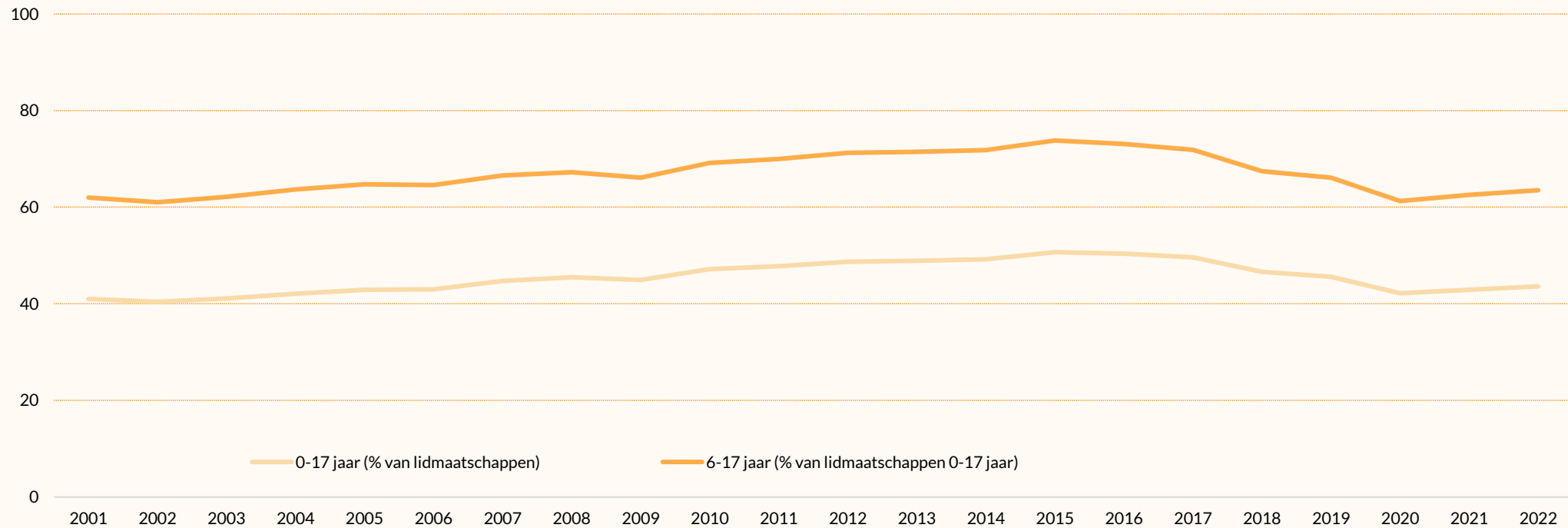
Bron: CBS VrijetijdOmnibus VTO; bewerking Mulier Instituut

Sportbeoefening via een vereniging (2001-2022, 18 jaar of ouder) (in procenten)



Bron: Kengetallen leden NOC*NSF 2001-2022; CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

Sportbeoefening via een vereniging (2001-2022, 0-17 jaar) (in procenten)



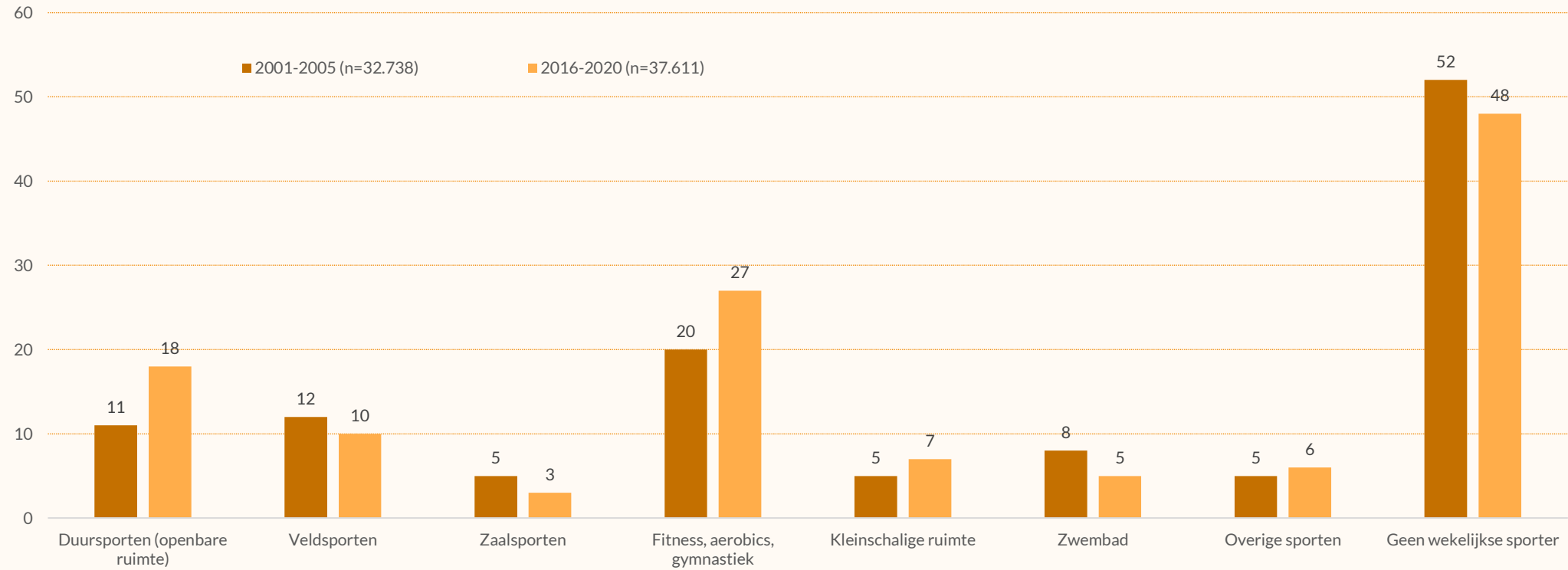
Bron: Kengetallen leden NOC*NSF 2001-2022; CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

| Individualisering deelname

- Ontwikkeling lange termijn: deelname sporten, wandelen, fietsen
- Verband deelname
- Individualisering deelname
- Diversiteit van deelname
- Beleids perspectieven deelname
- Gedragsverandering voor bevorderen deelname
- Verschillen in deelnamecijfers: methoden
- Literatuur



Categorieën wekelijks beoefende sporttakken (2001-2020, 18 jaar of ouder)
(in procenten)



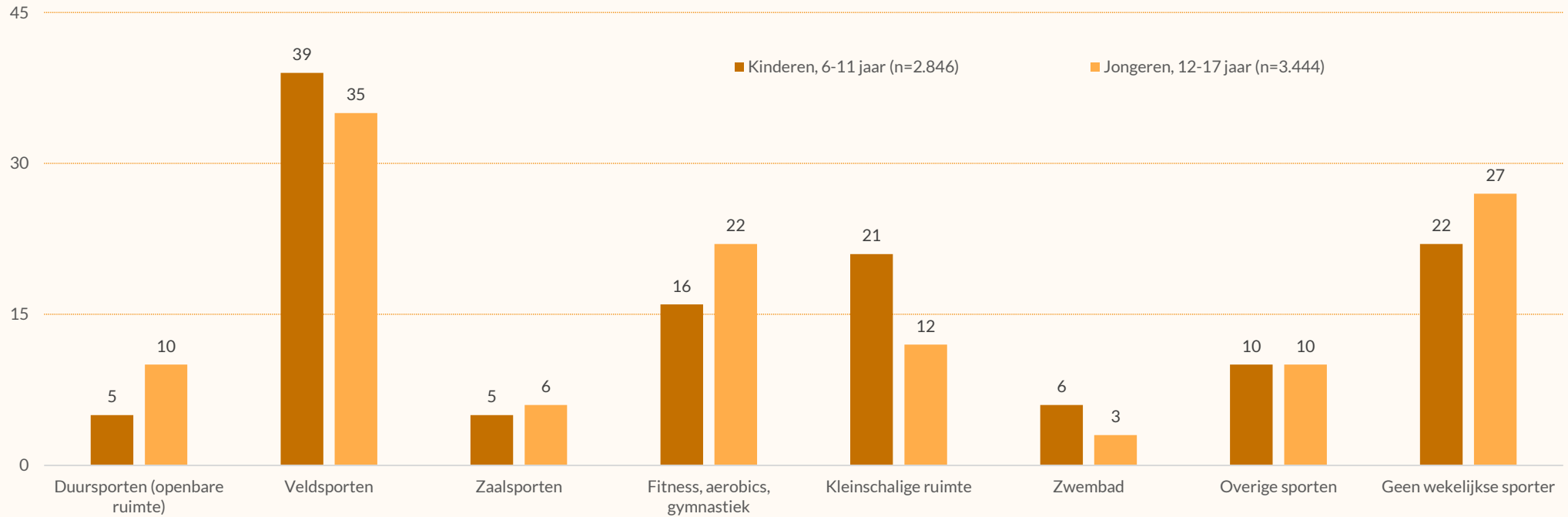
Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

Locaties sportbeoefening, afgelopen 12 maanden (2012-2022, 6 jaar of ouder)
(in procenten)

	Najaar 2012 (n=3.138)	Najaar 2014 (n=3.031)	Najaar 2016 (n=3.100)	Najaar 2018 (n=3.425)	Najaar 2020 (n=2.970)	Najaar 2022 (n=3.038)
Overdekte sportvoorziening	53	51	50	52	42	45
Andere overdekte ruimte	11	10	11	10	8	7
Openlucht sportvoorziening	26	25	24	23	22	24
Openbare plek (plein of trapveld)	11	11	9	10	10	9
Op openbare weg, in de natuur	43	43	42	44	48	42
Huis of tuin	15	15	15	15	25	19
Anders	11	4	2	1	0	0
Geen sport	21	22	24	21	24	24

Bron: CBS Vrije tijdsOmnibus VTO; bewerking Mulier Instituut

Categorieën wekelijks beoefende sporttakken (2016-2020, 6-17 jaar)
(in procenten)



Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

| Individualisering algemeen

- Van alle aan sport bestede tijd: 42% alleen sporten (neemt ook wat toe)
- Voor recreatief bewegen: 33%
- 21% doet alle sportactiviteiten alleen, 34% uitsluitend samen
- Leren via internet/sociale media



Bron: CBS/SCP Tijdbestedingsonderzoek 2016; bewerking Mulier Instituut

| Apps & devices

Sterke groei gebruik sporters (63% 2022, 39% 2016)

	2022 (n=849)
Inzicht eigen prestaties	55
Motivatie (vaker) sporten / bewegen	25
Maakt het leuker	20
Volgen route	17
Trainingsdoelen	16
Overzicht oefeningen	15
Vergelijking prestaties met anderen	7
Leren sportieve activiteit	6
Verantwoord/ blessurevrij	5
Vorbereiding wedstrijd / evenement	5
Contact met andere sporters	4
Geen van bovenstaande	9



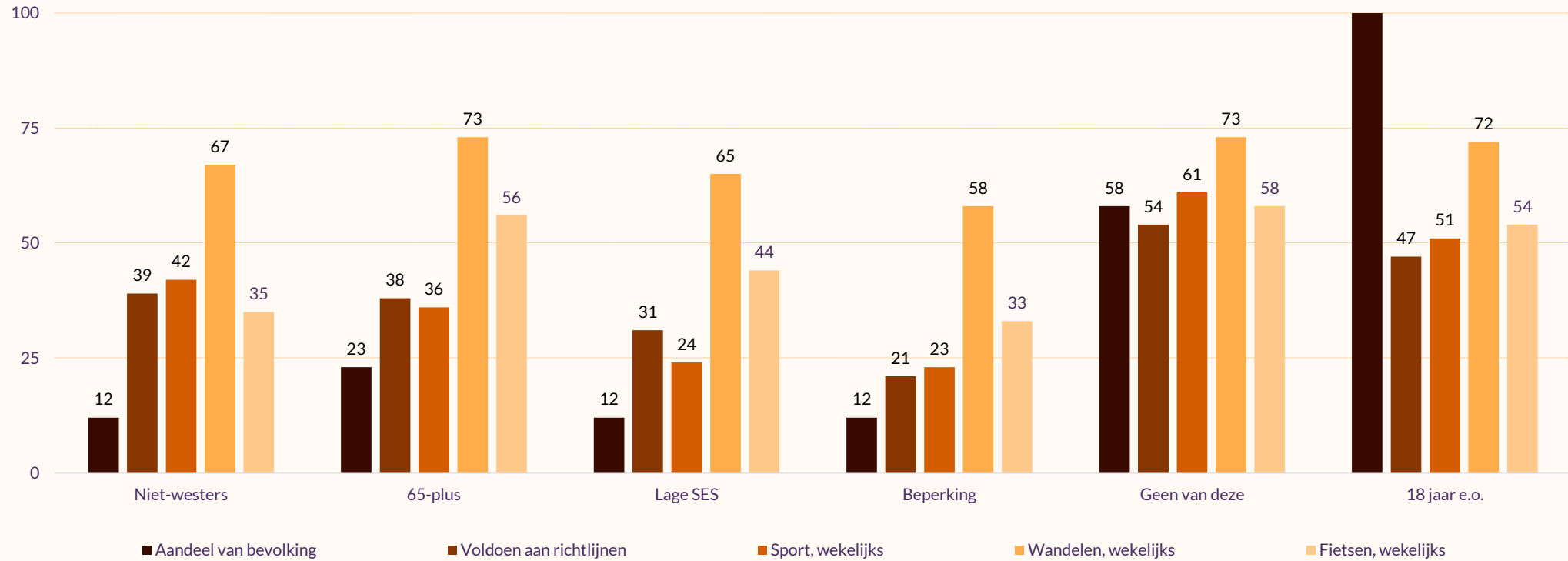
Bron: Mulier Instituut Nationaal Sportonderzoek mei 2022

| Diversiteit van deelname

- Ontwikkeling lange termijn: deelname sporten, wandelen, fietsen
- Verband deelname
- Individualisering deelname
- Diversiteit van deelname
- Beleidsperspectieven deelname
- Gedragsverandering voor bevorderen deelname
- Verschillen in deelnamecijfers: methoden
- Literatuur

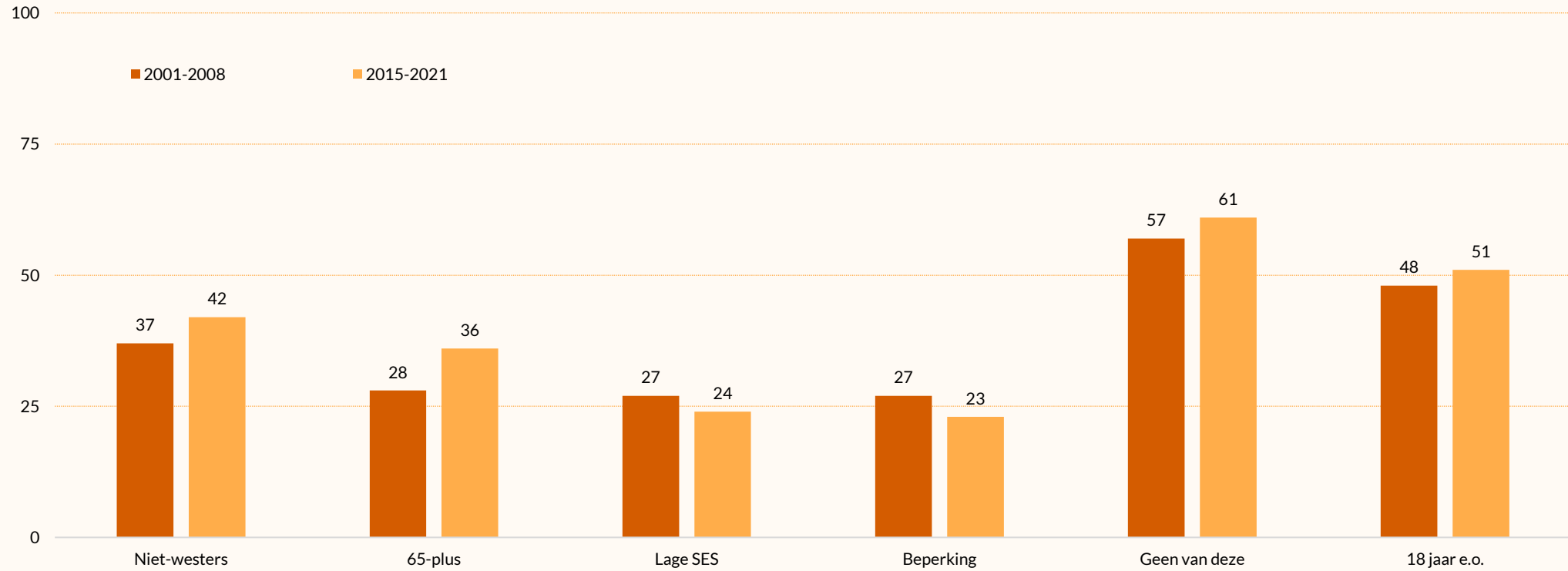


Deelname groepen naar beweeggedrag (2015-2021, 18 jaar of ouder)
(in procenten)



Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

Ontwikkeling wekelijkse sportdeelname naar groepen (2001-2008 & 2015-2021, 18 jaar of ouder)
(in procenten)



Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

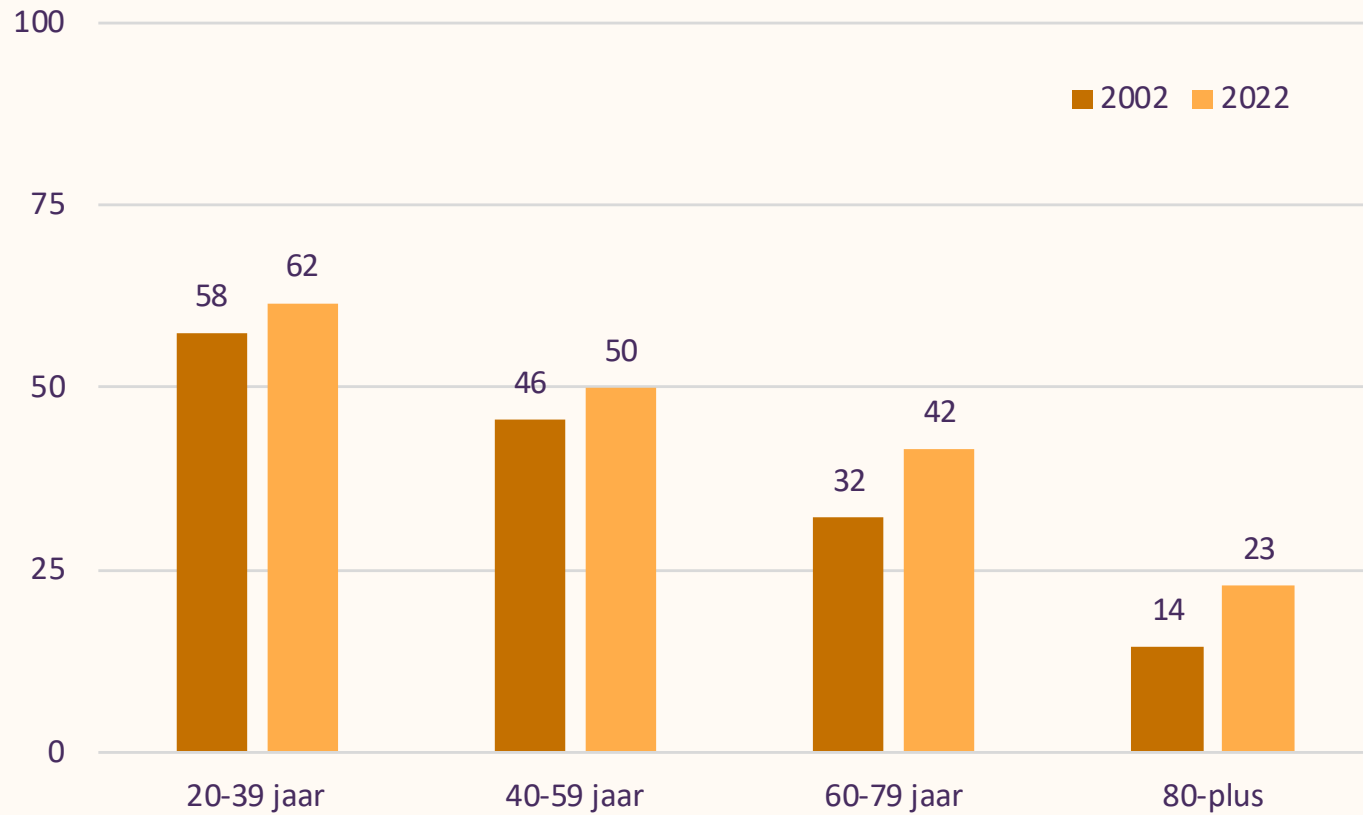
Ontwikkeling intersecties naar beweeggedrag (2001-2020, 18 jaar of ouder)
(in procenten)

2015-2021	Aandeel in bevolking	Voldoen aan richtlijnen	Sport, wekelijks	Wandelen, wekelijks	Fietsen, wekelijks	Aantal
Bevolking 18 jaar en ouder	100	47	51	72	54	51.711
Niet westerse herkomst (geen beperking, geen lage ses)	7,8	44	51	66	38	2.844
Ouder (geen beperking, geen lage ses en Nederlandse herkomst)	13,0	49	45	81	68	8.308
Lage ses, beperking en ouder	2,3	10	14	47	24	1.169

2001-2009	Aandeel in bevolking	Voldoen aan richtlijnen	Sport, wekelijks	Wandelen, wekelijks	Fietsen, wekelijks	Aantal
Bevolking 18 jaar en ouder	100	42	48	63	54	47.199
Niet westerse herkomst (geen beperking, geen lage ses)	3,4	38	44	63	36	1.206
Ouder (geen beperking, geen lage ses en Nederlandse herkomst)	7,4	35	37	70	62	3.896
Lage ses, beperking en ouder	2,9	10	16	44	26	1.549

Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

Ontwikkeling wekelijkse sportdeelname naar generatie, vergelijking 2002 met 2022, bevolking 20 jaar of ouder (in procenten)



Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

| Sportdeelname & opleiding

- Voltooide opleidingsniveau belangrijkste kenmerk 'verklaring' sportdeelname
- Deelname oudere hoog opgeleiden > laag opgeleide jongvolwassene
- Deelname hoogopgeleide met beperking > dan laagopgeleide zonder
- Zelfde patroon: herkomst en inkomen
- Verschil neemt toe in de tijd!

	Lager (n=8.306)	Middelbaar (n=12.479)	Hoger (n=11.090)
Bevolking, 25-79 jaar	32	49	68
Leeftijd			
25-34	37	55	75
35-54	31	50	69
55-69	32	44	61
70-79	30	44	53
Besteedbaar inkomen			
1e quintiel	22	36	57
2e	27	40	56
3e	34	48	63
4e	42	52	67
5e quintiel	44	59	74
Herkomst			
Nederlands	33	50	69
westers	30	46	64
niet-westers	26	41	60
Algemene gezondheidstoestand			
(zeer) gezond	37	53	71
gaat wel/slecht	23	34	50
Lichamelijke beperking en/of chronische aandoening			
ja	26	40	60
nee	38	54	71

| Leefstijlen

- Rokers en te zware mensen sporten minder vaak wekelijks
- Mensen die voldoen aan beweegrichtlijnen en die voldoende groenten eten juist vaker
- Opmerkelijk: sporters drinken meer alcohol (vooral teamsport zoals voetbal en hockey)



Bron: CBS Gezondheidsenquête, 2015-2016; 18-79 jaar; bewerking Mulier Instituut

Beleidsperspectieven deelname

- Ontwikkeling lange termijn: deelname sporten, wandelen, fietsen
- Verband deelname
- Individualisering deelname
- Diversiteit van deelname
- Beleidsperspectieven deelname
- Gedragsverandering voor bevorderen deelname
- Verschillen in deelnamecijfers: methoden
- Literatuur



Sportiviteit naar wijkkwaliteit (in procenten)

	10% bevolking wonend in minste wijken	Overig	10% bevolking wonend in beste wijken	Aantal
Bevolking (18-79 jaar)	10	80	10	2.420
Sportfrequentie (afgelopen 12 maanden)				
Geen	10	84	6	598
1-11	14	77	9	130
12-59	9	81	11	534
60-119	8	79	12	429
120 of vaker	11	77	12	728
Wandeltocht gemaakt				
Eén keer per week of vaker	11	79	10	1.123
Eens per maand of vaker	9	81	10	531
Enkele keren in de afgelopen 12 maanden	7	82	11	443
Niet in de afgelopen 12 maanden	13	80	7	323
Fietstocht gemaakt				
Eén keer per week of vaker	8	81	11	685
Eens per maand of vaker	5	82	13	444
Enkele keren in de afgelopen 12 maanden	10	80	10	569
Niet in de afgelopen 12 maanden	15	78	7	722

Bron: CBS Vrije tijdsomnibus 2022; bewerking Mulier Instituut; CBS SES WOA-bepaling 2019

Profiel bewoners naar wijkkwaliteit (in procenten)

	10% bevolking wonend in minste wijken	Overig	10% bevolking wonend in beste wijken	Aantal
Generatie				
Nederlandse herkomst	7	82	11	1893
Kind van migrant	17	76	7	219
Migrant	19	75	6	308
Leeftijd				
18-34	16	77	7	568
35-54	9	79	12	804
55-69	7	83	10	678
70-plus	7	84	9	370
Ervaren gezondheid				
(zeer) goed	9	80	11	1862
Minder goed	13	81	6	558
Huishoudinkomen in kwintielen				
1e (laagste)	21	75	4	301
2e	12	80	7	347
3e	10	81	9	542
4e	7	80	13	564
5e (hoogste)	5	82	14	666
Hoogst voltooide opleiding				
Lager	11	81	8	511
Middelbaar	8	84	8	714
Hoger	8	79	13	939

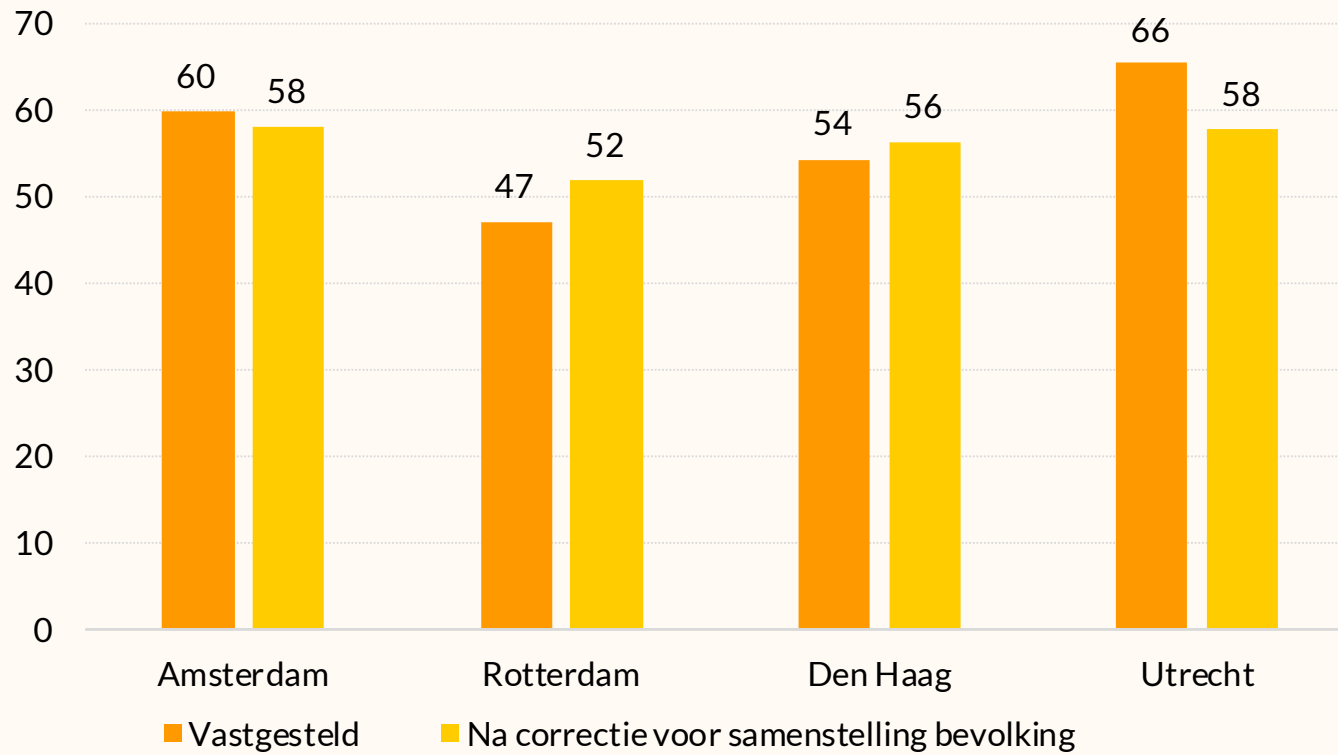
Bron: CBS Vrije tijdsomnibus 2022; bewerking Mulier Instituut; CBS SES WOA-bepaling 2019

Relatie sport/beweeg-uitgaven gemeenten en deelname

- Relatie vrijwel afwezig:
- Veel uitgaven gericht op kinderen (voorzieningen om te leren bewegen)
- Deel sport buiten reikwijdte gemeenten: fitness, thuis, recreatief wandelen/fietsen
- Vooral individuele verschillen (opleiding) bepalen deelname
- Steden geven meer uit, maar sportkosten daar ook hoger
- Sportbudget varieert soms sterk in de tijd, idem voor de focus op doelgroepen

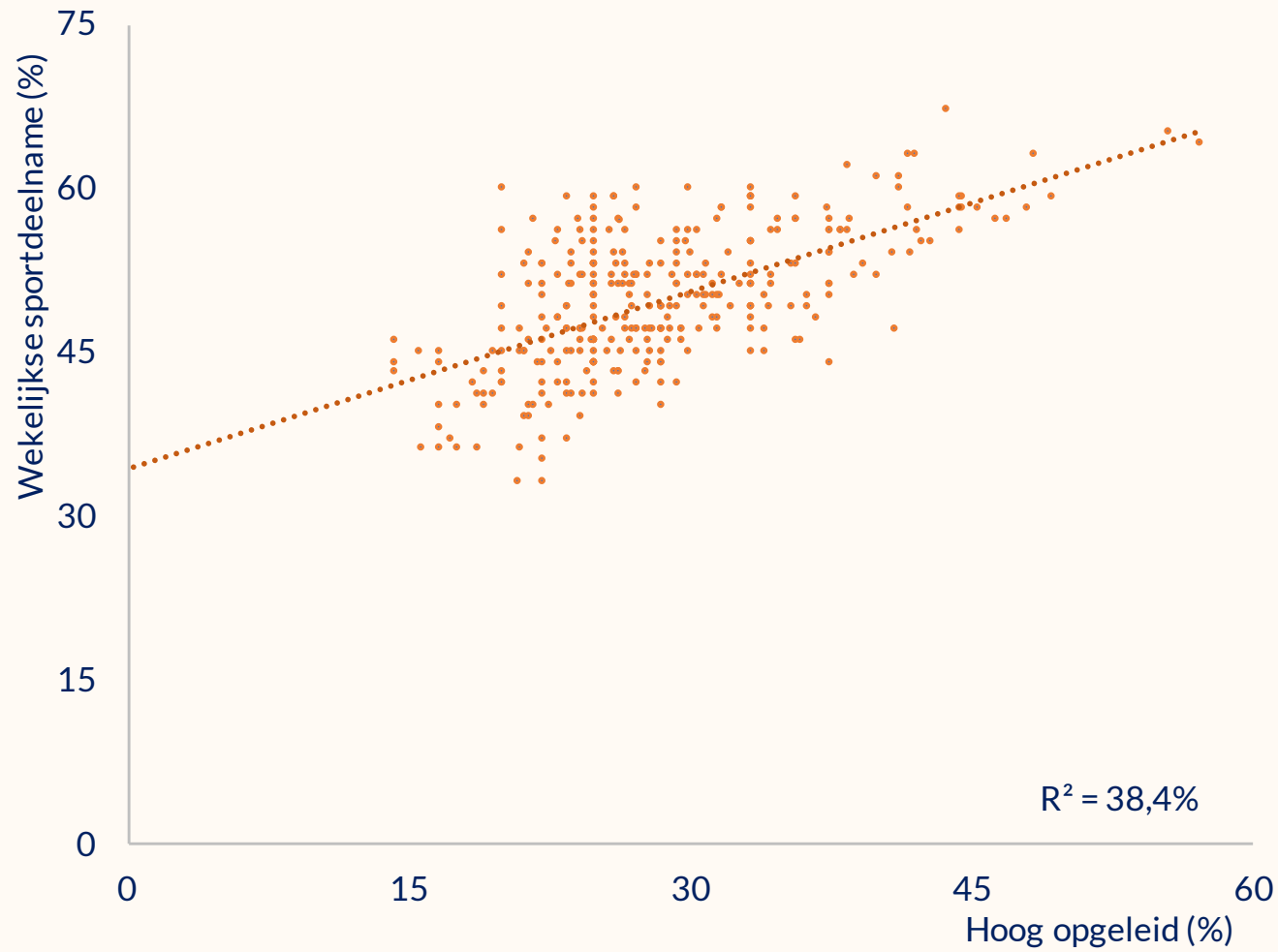
Bron: Monitor Sportuitgaven gemeenten 2010-2017. Mulier Instituut

Samenstelling bevolking wijken/gemeenten hangt samen met wekelijkse deelname (in procenten)



Bron: Verschillen in sportdeelname tussen gemeenten. Mulier Instituut, 2018

Samenstelling bevolking wijken/gemeenten hangt samen met wekelijkse sportdeelname (in procenten)



Bron: CBS/GGDhor GezondheidsMonitor 2020; Enquête beroepsbevolking 2019; bewerking Mulier Instituut

| Gedragsverandering voor bevorderen deelname

- Ontwikkeling lange termijn: deelname sporten, wandelen, fietsen
- Verband deelname
- Individualisering deelname
- Diversiteit van deelname
- Beleids perspectieven deelname
- Gedragsverandering voor bevorderen deelname
- Verschillen in deelnamecijfers: methoden
- Literatuur



| Motivatie

- Plezier (85%), gezondheid/conditie (86%), sociale contacten (50%), presteren/iets bereiken (30%) en afslanken/verbeteren uiterlijk (39%)
- Voor ouderen: presteren en afslanken minder belangrijk, sociale contacten belangrijker
- Voor jongvolwassenen andersom
- Plezier en Gezondheid geen leeftijdsverschil



Bron: CBS Vrije tijdsomnibus 2020 VTO; bewerking Mulier Instituut

| Belemmeringen

- Hangt sterk samen met onderzochte groep:
 - Tijdsdruk
 - Fysieke belemmeringen
 - Ervaren competentie (kan niet sporten)
 - Reden geen sport (al voldoende beweging, niet leuk/geen zin, wandel/fiets naar werk)
 - Sociale omgeving
 - Financiële redenen
 - Uitnodigende omgeving
 - Culturele redenen (niet thuis voelen)
 - Afhankelijk van specifieke sport (niet in de buurt)

| 'Bereiken' niet sportieve mensen

- Mensen kiezen zelf: alleen verleiden
- Bereikt de boodschap de doelgroep (langdurig)?
- Gelooft de doelgroep de boodschap?
- Daarna: Internalisatie/gedragsintentie
- Concrete actie: waar, hoe, wie, wanneer
- Voortdurende motivatie (geen eenmalige keuze)
- Internalisatie centraal: socialisatieproces kost jaren!
- Perfect aansluiten bij behoeften
- Onderzoek de behoeften bij de doelgroep zelf (vaak: beleidsmakers bedenken deze)
- Behoeften ook niet direct sportief: museumbezoek, helpen in een tuin, 'shoppen'
- Doelgroep niet naar kenmerken maar naar interesses/behoeften definiëren: marketing gedachte (landelijk ipv lokaal)

Publicatie over niet sportieve mensen (*in voorbereiding*)

Verschillen in cijfers voor deelname: methoden

- Ontwikkeling lange termijn: deelname sporten, wandelen, fietsen
- Verband deelname
- Individualisering deelname
- Diversiteit van deelname
- Beleids perspectieven deelname
- Gedragsverandering voor bevorderen deelname
- Verschillen in deelnamecijfers: methoden
- Literatuur



| Landelijke onderzoeken & verschillen door methoden

- Sportdeelnameindex NOC*NSF
- Nationaal Sportonderzoek NSO Mulier Instituut
- VrijetijdsOmnibus VTO CBS
- Gezondheidsenquête CBS (LSM-Kern)
- LeefstijlMonitor-aanvullend LSM-a CBS
- Aanpassing methoden in de tijd
- Steekproef corrigeren door weging
- Corona: veldwerk minder goed
- Vraagtekst varieert
- Terugvraagperiode varieert

| Online panel onderzoeken

- Mulier Instituut NSO Nationaal Sportonderzoek: RSO-codelijst, alleen achtergrond geen deelnametrends.
Wegen op te 'actieve' mensen (met deelname volgens CBS onderzoek)
- NOC*NSF Sportdeelnameindex: RSO-codelijst, Hoe sport Nederland (trends)
Wisseling veldwerkbureau (begin 2020). Geen weging op te actieve mensen.
Deelname in afgelopen maand (pluspunt tijdens corona)

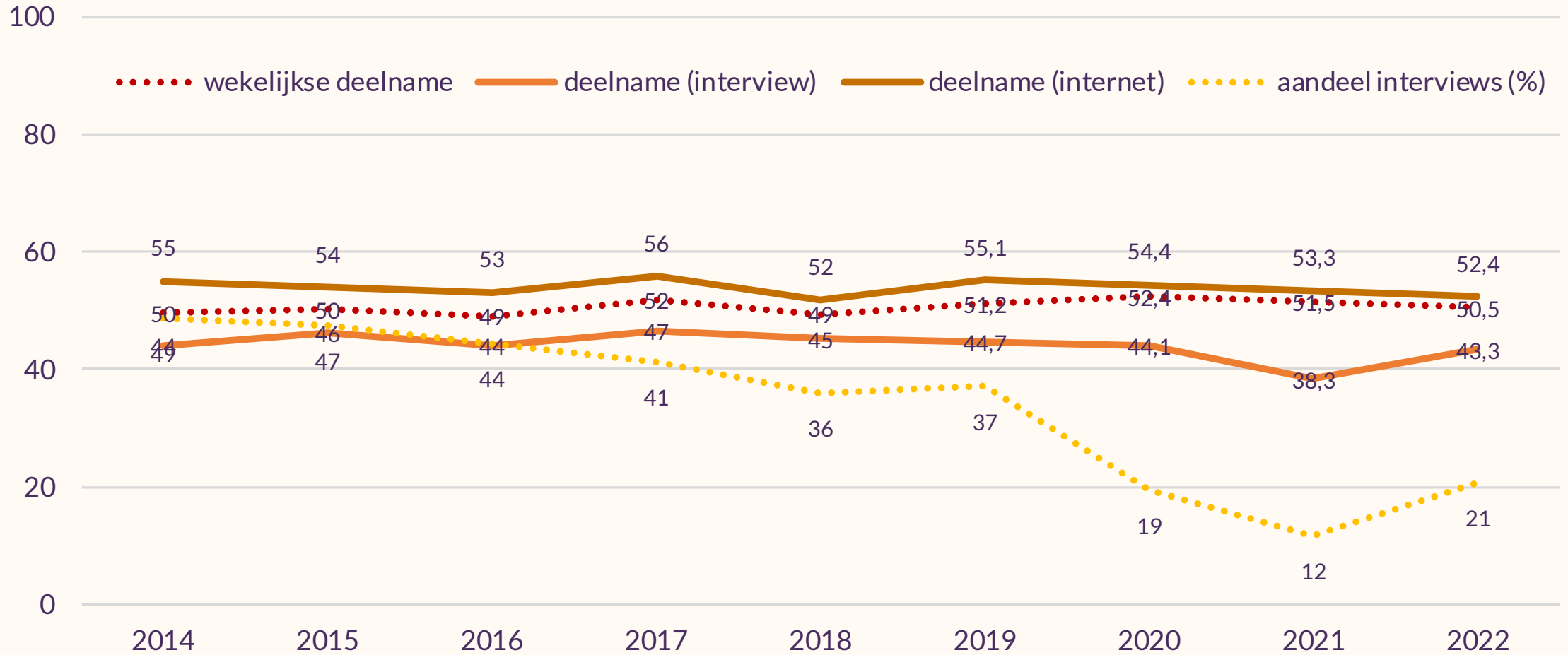
| Steekproefonderzoeken CBS

- CBS Vrijetijdsomnibus: RSO (afgelopen 12 mnd), n=3.000, 6 jaar e.o. Veldwerk in winter (even jaren)
Sport en Cultuur, vanaf 2012
Deelnamedetails per sporttak, opvattingen, wangedrag, vrijwilligerswerk, sportmedia, wedstrijdbezoek
Recreatieve deelname en sport gescheiden: codelijst RSO 2023
- CBS LeefstijlMonitor-aanvullend: Squash (wekelijkse deelname), n=10.000. Continu veldwerk (oneven jaren), vanaf 2015
Zitgedrag, sportdetails (o.a. frequentie), ongevallen

| CBS Gezondheidsenquête

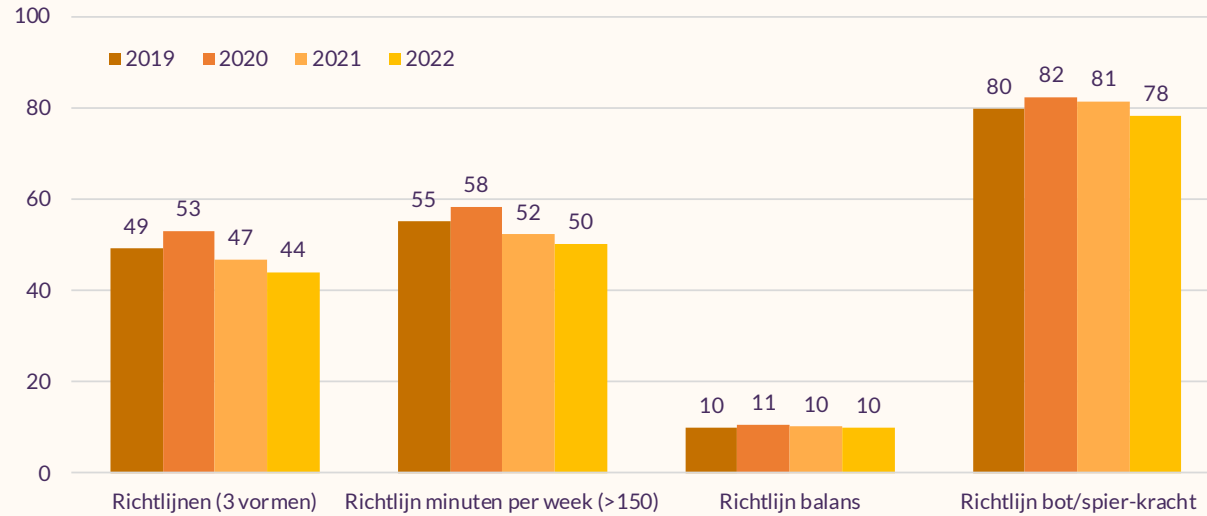
- Gezondheidsenquête (RIVM LeefstijlMonitor-kern) Squash-vraagblok (wekelijkse deelname) n=10.000
Continu veldwerk (vanaf 2001). Nu vooral online, gedeelte non-respons via face to face enquêteur
- Preferent onderzoek, meer (methodische) kennis over verzameld:
Methodewissel 2010 en 2014 (start online, vervallen schriftelijke bijlage van enquête)
Coronaperiode andere methodemix
Aanpassen instructies in vragenlijst: jeugd gym 2016 (trend onbetrouwbaar), 'fietsen in vrije tijd' excl.
naar werk 2021 (effect onbekend)
Bestede tijd per activiteit onbetrouwbaar (nodig voor 1^e Beweegerichtlijn)

Ontwikkeling wekelijkse sportdeelname, bevolking 18 jaar en ouder
(in procenten)

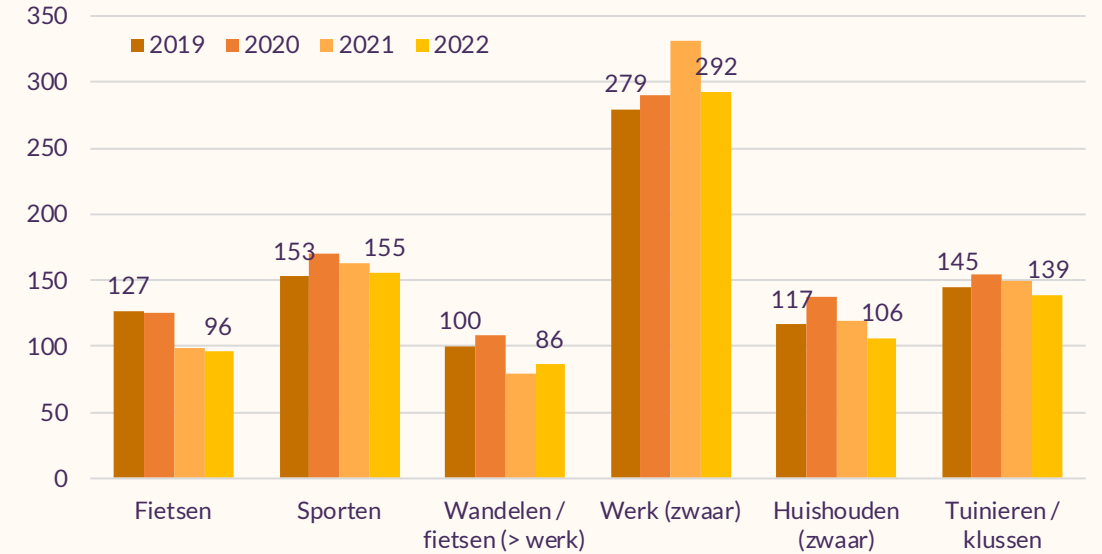


Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

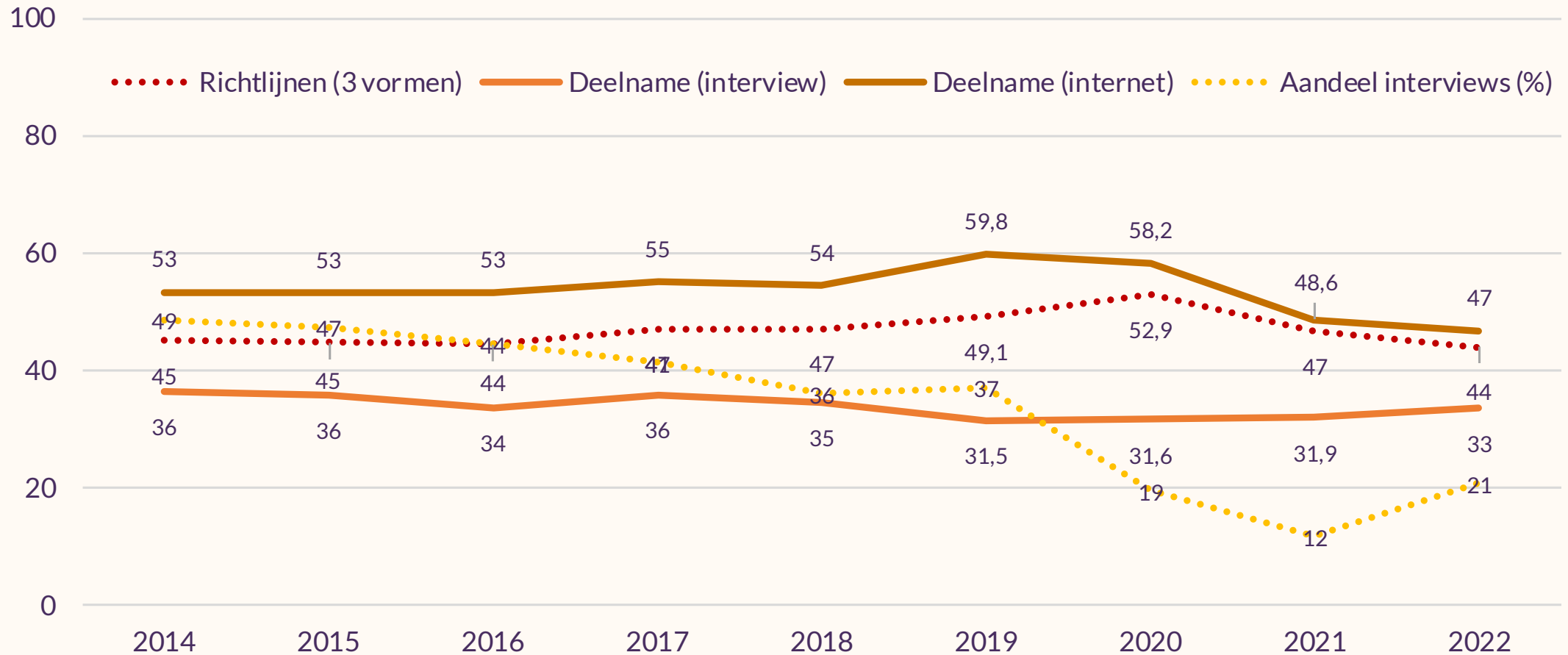
Opbouw beweegrichtlijnen, bevolking 18 jaar en ouder
(in procenten linksboven en minuten die in richtlijn meetellen rechtsonder)



Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut



Ontwikkeling beweegrichtlijnen (2 vormen), bevolking 18 jaar en ouder
(in procenten)



Bron: CBS Gezondheidsenquête; bewerking Mulier Instituut

Literatuur

- Ouderen (deelname)
- Herkomst (deelname)
- Beperkingen (deelname)
- Lage SES (deelname)
- Verschil deelname naar opleiding
- Apps & Devices
- Individualisering sportdeelname
- Lidmaatschappen & Deelname (ontwikkeling)
- Thuisport
- Motivatie
- Leefstijlen, alcoholgebruik
- Mentaal welbevinden





Contact

Remko van den Dool
r.vandendool@mulierinstituut.nl