

Wat houdt kinderen in Kerkrade aan het bewegen?

Beweegreden, wensen en ideeën van kinderen in Kerkrade ten aanzien van een actieve leefstijl en een actieve leefomgeving

Zuyd Hogeschool

Faculteit Gezondheidszorg en Techniek

Opleiding Fysiotherapie

Auteurs:

Dubislav, D. 1407511

Esbroeck van, E.J.D.M. 1405187

Maas, C.H.M. 1401238

Begeleider:

Dr. Kanera, I.M.

Tweede begeleider:

Odekerken, D.M.H. MSc

Datum inleveren: 23 mei 2018



©Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Zuyd Hogeschool.

Voorwoord

De voorliggende scriptie is geschreven in het kader van het afstudeeronderzoek van de vierjarige bacheloropleiding Fysiotherapie aan Zuyd Hogeschool te Heerlen. Op 24 mei 2017 hebben wij, Dian Dubislav, Emily van Esbroeck en Camilla Maas, onze keuze laten vallen op het onderwerp *“Centercourt: Ideeën en wensen van burgers van Kerkrade ten aanzien van een actieve en gezonde leefwijze”* en zijn wij gestart met dit afstudeeronderzoek. In overleg met het planbureau Center Court en Iris Kanera, de begeleidster van deze afstudeerscriptie, is besloten om dit onderzoek toe te spitsen op de actieve leefstijl kinderen.

Allereerst willen wij graag Iris Kanera bedanken voor haar goede begeleiding tijdens ons afstudeeronderzoek en voor haar ondersteunende feedback. Ook willen wij Dennis Odekerken, onze tweede beoordelaar, bedanken voor zijn feedback. Verder willen wij de directeurs, de docenten en de participanten van de volgende basisscholen bedanken: basisschool St. Ursula, basisschool De Spoorzoeker en basisschool De Diabolo, te Kerkrade. Daarnaast bedanken wij de onderzoekers/ medewerkers van het planbureau Center Court voor de inbreng tijdens de vergaderingen. Als laatste bedanken wij Eva Bos voor het maken van de illustraties.

Dank voor uw interesse. Wij wensen u veel leesplezier.

D. Dubislav, E.J.D.M. van Esbroeck en C.H.M. Maas

Heerlen, mei 2018

Samenvatting

Inleiding: Over de redenen waarom kinderen in Kerkrade wel of niet bewegen, was nog weinig bekend. Omdat een dalende trend met betrekking tot het beweeggedrag van kinderen in Kerkrade was te zien, was het belangrijk om de kinderen in Kerkrade te betrekken bij de invulling van de actieve leefomgeving. Het doel van dit onderzoek was het in kaart brengen waarom kinderen in Kerkrade wel of niet bewegen en wat hun gedachten, wensen en ideeën waren ten aanzien van een actieve leefstijl en een actieve leefomgeving. Deze doelstelling leidde tot de volgende onderzoeksvraag: *Wat zijn de wensen en ideeën van kinderen in Kerkrade ten aanzien van een actieve leefstijl en een actieve leefomgeving?*

Methode: In dit onderzoek werd gekozen voor een kwalitatief onderzoek. Hierbij werd gebruik gemaakt van focusgroepen in combinatie met vragenlijsten. Voor het analyseren van de data werd gekozen voor een deductieve inhoudsanalyse.

Resultaten: De onderzoekspopulatie bestond uit 28 kinderen in leeftijd van elf en twaalf jaar. Uit het onderzoek bleek dat kinderen bewegen met een bepaalde intentie en motivatie, omdat ze het bijvoorbeeld gezellig en belangrijk vonden. Daarnaast had de attitude invloed op uitkomsten in het beweeggedrag, zoals veranderingen in de fysieke en mentale gesteldheid. Verder speelde sociale druk een rol in het beweeggedrag van kinderen. Ook bleek dat gezondheidsproblemen van invloed waren op de eigen-effectiviteitsverwachtingen en speelden de kennis en de omgeving een rol in het beweeggedrag. Tenslotte werden verschillende wensen en ideeën ten aanzien van de actieve leefstijl en omgeving benoemd, zoals een skatepark en meer variatie in het sport- en beweegaanbod.

Conclusie: De intentie en motivatie van de kinderen om te bewegen waren goed, maar het beweeggedrag werd negatief beïnvloed door barrières en gebrek aan vaardigheden. Tenslotte waren de meningen verdeeld wat betreft het centreren van het sport- en beweegaanbod en de invulling hiervan.

Inhoudsopgave

1.	Inleiding	1
2.	Methode.....	5
2.1	Design	5
2.2	Populatie	5
2.3	Procedure	6
2.4	Dataverzameling	7
2.5	Data-analyse	8
2.6	Kwaliteitscriteria.....	9
2.6.1	Geloofwaardigheid	9
2.6.2	Toepasbaarheid	9
2.6.3	Kritische zelfreflectie	9
2.6.4	Betrouwbaarheid en controleerbaarheid	10
2.7	Ethiek	10
3.	Resultaten	11
3.1	Onderzoekspopulatie.....	11
3.2	Data uit de focusgroepen	15
3.2.1	Gedragintentie, motivatie	15
3.2.2	Attitude, uitkomstverwachting	17
3.2.3	Subjectieve norm en ervaren sociale invloed	19
3.2.4	Eigen-effectiviteitsverwachting of waargenomen gedragscontrole	20
3.2.5	Kennis en bewustzijn	21
3.2.6	Omgeving	22
4.	Discussie	26
4.1	Conclusie	26
4.2	Vergelijking met literatuur	27
4.3	Sterkte- en zwakteanalyse	28
4.4	Reflectie	30
4.5	Aanbevelingen	30
5.	Literatuur	32

Bijlagen.....	36
Bijlage 1: Informatie- en toestemmingsbrief directeuren.....	36
Bijlage 2: Vragen interactieve kennismaking ‘Ren je rot’	39
Bijlage 3: Informatie- en toestemmingsbrief ouder(s)/ verzorger(s).....	41
Bijlage 4: Vragenlijst ouder(s)/ verzorger(s)	44
Bijlage 5: Interview leidraad	48
Bijlage 6: Vragenlijst kinderen	49
Bijlage 7: Topiclijst	51
Bijlage 8: Het ASE-model	52
Bijlage 9: Uitleg (sub)topics	53
Bijlage 10: Gegevens onderzoekspopulatie kinderen	55
Bijlage 11: Antwoorden vragenlijsten ouder(s)/ verzorger(s)	57
Bijlage 12: Codeerboom	73
Bijlage 13: Tekeningen resultaten	106
Bijlage 14: Overzicht wensen en ideeën	109
Bijlage 15: Aangepaste interviewleidraad.....	111

1. Inleiding

Naarmate kinderen ouder worden, bewegen ze steeds minder (1-3). Tot voor kort luidde de Nederlandse Norm voor Gezond Bewegen (NNGB) voor kinderen (vier tot achttien jaar) als volgt:

“Dagelijks minimaal één uur tenminste matig intensief bewegen, waarbij minimaal twee keer per week kracht-, lenigheid- en coördinatieoefeningen voor het verbeteren of handhaven van de lichamelijke fitheid (4).”

In augustus 2017 is een advies uitgebracht over nieuwe beweegrichtlijnen. De nieuwe beweegrichtlijn voor kinderen geldt als volgt:

“Bewegen is goed, meer bewegen is beter; minstens elke dag een uur matig intensieve inspanning; minstens driemaal per week spier- en botversterkende activiteiten uitvoeren en voorkom stilzitten (5).”

De toevoegingen in de nieuwe richtlijn zijn belangrijk, aangezien bewegen verschillende positieve gezondheidseffecten met zich meebrengt en inactiviteit een negatieve invloed heeft op de gezondheid (3, 4, 6-10).

Het is belangrijk om op jonge leeftijd het bewegen te stimuleren. In een cohortstudie staat beschreven dat er een verband is tussen veel bewegen en een lager risico op depressieve symptomen bij kinderen vanaf elf jaar (7, 11-13). Daarnaast is aangetoond dat bewegen de vetmassa en de Body Mass Index verlaagt bij kinderen met obesitas en overgewicht (11-14). Bovendien staat in gerandomiseerde experimenten beschreven dat bewegen bij kinderen een gunstig effect heeft op de aerobe fitheid, spierkracht, insulinegevoeligheid en de botkwaliteit (11, 12, 15-18). Ook is aangetoond dat inactiviteit het risico op onder andere hart- en vaatziekten én diabetes mellitus type II op latere leeftijd kan verhogen en de levensverwachting kan verkorten (9, 10). Hieruit blijkt dat bewegen een positief effect heeft op de gezondheid van kinderen.

Minder dan de helft van de volwassen Europese bevolking sport minstens één keer per week. (19). Voor de Nederlandse bevolking betreft dit ongeveer 60% (4, 19). In de loop der jaren nemen deze cijfers af (19). Wat betreft het beweeggedrag van kinderen (elf-, dertien- en zestienjarigen) in Europa sport of beweegt minder dan een kwart tenminste één uur per dag (4, 19).

Bij dertien- tot zestienjarige kinderen in Zuid-Limburg en Kerkrade is een dalende trend te zien, in de periode van 2008/2009 tot 2013 en naarmate ze ouder worden, in het percentage kinderen dat voldoet aan de NNGB, zie hiervoor tabel 1 (1, 20).

Tabel 1: Percentage kinderen in Zuid- Limburg en Kerkrade dat voldoet aan de Nederlandse Norm voor Gezond Bewegen (NNGB)

	2008/2009		2013	
	Zuid-Limburg	Kerkrade	Zuid-Limburg	Kerkrade
Dertien- en veertienjarigen	78%	74%	67%	63%
Vijftien- en zestienjarigen	68%	64%	59%	57%

Het percentage kinderen dat voldoet aan de NNGB in Kerkrade is lager dan het percentage van Zuid-Limburg. De weergegeven cijfers in bovenstaande tabel zijn gebaseerd op de oude beweegrichtlijn, dus het percentage kinderen dat voldoet aan de nieuwe NNGB zal lager zijn. Uit het lokale rapport Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014 Kerkrade blijkt dat in de gemeente Kerkrade al langere tijd sprake is van een minder goede algemene gezondheid (1). Er is sprake van een kortere levensverwachting, een ongezondere leefstijl en meer chronische aandoeningen ten opzichte van de rest van Nederland (1). Indien de dalende trend met betrekking tot het beweeggedrag in Kerkrade verder doorzet, kan verwacht worden dat in de toekomst de gezondheidsproblemen hier zullen toenemen.

Weinig onderzoek is gedaan naar de redenen van kinderen in Nederland om wel of niet te bewegen. Uit twee studies blijkt dat jongeren van vijftien jaar en ouder het verbeteren van de gezondheid, het verbeteren van de fitheid, ontspanning en plezier belangrijke redenen vinden om deel te nemen aan een sportactiviteit (19). Verder geven zij aan dat de belangrijkste reden om niet te sporten een tekort aan tijd is. Daarnaast zijn beperkingen of ziekten, te hoge kosten, te weinig motivatie en interesse redenen om niet te sporten (19). Ouders geven aan dat het drukke verkeer een barrière is om kinderen zelfstandig naar speelterreinen, sportverenigingen of naar school te laten lopen of fietsen. Dit omdat het als een onveilige situatie wordt ervaren (21). Het probleem is dat nog weinig bekend is over de redenen waarom kinderen in Kerkrade wel of niet bewegen, aangezien bovenstaande redenen betrekking hebben op de algemene Nederlandse bevolking.

Een mogelijke verklaring voor de hoge mate van inactiviteit onder kinderen in Kerkrade kan het opleidingsniveau zijn. Over het algemeen wonen in Kerkrade meer mensen met een laag opleidingsniveau (42%) ten opzichte van het gemiddelde in Nederland (29%) (1). Kinderen en volwassenen met een hoger opleidingsniveau

laten over het algemeen een beter gezondheidsgedrag zien op het gebied van fysieke activiteit in vergelijking tot personen met een lager opleidingsniveau (3, 22, 23).

Beweging speelt een belangrijke rol bij preventie van klachten aan het bewegingsapparaat en bij verschillende aandoeningen op latere leeftijd. Aangezien het aantal kinderen dat voldoet aan de NNGB daalt, is het een uitdaging om het beweeggedrag van kinderen positief te stimuleren, op peil te houden en het liefst te verhogen. Hierbij kunnen hulpverleners, zoals fysiotherapeuten, een coachende rol hebben. Deze stimulerende en coachende rol is belangrijk om bewustwording en eigen verantwoordelijkheid bij kinderen te creëren. Daarbij kunnen beweegprogramma's, adviezen om beweging in het dagelijks leven te integreren en de inrichting van de fysieke leefomgeving een bijdrage leveren (11). Vooral bij het geven van beweegadviezen en beweegprogramma's spelen fysiotherapeuten een belangrijke rol (24-26).

De leefomgeving kan kinderen en volwassenen stimuleren om meer te gaan bewegen (27). Een van de initiatieven die de fysieke activiteit van de burgers van Kerkrade zou kunnen bevorderen, is de bouw van een groot gebouwencomplex: 'Center Court', met onder andere sportvoorzieningen in het centrum van Kerkrade. Er zijn plannen om een zwembad, een sporthal, buitensportvelden, zorgwoningen, zorg- en ziekenhuisfaciliteiten, studentenwoningen, een kennis- en expertisecentrum én een gezondheidscentrum te realiseren. Echter, de vraag is of daadwerkelijk gebruik gaat worden gemaakt van de faciliteiten. Daarbij is het van belang dat de beoogde doelgroep gemotiveerd is om hier gebruik van te maken (28). De faciliteiten en initiatieven moeten afgestemd zijn op de wensen en ideeën van de burgers. Hierbij is het belangrijk om de burgers van Kerkrade te betrekken bij het inrichten van hun leefomgeving om de gezondheid en vitaliteit van de inwoners te verbeteren. Ook is het belangrijk om kinderen hierbij te betrekken, zodat de nieuwe faciliteiten aansluiten aan hun behoeften. Hierdoor hebben ze een participerende rol in het nemen van autonome beslissingen en wordt de kans mogelijk groter dat ze de nieuwe faciliteiten ook daadwerkelijk gaan gebruiken. Het nemen van eigen regie wordt gestimuleerd, waarbij kinderen zelf bepalen hoe ze hun gezondheid positief kunnen beïnvloeden. Hierin krijgen kinderen een eigen verantwoordelijkheid en moeten ze zelf actie ondernemen in het verbeteren van hun beweeggedrag en gezondheid.

Het doel van dit onderzoek is het in kaart brengen van gedachten van kinderen in Kerkrade over het wel of niet bewegen en wat hun wensen en ideeën zijn ten aanzien van een actieve leefstijl en een actieve leefomgeving. Hieruit wordt de volgende onderzoeksvraag geformuleerd: *Wat zijn de wensen en ideeën van kinderen in Kerkrade ten aanzien van een actieve leefstijl en een actieve leefomgeving?* Hierbij zijn de volgende deelvragen opgesteld: *Wat zijn de redenen waarom kinderen in Kerkrade niet bewegen? Wat zijn de redenen waarom kinderen in Kerkrade wel bewegen? Wat zijn de wensen en ideeën van kinderen in Kerkrade ten aanzien van bewegen, de beweegomgeving en het project Center Court?*

2. Methode

In dit hoofdstuk staat beschreven welke methode is toegepast om in kaart te brengen waarom kinderen in Kerkrade wel of niet bewegen en wat hun gedachten, wensen en ideeën zijn ten aanzien van een actieve leefstijl en een actieve leefomgeving. De volgende onderdelen komen aan bod: design, populatie, procedure, dataverzameling, data-analyse en ethiek.

2.1 Design

Als design voor dit onderzoek werd gekozen voor het uitvoeren van een kwalitatief onderzoek. Het doel van een kwalitatief onderzoek is het vergroten van de kennis op gebieden waar weinig bekend over is. Dit gebeurt door het ontwikkelen van diepte-inzicht in complexe situaties of processen (29, 30). Kwalitatief onderzoek laat toe de gedachtegang van het kind te verkennen, te kaderen en te verdiepen (31). Gekozen werd voor het uitvoeren van focusgroepen. Hierbij ontstaat een groepsdynamica, waardoor een onderlinge interactie plaatsvindt tussen de populatie, hetgeen leidt tot meer diepte-informatie (32-34). Daarnaast zijn focusgroepen geschikt voor kinderen vanaf vijf jaar (31). Bij focusgroepen verkrijg je de eigen mening van het kind, kun je inzicht krijgen in hoe hun mening wel of niet past in de groep en hoe verschillende meningen zich verhouden tot andere meningen (31). Als richtlijn werd gestreefd naar drie tot vier focusgroepen met zes tot twaalf personen per focusgroep. Voor dit aantal deelnemers per focusgroep werd gekozen, omdat deze groep groot genoeg was om gezamenlijke kennis uit te wisselen en interactief te kunnen discussiëren (31, 35, 36). Ook bood deze omvang de mogelijkheid om iedereen aan het woord te laten komen (31, 35, 36). Daarnaast werd gekozen voor het afnemen van zelf opgestelde vragenlijsten om de kwalitatieve data aan te vullen met persoons- en omgevingskenmerken van de doelgroep (32). Verder werd gekozen voor het inventariseren van additionele gegevens van ouders middels zelf opgestelde vragenlijsten. Dit werd gedaan zodat de achtergrond en de invloed van de ouders beschreven konden worden (31).

2.2 Populatie

Als sampling methode werd gekozen voor 'purposive sampling'. Purposive sampling is het selecteren van deelnemers gebaseerd op het oordeel van de onderzoekers over welke deelnemers het meest informatief zullen zijn (36). Vanaf de dertien- en veertienjarigen in Kerkrade is een dalende trend te zien in het percentage dat voldoet aan de NNGB (1). Daarom wilden de onderzoekers, de kinderen vóór deze leeftijdscategorie, bevragen over of ze wel of niet bewegen en wat hen zou kunnen stimuleren om meer te gaan bewegen of voldoende te blijven bewegen. De

onderzoekers verwachtten dat de kinderen in de leeftijdscategorie elf- en twaalfjarigen antwoorden konden geven op de vraag wat hun wensen en ideeën zijn in Kerkrade ten aanzien van bewegen, de beweegomgeving en het project Center Court.

De deelnemers werden gekozen aan de hand van de volgende inclusiecriteria:

- kinderen uit groep acht van basisscholen in Kerkrade;
- leeftijd elf- en twaalfjarigen;
- kinderen met toestemming van ouder(s)/ verzorger(s).

Om de juiste doelgroep te bereiken, werden daarnaast twee exclusiecriteria gebruikt:

- kinderen die onvoldoende de Nederlandse taal spreken;
- kinderen die niet in Kerkrade wonen.

2.3 Procedure

Voor de werving van de populatie benaderden de onderzoekers drie basisscholen in Kerkrade benaderd: basisschool St. Ursula, basisschool De Diabolo en basisschool De Spoorzoeker. Allereerst werd telefonisch contact opgenomen met de directeurs van deze basisscholen voor een eerste kennismaking en de aankondiging van het onderzoek. Daarna stuurden de onderzoekers een e-mail met daarin een informatiebrief en een toestemmingsformulier, zie bijlage 1. Ook werden afspraken gemaakt met de betreffende directeurs om toestemming te vragen voor deelname aan het onderzoek. Daarbij werden data gepland voor een interactieve kennismaking met de kinderen van groep acht en voor het uitvoeren van de focusgroepen. Tijdens de interactieve kennismaking gaven de onderzoekers informatie over het onderzoek en werd de interesse van de kinderen gewekt. Dit werd gedaan door vragen te stellen gerelateerd aan bewegen, middels het spel 'Ren je rot'. Deze vragen staan beschreven in bijlage 2. Tijdens het spel hadden de kinderen tien seconden de tijd om naar verschillende antwoordmogelijkheden te rennen. Aan het einde van de interactieve kennismaking werd een informatiebrief, een toestemmingsformulier, een vragenlijst en een retourenvelop meegegeven voor de ouder(s)/ verzorger(s), zie bijlage 3 en 4. Deze formulieren moesten binnen één week geretourneerd worden in de afgesloten retourenvelop, bij de betreffende docenten. Bij vragen vanuit ouder(s)/ verzorger(s) kon telefonisch of per e-mail contact worden opgenomen met een van de onderzoekers. Bij de scholen waar een digitaal communicatiesysteem aanwezig was, werd via deze weg een- of tweemaal

een herinnering gestuurd naar de ouder(s)/ verzorger(s). Daarnaast werd aan de docenten gevraagd of zij gedurende de week de kinderen een of twee mondelinge herinneringen wilden geven voor het retourneren van de formulieren. Na één week waren de onderzoekers teruggegaan naar de basisscholen om de ingevulde formulieren in ontvangst te nemen. Hierna werden de ingevulde vragenlijsten van de ouders middels een code gekoppeld anoniem aan de nog niet ingevulde vragenlijsten van de kinderen. Voorafgaand aan de eerste focusgroep, werd een oefenfocusgroep uitgevoerd met drie vrijwilligers uit groep acht. De verkregen data uit de oefenfocusgroep werden niet meegenomen in de resultaten. Middels de oefenfocusgroep werd nagegaan of de interviewleidraad goed genoeg was om data te verkrijgen.

2.4 Dataverzameling

De dataverzameling nam plaats middels focusgroepen, die aan de hand van een interviewleidraad werden gehouden, zie hiervoor bijlage 5. De interviewleidraad werd opgesteld om sturing te bieden bij het beantwoorden van de onderzoeksvragen. Tijdens de focusgroepen vervulden de onderzoekers verschillende rollen. De rol van de moderator tijdens was het sturen van het gesprek, waarvoor een beperkt aantal hoofdvragen nodig waren (31). Ook werd gelet op de groepsdynamiek en werd er voor gezorgd dat elke participant inbreng had. Een hulpmiddel dat werd ingezet om hier tijdens de focusgroepen voor te zorgen, waren post-its. Elke deelnemer kreeg bij iedere vraag post-its en voor elk antwoord een aparte post-it. Het was de bedoeling dat elke deelnemer na een gestelde vraag, van de moderator, het antwoord beschreef op de post-it. Vervolgens werden de post-its op een whiteboard geplakt door de observator en werd door de moderator en de deelnemers op de antwoorden ingegaan (31). De rol van de observator was het bewaken van het totale proces en het bereiken van de saturatie. Dit is het moment wanneer geen nieuwe informatie meer wordt verkregen. Bij alle focusgroepen was een tekenares aanwezig. Vanuit de gestelde vragen en antwoorden schetste zij een tekening op een flipover. Dit gaf de deelnemers een visueel inzicht in het onderwerp en prikkelde de deelnemers tot meer inbreng waardoor meer diepte-informatie werd verkregen. Een van de onderzoekers vervulde de rol van notulist en notuleerde zo nauwkeurig mogelijk belangrijke aspecten van de data, zoals opvallende gebeurtenissen. De focusgroepen werden opgenomen met een videorecorder en een geluidsrecorder. Gekozen werd voor beide, omdat middels de videorecorder duidelijk werd welke participant aan het woord was en om inzicht te krijgen in belangrijke non-verbale uitingen. Daarnaast

werd dit aangevuld met een geluidsrecorder, omdat het geluid op een videorecorder niet altijd optimaal is. De focusgroepen werden gehouden op een woensdagmiddag. Na de lessen kregen de kinderen een gezonde lunch aangeboden waarna de focusgroepen startten op de basisschool in een rustige omgeving. De focusgroepen bestonden uit zes tot twaalf kinderen en duurden ongeveer zestig minuten (31). Gestreefd werd naar drie tot vier focusgroepen (36). Hierbij werd rekening gehouden met het uitvoeren van meerdere focusgroepen, voor als de saturatie na drie tot vier focusgroepen nog niet bereikt was. Kortom, de kwalitatieve data werd verzameld totdat de saturatie werd bereikt. De dataverzameling en data-analyse werden gelijktijdig en iteratief uitgevoerd. Het iteratieve proces hield in dat na de eerste focusgroep werd begonnen met analyseren en dat zo nodig de interviewleidraad kon worden aangepast (36). Dit werd gedaan om te controleren of de saturatie werd bereikt en om de kwaliteit te waarborgen. Na afloop van de focusgroepen zijn additionele vragenlijsten bij de kinderen afgenomen om de populatie te kunnen beschrijven, zie bijlage 6. Daarnaast kregen de kinderen na afloop een presentje aangeboden, dat het bewegen stimuleert.

2.5 Data-analyse

Door te brainstormen met het planbureau van Center Court en door gebruik te maken van elementen uit het 'Attitude, Sociale invloeden en Eigen effectiviteits-model' (ASE-model) als onderliggend theoretisch raamwerk werd een topiclijst verkregen waarmee de data kon worden geanalyseerd. Dit theoretisch model kan gedrag, zoals beweeggedrag verklaren (37-39). De topiclijst staat beschreven in bijlage 7 en het ASE-model in bijlage 8. De topics en subtopics uit de topiclijst worden uitgelegd in bijlage 9. De data werden geanalyseerd door gebruik te maken van een theoretisch raamwerk om deze vervolgens in een codeerboom weer te geven. Dit wordt ook wel een deductieve inhoudsanalyse genoemd (35, 40). Allereerst werd elke focusgroep door een van de onderzoekers getranscribeerd, om zo efficiënt mogelijk te werk te gaan. Bij het transcriberen werden de opnames volledig uitgetypt om een complete weergave van de focusgroepen te geven. Daarbij was het van belang dat bij het transcriberen de letterlijke woorden van de participanten gebruikt werden. Daarnaast werd de meest opvallende non-verbale communicatie beschreven. De data werden gelezen en meerdere malen herlezen. Daarbij werden 'in vivo codes' toegekend aan de geselecteerde fragmenten. In vivo codes zijn begrippen die letterlijk door de participant zijn benoemd. Daarnaast konden codes uit de verkregen data, die niet beschreven stonden in de topiclijst, toegekend worden aan de geselecteerde fragmenten. Dit wordt ook wel open

coderen genoemd (36, 41, 42). De getranscribeerde data van elke focusgroep werd door minimaal twee onderzoekers afzonderlijk van elkaar gecodeerd, om de kwaliteit en betrouwbaarheid van het onderzoek te waarborgen (42). Hierna werden de gecodeerde transcripties vergeleken. Over de codes werd gediscussieerd en vervolgens werden de codes definitief benoemd. Daarna werd axiaal gecodeerd door naar patronen te zoeken en werden codes teruggebracht naar kernthema's aan de hand van de topiclijst (42, 43). Tenslotte werd selectief gecodeerd, door alle codes concreet te formuleren. Hieruit ontstond een codeerboom (36, 41, 42). Het axiaal en selectief coderen werd met alle onderzoekers samen gedaan (42). Aan de hand van de codes van de codeerboom werd het 'ASE-model' ingevuld.

2.6 Kwaliteitscriteria

Om de betrouwbaarheid van het kwalitatief onderzoek zo hoog mogelijk te krijgen, werden verschillende kwaliteitscriteria gehanteerd volgens Lincoln en Guba (44). De volgende kwaliteitscriteria zijn van belang bij kwalitatief onderzoek, namelijk: geloofwaardigheid, toepasbaarheid, kritische zelfreflectie, betrouwbaarheid en controleerbaarheid.

2.6.1 Geloofwaardigheid

Om de geloofwaardigheid van het onderzoek te bevorderen, werd gebruik gemaakt van verschillende strategieën. Door de verschillende onderzoekers afzonderlijk van elkaar, de verkregen data, te laten coderen en uiteindelijk samen een conclusie te trekken, nam de geloofwaardigheid binnen het onderzoek toe. Dit wordt ook wel onderzoekerstriangulatie genoemd. Verder nam de geloofwaardigheid toe door gebruik te maken van 'aanhoudende observatie'. Dit werd gedaan door het analyseren van de data te verspreiden over een langere periode. Door dit toe te passen leerden de onderzoekers de data beter begrijpen en konden nieuwe inzichten worden opgedaan (44).

2.6.2 Toepasbaarheid

Door de resultaten van het onderzoek zo gedetailleerd mogelijk te beschrijven, werd ervoor gezorgd dat deze mogelijk overdraagbaar waren in verschillende situaties. Hierdoor werd de toepasbaarheid gewaarborgd (44).

2.6.3 Kritische zelfreflectie

Door kritisch te zijn op de vooroordelen van de onderzoekers, op expliciete en impliciete aannames én op het nagaan hoe deze van invloed zijn op de genomen beslissingen tijdens het gehele onderzoek, werd de kritische zelfreflectie gehanteerd (44).

2.6.4 Betrouwbaarheid en controleerbaarheid

Om objectief te blijven binnen het onderzoek zorgden de onderzoekers voor consistentie van de bevindingen en voor het neutraal interpreteren van de bevindingen. Dit zorgde ervoor dat de betrouwbaarheid en controleerbaarheid werd gewaarborgd (44).

2.7 Ethiek

Het onderzoeksvoorstel werd aan de Medische Ethische Toetsingscommissie (METC) voorgelegd. Dit onderzoek werd goedgekeurd door de METC en had het volgende aanvraagnummer: METCZ20180029. De kinderen die hebben deelgenomen aan het onderzoek, werden vooraf geïnformeerd middels een interactieve kennismaking op school. Na afloop hiervan, werd een informatiebrief, een toestemmingsformulier en een vragenlijst meegegeven voor de ouder(s)/ verzorger(s). Alle informatie werd vertrouwelijk verwerkt.

3. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de resultaten van het onderzoek beschreven. Allereerst wordt de onderzoekspopulatie beschreven, waarna de data uit de focusgroepen worden weergegeven.

3.1 Onderzoekspopulatie

In totaal zijn drie basisscholen geworven voor dit onderzoek, namelijk basisschool St. Ursula, basisschool De Spoorzoeker en basisschool De Diabolo. Deze basisscholen hadden alle drie deelgenomen aan het onderzoek. Op deze basisscholen waren 32 kinderen van St. Ursula geworven, 48 van basisschool De Spoorzoeker en 24 van basisschool De Diabolo. Uiteindelijk hadden op basisschool St. Ursula negen kinderen met toestemming deelgenomen, op basisschool De Spoorzoeker twaalf kinderen en op basisschool De Diabolo zeven kinderen. In totaal hadden dus 28 kinderen deelgenomen aan het onderzoek, waarvan elf jongens en zeventien meisjes. In tabel 2 staan de gegevens van de onderzoekspopulatie beschreven. In bijlage 10 staan de gegevens per participant beschreven.

Tabel 2: Beschrijving onderzoekspopulatie kinderen N¹= 28			
	Aantallen/ (%)	Gemiddelde	Range
Leeftijd in jaren			
<i>Elfjarigen</i>	12 (43)		11 – 12
<i>Twaalfjarigen</i>	16 (57)		
Geslacht			
<i>Jongens</i>	11 (39)		
<i>Meisjes</i>	17 (61)		
Sporten			
- <i>Sportend</i>	23 (82)		
- <i>Niet sportend</i>	5 (18)		
- <i>Aantal uren en minuten per week</i>		3 uur en 26 minuten	0-12 uur
- <i>Wel bij een vereniging</i>	21 (75)		
- <i>Niet bij een vereniging</i>	7 (25)		
Aantal uren en minuten per week met gezinsleden bewegen		2 uur en 23 minuten	0-9 uur
Aantal dagen per week waarop tenminste één uur werd bewogen		5	1-7

¹ N: Omvang van de populatie

In tabel 3 staan de gegevens van de ouders van de deelnemende kinderen beschreven. Daarnaast hebben de onderzoekers ervoor gekozen, indien de vragenlijst wel was ingevuld, om de gegevens van de ouders van de niet-deelnemende kinderen ook te beschrijven in deze tabel om alle verkregen data uit de vragenlijsten volledig weer te geven. De gegevens per ouder staan beschreven in bijlage 11.

Tabel 3: Beschrijving ouders die wel en geen toestemming hebben gegeven voor deelname aan het onderzoek

	Ouders van deelnemende kinderen N ¹ = 28	Ouders van niet-deelnemende kinderen N ¹ = 9
Leeftijd in jaren Gem² (range)	42 (34-54)	43 (35-56)
Geslacht N (%)		
<i>Mannen</i>	5 (18%)	2 (22%)
<i>Vrouwen</i>	23 (82%)	7 (78%)
Met/ zonder partner³ N (%)		
<i>Met partner</i>	21 (75%)	6 (67%)
<i>Zonder partner</i>	7 (25%)	3 (33%)
Opleidingsniveau⁴ N (%)		
- <i>Laag</i>	3 (11%)	1 (11%)
- <i>Gemiddeld</i>	9 (32%)	5 (56%)
- <i>Hoog</i>	16 (57%)	3 (33%)
Werk N (%)		
<i>Werkend</i>	24 (86%)	6 (67%)
<i>Niet werkend</i>	4 (14%)	3 (33%)
Aantal uren werken per week Gem (range)	26 (0-45)	18 (14-36)
Sport		
- <i>Sportend</i>	11 (39%)	6 (67%)
- <i>Niet sportend N (%)</i>	17 (61%)	3 (33%)
- <i>Gemiddeld aantal uren en minuten per week sporten Gem (range)</i>	1 uur en 28 minuten (0-11 uur)	2 uur en 56 minuten (0-6 uur)
- <i>Bij een vereniging</i>	7 (25%)	1 (11%)
- <i>Niet bij een vereniging N (%)</i>	21 (75%)	8 (89%)
Aantal dagen per week gemiddeld 30 min bewegen Gem (range)	5 (1-7)	5 (0-7)

Vroeger zelf gestimuleerd om te bewegen/ sporten N (%)		
<i>Wel gestimuleerd</i>		
<i>Niet gestimuleerd</i>	24 (86%)	6 (67%)
	4 (14%)	3 (33%)
Stimuleert zelf eigen kinderen om te bewegen/sporten N (%)		
<i>Stimuleert wel</i>		
<i>Stimuleert niet</i>	28 (100%)	9 (100%)
	0 (0%)	0 (0%)
Attitude ten aanzien van bewegen⁵		
- <i>De mate van belangrijkheid om zelf te bewegen Gem (range)</i>	4 (3-5)	4 (3-5)
- <i>De mate van belangrijkheid dat hun kind(eren) bewegen Gem (range)</i>	4 (3-5)	4 (3-5)
Sport kinderen		
<i>Sportend</i>	23 (82%)	8 (89%)
<i>Niet sportend (n; %)</i>	5 (18%)	1 (11%)
Redenen waarom hun kind(eren) wel sport(en) in aantallen		
- <i>Bewegen is leuk</i>	21	7
- <i>Bewegen is belangrijk voor de gezondheid</i>	21	2
- <i>Positieve sociale invloed</i>	5	1
- <i>Anders</i>	2	1
Redenen waarom hun kind(eren) niet sport(en) in aantallen		
- <i>Mijn kind vindt sporten niet leuk</i>	0	0
- <i>Gebrek aan faciliteiten</i>	0	1

- Slechte bereikbaarheid	2	0
- Te weinig tijd	2	0
- Financieel niet mogelijk	1	0
- Negatieve sociale invloed	0	0
- Anders	4	0

¹ N: Omvang populatie/ aantal participanten die een antwoord geven;

² Gem: Gemiddelde;

³ Met partner: Getrouwd, samenwonend, geregistreerd partnerschap;
Zonder partner: Gescheiden, ongehuwd;

⁴ Laag opleidingsniveau: Vmbo, anders: huishoudschool,
Gemiddeld opleidingsniveau: Mbo, Havo, Vwo,
Hoog opleidingsniveau: Hbo, universiteit, anders: master degree;

⁵ Attitude: Mate van belangrijkheid [score]: Helemaal niet belangrijk [1], niet belangrijk [2], neutraal [3], belangrijk [4], heel belangrijk [5].

3.2 Data uit de focusgroepen

In deze paragraaf worden de data uit de focusgroepen weergegeven. Middels de codeerboom worden de data onderverdeeld in hoofdt topics, subtopics, codes en een bijbehorende quote. Per code staat het aantal participanten beschreven dat een bijpassend antwoord op een post-it heeft geschreven. Wanneer de antwoorden vaker naar voren zijn gekomen door interactie tussen de participanten, zijn deze aantallen niet vermeld in de resultaten. In bijlage 12 staat de codeerboom beschreven en in bijlage 13 worden de tekeningen, behorend bij de resultaten, weergegeven.

3.2.1 Gedragsintentie, motivatie

Onderstaand worden de resultaten, behorend bij gedragsintentie en de motivatie, beschreven.

3.2.1.1 Positieve intentie

Zes participanten gaven aan dat ze blij werden van bewegen. Daarnaast vertelde één kind dat het tijdens het bewegen los kon gaan. Ook benoemde één kind graag een sport te beoefenen, vonden vijftien kinderen bewegen leuk en één iemand vond het gezellig. Verder zeiden twee participanten dat ze stilzitten niet leuk vonden. Tenslotte kwam naar voren dat ze een kick kregen van bewegen en dat ze zin hadden om te bewegen. Over bovenstaande werd onder andere het volgende ingebracht:

“Ik vind bewegen superleuk (...)”

3.2.1.2 Negatieve intentie

Twee deelnemers gaven aan dat ze niet altijd zin hadden om iets te doen en één deelnemer zei dat anderen bewegen mogelijk niet leuk vonden, omdat het hen niet boeide. Ook benoemden twee deelnemers buitenspelen niet meer leuk te vinden. Verder werd aangegeven dat ze niets met voetbal hadden en ze niet veel tijd wilden doorbrengen in speeltuinen. Hierbij werd benoemd dat ze openbare speeltuinen kinderachtig en saai vonden. Tenslotte kwam naar voren dat ze het superstom vonden dat je niet kon doen wat je moest doen en werd verteld dat deelnemers het niveauverschil tussen kinderen tijdens het sporten vervelend vonden. De quote behorend bij bovenstaande was:

“(...) ik vind buitenspelen niet meer heel leuk (...)”

3.2.1.3 Positieve intrinsieke motivatie

Twee participanten benoemden dat ze intrinsiek, positief gemotiveerd werden, doordat ze alles konden doen en zes participanten gaven aan dat ze gezond bleven door te bewegen. Vervolgens werd door vier kinderen gezegd dat bewegen een positieve invloed had op je energie en door zes deelnemers werd vermeld dat bewegen een positieve invloed had op de fysieke gesteldheid. Ook zei één iemand dat bewegen een positieve invloed had op je gewicht. Tevens werden vier deelnemers positief intrinsiek gemotiveerd, doordat ze het belangrijk vonden om te bewegen en werd door één deelnemer benoemd dat je jezelf kon verdedigen. Verder vertelde één kind beter te willen worden in sport. Ook gaf één iemand gaf aan niet de hele tijd te willen zitten en bij negen kinderen kwam naar voren dat bewegen een tijdsbesteding voor hen was. Daarnaast brachten kinderen in dat ze hun gevoelens konden uiten tijdens bewegen en dat het zorgde voor afleiding. Verdere positieve intrinsieke motivaties waren dat ze uitdaging wilden en dat de kinderen iets wilden bereiken met sporten. Bovendien gaven de kinderen aan dat ze liever buiten bewogen en dat ze af en toe even alleen wilden zijn. Onderstaande quote gaf een voorbeeld van een intrinsieke, positieve motivatie:

“Ik vind bewegen wel leuk, omdat ik dan al mijn energie lekker kan uiten.”

3.2.1.4 Negatieve intrinsieke motivatie

Drie deelnemers vertelden dat kinderen mogelijk intrinsiek op een negatieve manier gemotiveerd konden worden, doordat ze gamen leuker vonden dan bewegen. Daarnaast werd aangegeven dat ze intrinsiek op een negatieve manier werden

gemotiveerd door het verschil in sportniveau tussen de kinderen. Het volgende werd benoemd over een negatieve intrinsieke motivatie:

“Je zou niet kunnen bewegen, omdat je je telefoon belangrijker vindt (...)”

3.2.1.5 Positieve extrinsieke motivatie

Zeven kinderen benoemden dat ze op een extrinsieke, positieve manier werden gemotiveerd door goede weersomstandigheden en één kind door nieuwe materialen, zoals een nieuwe fiets. Ook werden de participanten gemotiveerd om meer te bewegen door de invloed van hun ouders en door de invloed van andere kinderen. Verder werden ze gestimuleerd om te bewegen door seizoensgebonden factoren en wanneer sprake was van een ruzie. Onderstaande quote gaf een positieve extrinsieke motivatie weer:

“(...) we fietsen veel, want ik heb pas een nieuwe fiets gekregen (...)”

3.2.1.6 Negatieve extrinsieke motivatie

Verschillende participanten gaven aan dat ze op een extrinsieke, negatieve manier werden gemotiveerd om te bewegen. Zes kinderen brachten in dat slechte weersomstandigheden hierbij een rol speelden. Ook vertelde één kind dat het negatief gemotiveerd werd door andere afspraken, zoals afspraken bij de GGD, waardoor het met de auto moest worden opgehaald. Verder benoemde één kind dat de fysieke omgeving, zoals de afstand tot sport- en beweegactiviteiten een negatieve extrinsieke motivatie was. Tevens benoemde één kind seizoensgebonden factoren als een extrinsieke negatieve motivatie, bijvoorbeeld dat niet alle speeltuinen in de winter open zijn. Daarnaast werd de invloed van hun ouders en andere kinderen benoemd, zoals weergegeven in het volgende citaat:

“Ik zit niet echt, eigenlijk echt, op een beweging (...) omdat mijn ouders het druk hadden (...)”

3.2.2 Attitude, uitkomstverwachting

Hieronder worden positieve en negatieve attitudes beschreven. Vervolgens worden cognitieve, affectieve en conatieve opvattingen weergegeven.

3.2.2.1 Positieve attitude

Vijf kinderen benoemden dat bewegen een positieve uitkomst had op hun fysieke gesteldheid en vier kinderen zeiden dat het een positieve uitkomst had op hun mentale gesteldheid. Verder werd door zes kinderen verteld dat bewegen een positief effect had op hun energie en één iemand gaf aan dat het een positieve invloed had op het gewicht. Ook werd door twee kinderen ingebracht dat ze een sport konden beoefenen die ze leuk vonden en vertelde één iemand te kunnen leren van sport. Eén participant benoemde gevoelens te kunnen uiten en twee deelnemers gaven aan dat samen bewegen positieve uitkomsten met zich meebracht, zoals gezelligheid. Verdere positieve attitudes waren dat bewegen een positieve invloed had op het slapen en zorgde bewegen ervoor dat ze een frisse neus konden halen. Tevens zorgde het ervoor dat ze wat te doen hadden en zorgde beweging voor afleiding. Daarnaast zorgde de kickm, die verkregen werd tijdens het sporten, ervoor dat de participant bleef sporten. Ook alleen bewegen bracht positieve uitkomsten met zich mee, bijvoorbeeld dat een kind zich beter kon concentreren. De volgende quote liet een positieve attitude zien:

“(...) ik beweeg, omdat ik het leuk vind en ik krijg zo conditie.”

3.2.2.2 Negatieve attitude

Verschillende participanten gaven aan dat bewegen negatieve uitkomsten met zich meebracht. Eén deelnemer legde uit dat hij bewegen niet leuk vond, omdat hij moeite ervoor moest doen. Twee kinderen benoemden dat een slechte fysieke gesteldheid een reden kon zijn waarom kinderen niet bewogen. Verder zeiden drie kinderen dat gamen hier ook een reden voor kon zijn, omdat het leuker was. Verder werd door twee kinderen benoemd dat geen tijd hebben een reden kon zijn waarom andere kinderen mogelijk niet bewogen. Ook kwam naar voren dat bewegen een negatieve uitkomst kon hebben, omdat vaak ruzie ontstond na de gymles. Daarnaast vertelden kinderen dat het gewicht een reden was wat ertoe leidde dat kinderen niet bewogen. Ook gaven kinderen aan dat wanneer ze niemand kenden tijdens het sporten en dat wanneer ze gepest werden, dit een negatieve uitkomst met zich mee bracht ten aanzien van het beweeggedrag. Hetzelfde gold voor wanneer ze niets te doen hadden, dan hadden ze de neiging om te gamen in plaats van te bewegen. Daarnaast kwam naar voren dat de meningen verdeeld waren onder de participanten, wat betreft de negatieve uitkomsten op alleen bewegen en samen bewegen. Andere redenen waarom kinderen niet bewogen waren de invloed

van ouders en gamen. Verder werd gamen benoemd als afleiding, waardoor niet aan bewegen gedacht werd. Tevens vertelden participanten dat niet bewegen een negatieve uitkomst had op hun energie. Tenslotte kwam aan bod dat bewegen een negatieve uitkomst had op de mentale gesteldheid, zoals onderstaand citaat:

“(...) als je met zo’n rotgevoel daarnaartoe gaat, concentreer je je ook minder goed en, uh, dat gevoel dat wordt, uh ja, beetje erger eigenlijk.”

3.2.2.3 Cognitieve opvattingen

De opvattingen met betrekking tot kennis van negen deelnemers gingen over gezondheid en van drie deelnemers gingen deze over de fysieke gesteldheid. Dit liet het volgende citaat zien:

“(...) het wel belangrijk, omdat bewegen goed is voor je lichaam, hart, enzovoorts.”

3.2.2.4 Affectieve opvattingen

Twee participanten gaven aan dat bewegen positieve gevoelens met zich meebracht en twee deelnemers benoemden dat bewegen negatieve gevoelens met zich meebracht. Het volgende citaat liet dit blijken:

“Dan ga ik daar meestal naartoe met een rotgevoel en dan kom ik wel thuis van ja ik voel me iets beter.”

3.2.2.5 Conatieve opvattingen

Een van de kinderen vertelde dat het actie ondernam om ervoor te zorgen dat de mogelijkheden vergroot werden om te sporten en te bewegen. Dit bleek uit het volgende citaat:

“(...) in de zomer dan probeer ik wel met vrienden af te spreken om naar buiten te gaan en ook mijn, echt, mijn telefoon dan thuis te laten.”

3.2.3 Subjectieve norm en ervaren sociale invloed

Onderstaand worden de verwachtingen van belangrijke anderen en de sociale steun of druk beschreven, evenals de emotionele en praktische sociale steun.

3.2.3.1 Verwachtingen van belangrijke anderen

De kinderen benoemden dat de invloed van ouders en de invloed van school factoren waren die betrekking hadden op de verwachtingen van belangrijke anderen. Dit werd verduidelijkt door de volgende quote:

“(...) ouders zeggen, uh, ga eens sporten (...)”

3.2.3.2 Sociale steun of druk

Participanten vertelden dat ze sociale steun en sociale druk ervoeren wat betreft het bewegen. Dit kwam naar voren in het volgende citaat:

“(...) omdat daar heel veel kinderen zijn die daar altijd aan de deur staan en dan kan je bijna geen nee zeggen om buiten te spelen.”

3.2.3.3 Emotionele sociale steun

Verschillende deelnemers vertelden dat ze tijdens het bewegen met vrienden opgevoelbaar werden. Dit bleek uit het volgende citaat:

“(...) toen was ik met mijn vrienden en die vrolijk je wel op (...)”

3.2.3.4 Praktische sociale steun

Participanten benoemden dat ze vrienden om hulp konden vragen, dat ze meer mogelijkheden hadden wanneer ze samen bewogen en dat ze konden carpoolen. Het volgende citaat liet praktische sociale steun zien:

“Maar wij doen carpoolen bij volleybal.”

3.2.4 Eigen-effectiviteitsverwachting of waargenomen gedragscontrole

Hieronder worden de eigen-effectiviteitsverwachting en waargenomen gedragscontrole beschreven. Deze resultaten worden weergegeven aan de hand van magnitude, generality en strength.

3.2.4.1 Magnitude

Eén participant benoemde dat de invloed van de ouders een rol speelde in het vertrouwen om het beweeggedrag zelf te kunnen uitvoeren en één deelnemer gaf aan dat de afstand hier een rol in kon spelen. Verder kwam aan de orde dat fysieke gesteldheid, gezondheidsproblemen en de energie hierop van invloed konden zijn. Dit kwam naar voren in de volgende quote:

“(...) ik heb heel snel last van mijn hielen, want ik heb daar een ontsteking in mijn groeischijf, dus ik kan niet heel veel, heel veel rennen en sporten (...)”

3.2.4.2 Generality

Participanten schatten in dat het verschil in regels, een slechte fysieke gesteldheid en het niveauverschil tijdens het bewegen problemen konden veroorzaken in verschillende situaties. Dit bleek het uit het volgende citaat:

“(...) over dat gamen, mijn ouders zijn gescheiden en bij mijn moeder mogen we één uur en bij mijn vader mogen we dan veel langer (...)”

3.2.4.3 Strength

Kinderen benoemden gezondheidsproblemen en dat ze niet veel moeite wilden doen als factoren die van invloed konden zijn op het vertrouwen om het beweeggedrag zelf te kunnen uitvoeren. Voorafgaande bleek uit de volgende quote:

“(...) ik kan dat niet vanwege mijn voeten, want (...) mijn achillespees was te kort (...) het risico is te groot als ik ga voetballen.”

3.2.5 Kennis en bewustzijn

Hieronder wordt de kennis die mensen bewust maakt van de relatie tussen een gedrag en een risico beschreven. Verder worden de kennis over hoe je zou kunnen veranderen en theoretische diepgaande kennis, zoals de wetenschappelijke kennis beschreven.

3.2.5.1 Kennis die mensen bewust maakt van de relatie tussen een gedrag en een risico

Verschillende participanten gaven aan dat inactiviteit een risico met zich meebracht voor de mentale gesteldheid, het gewicht en de gezondheid. Het volgende citaat verhelderde dit:

“(...) als je niet beweegt hebt, kun je ook (...) misschien depressie hebben.”

3.2.5.2 Kennis over hoe je zou kunnen veranderen

Vier kinderen brachten in dat je van bewegen zou kunnen afvallen. Dit bleek uit de volgende quote:

“Ik vind bewegen heel belangrijk, want je valt dan, uh, af.”

3.2.5.3 Theoretisch diepgaande kennis zoals de wetenschappelijke kennis

Een deel van de onderzoekspopulatie benoemde enkele theoretische diepgaande aspecten die beweeggedrag met zich meebracht. Hierbij vertelden ze dat je bij bewegen calorieën verbrandde, energie verbruikte, weerstand opbouwde en vitamines kreeg. Het volgende citaat liet dit zien:

“(...) als je dan heel veel sport, dan begin je te zweten, dan uh, dan verbruik je eigenlijk (...) energie (...)”

3.2.6 Omgeving

Naast de persoonlijke factoren van kinderen wordt het beweeggedrag ook beïnvloed door omgevingsfactoren. De volgende omgevingsfactoren komen aan bod: fysieke omgeving, praktische omgeving, sociale omgeving, economische omgeving, maatschappelijke omgeving en politieke omgeving. Daarnaast worden wensen en ideeën weergegeven bij de fysieke, economisch en maatschappelijke omgeving. Een overzicht van alle wensen en ideeën staat beschrijven in bijlage 14.

3.2.6.1 Fysieke omgeving

Zeven kinderen gaven aan dat de afstand tot sport- en beweegfaciliteiten invloed had op het beweeggedrag. Zestien participanten benoemden dat er niet genoeg aanbod was in Kerkrade om het gewenste beweeggedrag te kunnen uitvoeren. Echter, twaalf participanten vertelden dat er wel genoeg aanbod was in Kerkrade. Daarnaast werd door één deelnemer gezegd dat er weinig variatie was in het aanbod. Ook kwam aan bod dat veiligheid en overlast in de beweegomgeving bepalende factoren konden zijn voor het beweeggedrag in positieve en negatieve zin. Het volgende werd benoemd over de fysieke omgeving:

“Is er genoeg aanbod hier in Kerkrade om te bewegen of te sporten voor jou? (...) Ik heb opgeschreven: NEEEEEEEEEE.”

3.2.6.1.1 Wensen en ideeën omtrent de fysieke omgeving

Kinderen gaven verschillende wensen en ideeën ten aanzien van een actieve leefstijl en een actieve leefomgeving. Drie kinderen benoemden meer sportclubs te willen, twee kinderen meer buitenspeelplekken en vier kinderen een klimpark. Ook wensten drie participanten meer natuur, één persoon een freerunbaan en twee participanten activiteiten op de markt. Twee deelnemers wilden een kinderfitness,

één deelnemer wilde meer binnenspeelplekken en één iemand meer outdoor winkels voor het kopen van spullen om buiten te spelen. Ook hadden twee participanten de wens voor betere voetbalvelden en één iemand voor een kinderplek, -huis of -park. Verder gaven acht kinderen aan dat ze een skatepark wilden, één iemand gaf aan een ijshockeyclub te willen en één iemand meer kickboksclubs. Ook wenste één kind een basketbalveld, één kind een cheerleadingvereniging en één iemand een renbaan met daarin speeltoestellen. Ook gaf één persoon aan een stormbaan te willen en één deelnemer battles. Tevens benoemde één participant een volleybalvereniging te willen, één iemand een handbalvereniging, één persoon een hockeyclub en één deelnemer American Football. Twee kinderen benoemden dat ze een nieuw zwembad wilden, één kind een springkussen en twee kinderen een hangplek. Eén kind wilde genoeg plek op de wegen voor een skate- of skeelerbaan en één persoon gaf aan een buitenfitness te willen. Ook wensten twee kinderen meer vechtsporten in de buurt, één persoon meer sporten verdeeld over Kerkrade en twee kinderen meer speeltoestellen. Eén persoon wilde betere ontwerpen van speeltoestellen en één iemand wilde meer variatie in beweegactiviteiten. Bovendien kwam naar voren dat de kinderen een kleine sportzaal, een honkbalvereniging, een rugbyvereniging en een speelschuur wilden. Ook werd benoemd dat ze een spellenmiddag of –avond, een kidsclub, ieder weekend leuke activiteiten en meer mogelijkheden voor kleinere en oudere kinderen wilden. Tenslotte hadden de participanten de ideeën om een trampoline over de hele straat te maken, grote gebouwen met sporten te bouwen en sporten op één plek te centreren.

3.2.6.2 Praktische omgeving

Ten aanzien van de praktische omgeving vertelden deelnemers dat de planning en het vervoer invloed hadden op hun beweeggedrag. Dit bleek uit het volgende citaat:

“(...) ik was al eerst gaan kijken bij voetbal (...) maar toen had ik de scouting op de zaterdag en ja als het dan wedstrijd was dan ging dat niet.”

3.2.6.3 Sociale omgeving

Twee kinderen zeiden dat in hun sociale omgeving contacten van invloed waren op hun beweeggedrag en één participant gaf aan dat de afhankelijkheid van andere mensen ook van invloed hierop was. Daarnaast werd benoemd dat de afstand om bij vrienden te komen en de woonomgeving van invloed waren op hun beweeggedrag. Dit kwam naar voren in de volgende quote:

“(...) en dat is voor de kinderen ook niet leuk om daar te wonen, want dan zie je alleen maar oude mensen daar (...)”

3.2.6.4 Economische omgeving

Eén participant vertelde dat financiën een rol speelden in hun beweeggedrag. Tevens werd benoemd dat kosten, subsidies en materiaalkosten hier ook een rol in speelden. Het volgende citaat liet dit zien:

“(...) maar dat kan je niet heel vaak gaan doen, want je moet wel, redelijk wel wat betalen.”

3.2.6.4.1 Wensen en ideeën omtrent de economische omgeving

Ook gaven kinderen wensen en ideeën ten aanzien van de economische omgeving. Drie kinderen wilden gratis activiteiten en één persoon wilde materialen die je kunt lenen tijdens het sporten. Ook werden tijden waarop je gratis kon spelen en goedkopere activiteiten benoemd.

3.2.6.5 Maatschappelijke omgeving

Eén kind gaf veiligheid aan als maatschappelijke omgevingsfactor die van invloed kon zijn op het beweeggedrag. Daarnaast werden promotie van beweegactiviteiten en het openingsseizoen als een factor benoemd. Ook werd verteld dat je meer mee kon krijgen over wat buiten gebeurde. Bovenstaande kwam terug in de volgende quote:

“(...) maar ja, het wordt niet echt heel veel verteld ofzo welke sporten er allemaal zijn.”

3.2.6.5.1 Wensen en ideeën omtrent de maatschappelijke omgeving

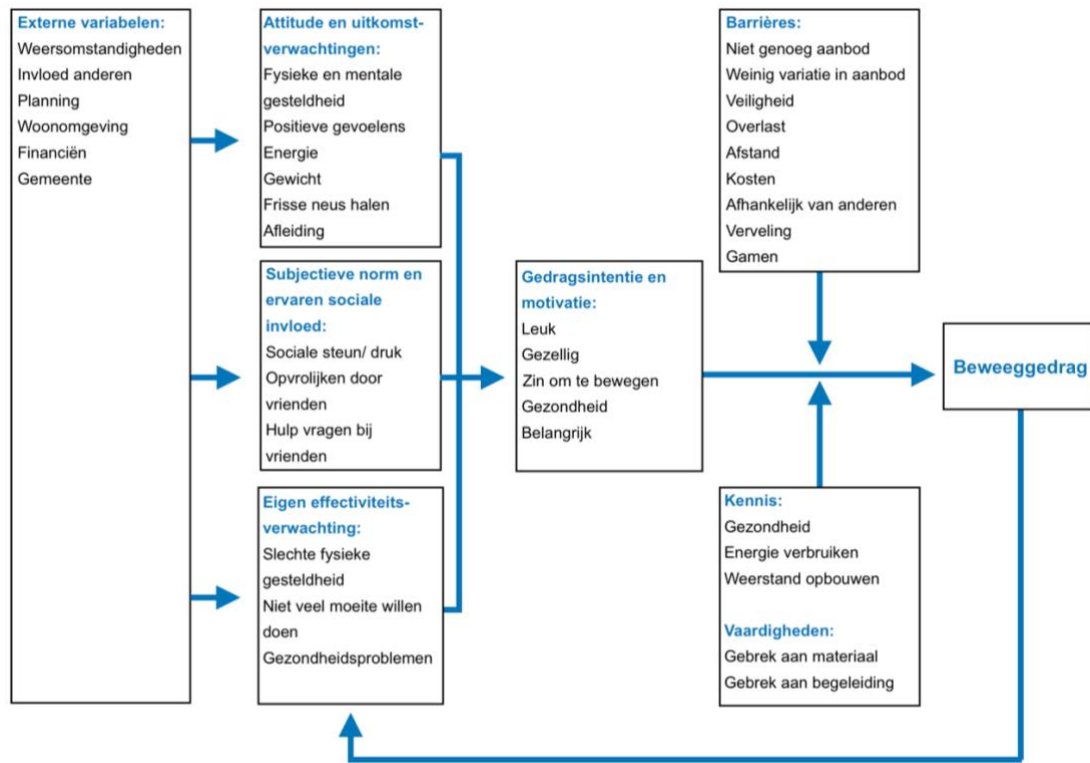
Kinderen gaven ook wensen en ideeën omtrent de maatschappelijke omgeving. Drie kinderen benoemden meer promotie voor beweeg- en sportactiviteiten te willen en één persoon wilde een betere leeftijdsgrens bij bepaalde sporten. Tenslotte werd nog benoemd dat ze meer vrijwilligers willen.

3.2.6.6 Politieke omgeving

Omtrent de politieke omgeving werd door één participant benoemd dat de gemeente vaak een negatieve invloed had op de speelomgeving. Ook werd verteld dat niks met leegstaande gebouwen werd gedaan en dat weinig aandacht werd besteed aan hun speelomgeving. Dit kwam naar voren in het volgende citaat:

“(...) met de wijk hadden we besloten om daar iets te plaatsen, maar er was één iemand die het niet wou, want die zat in de gemeenteraad (...)”

Hieronder worden de resultaten ten aanzien van beweegredenen samengevat in het ASE-model.



Figuur 1: Samenvatting resultaten in ASE-model

4. Discussie

In dit hoofdstuk wordt de conclusie beschreven en worden de resultaten vergeleken met literatuur. Vervolgens wordt gereflecteerd op het vak fysiotherapie, de zorg en de maatschappij. Daarna wordt de sterkte- en zwakteanalyse beschreven en tenslotte worden aanbevelingen gedaan aan de gemeente Kerkrade en voor vervolgonderzoek (45).

4.1 Conclusie

In de inleiding is de volgende onderzoeksvraag opgesteld: *Wat zijn de wensen en ideeën van kinderen in Kerkrade ten aanzien van een actieve leefstijl en een actieve leefomgeving?* Hierbij zijn de volgende deelvragen opgesteld: *Wat zijn de redenen waarom kinderen in Kerkrade niet bewegen? Wat zijn de redenen waarom kinderen in Kerkrade wel bewegen? Wat zijn de wensen en ideeën van kinderen in Kerkrade ten aanzien van bewegen, de beweegomgeving en het project Center Court?*

Uit de resultaten bleek dat over het algemeen de gedragsintentie en motivatie van de kinderen om te bewegen goed was. Benoemd werd dat kinderen bewegen leuk en gezellig vonden. Daarnaast bewogen kinderen, omdat ze het belangrijk vonden voor hun gezondheid. De antwoorden van meerdere ouders bevestigden dit. In de resultaten waren geen discrepanties gevonden tussen de antwoorden van de ouders en de antwoorden van de kinderen. Het ASE-model veronderstelt dat de gedragsintentie en motivatie positief worden beïnvloed door de attitude, de uitkomstverwachting, subjectieve norm en ervaren sociale invloed. Uit de resultaten kwam naar voren dat kinderen over het algemeen een positieve attitude hadden ten aanzien van bewegen. Dit kwam naar voren, doordat ze benoemden dat bewegen een positieve uitkomst had op hun energie, gevoelens, fysieke en mentale gesteldheid. Veel kinderen van ouders met een gemiddeld of hoog opleidingsniveau hadden deelgenomen aan het onderzoek. Mogelijk zijn enkele denkwijzen beïnvloed door de kennis van de ouders. Deze attitude bij het kind is dus mogelijk ontstaan door de informatie die het kind van de ouders heeft gekregen. Daarnaast gaven kinderen aan een positieve sociale invloed te ervaren. Zo werden ze opgevrolijkt, konden ze hulp vragen bij vrienden en werd gecarpoold. Verder heeft de eigen-effectiviteitsverwachting van de kinderen een negatieve invloed op de gedragsintentie en motivatie. Dit kwam doordat benoemd werd dat ze niet veel moeite wilden doen voor bewegen en doordat sprake was van een slechte fysieke gesteldheid en gezondheidsproblemen. Uit het ASE-model blijkt dat bij de onderzoekspopulatie sprake is van een 'intention-behaviour gap'. Dit wil zeggen dat de kinderen een positieve intentie en motivatie hebben om het beweeggedrag uit te

voeren, maar hier mogelijk niet toe in staat zijn vanwege barrières en een tekort aan vaardigheden. Uit de resultaten bleek dat niet genoeg aanbod en weinig variatie in aanbod, veiligheid, afstand en de kosten onder andere een barrière vormden voor de kinderen. Deze barrières en het niet kunnen uitvoeren van vaardigheden, door het gebrek aan materialen, kunnen leiden tot een negatief beweeggedrag. Het negatief beweeggedrag is mogelijk van invloed op de eigen-effectiviteitsverwachting, zoals onder andere een slechte fysieke gesteldheid. Dit zorgt ervoor dat de gedragsintentie en motivatie negatief beïnvloed kan worden, hetgeen ook kan leiden tot een negatief beweeggedrag.

Verschillende wensen en ideeën ten aanzien van een actieve leefstijl en een actieve omgeving in Kerkrade kwamen in de focusgroepen naar voren. De kinderen hadden veel verschillende wensen en ideeën en vonden het fijn om hierover mee te denken. Op het gebied van fysieke omgeving werden onder andere een skatepark, activiteiten op de markt en meer variatie in het sport- en beweegaanbod benoemd. Daarnaast werden voor de economische omgeving materialen die kinderen konden lenen tijdens het sporten, gratis activiteiten en tijden waarop gratis kon worden gespeeld benoemd. Ook werden onder andere meer promotie van activiteiten en de aanwending van vrijwilligers benoemd voor de maatschappelijke omgeving. Dit omdat de autonomie van de kinderen nog niet zo ver ontwikkeld is dat ze zelf acties durven te ondernemen om meer te gaan bewegen. Verder waren wensen en ideeën ten aanzien van het project Center Court aan orde gekomen. Hierbij zijn de meningen verdeeld wat betreft het wel of niet centreren van het aanbod en de invulling van sport- en beweegactiviteiten.

4.2 Vergelijking met literatuur

De resultaten van dit onderzoek toonden aan dat veiligheid een belangrijke factor was omtrent de omgeving. Daarnaast gaven kinderen aan dat ze meer natuur, beter onderhouden speeltoestellen en een uitdagend en gevarieerd aanbod wilden. Deze aspecten komen overeen met de betreffende literatuur. Hierin wordt namelijk benoemd dat de buitenspeelmogelijkheden uitdagend, goed onderhouden en gevarieerd in aanbod moeten zijn (46). De onderzoekspopulatie gaf aan dat gamen mogelijk een negatieve invloed had op het beweeggedrag. Verder werd een te grote afstand als reden benoemd om met de auto naar school te gaan. De literatuur bevestigt dit aangezien wordt beschreven dat de afstand een reden voor ouders is om hun kind(eren) naar school te brengen met de auto (47). Ook wat betreft redenen om wel te bewegen, zijn er overeenkomsten tussen de resultaten van het onderzoek en de literatuur. Zo gaven kinderen aan dat ze bewegen, omdat ze het

leuk vonden en omdat het belangrijk was voor de gezondheid. Daarnaast werd benoemd dat het tekort aan aanbod en de hoge kosten, die verbonden waren aan sporten en bewegen, redenen waren om niet te bewegen (48). Uit literatuur blijkt dat kinderen tot twaalf jaar vooral met de auto naar school gaan (47). In tegenstelling tot de literatuur is in dit kwalitatieve onderzoek naar voren gekomen dat kinderen alleen met de auto gingen wanneer de afstand te groot was en/ of wanneer sprake was van slechte weersomstandigheden. De participanten van dit onderzoek hadden een skatepark als wens. Daarentegen is uit een recent onderzoek van Jantje Beton naar voren gekomen dat kinderen een skatebaan het slechts beoordelen, wat betreft favoriete speelplekken (49). Echter, de studie van Jantje Beton heeft kinderen van zes tot twaalf jaar geïnccludeerd in tegenstelling tot dit onderzoek, welke alleen kinderen van elf en twaalf jaar heeft geïnccludeerd. Het zou kunnen zijn dat de interesses van de doelgroepen verschillen.

4.3 Sterkte- en zwakteanalyse

Tijdens het uitvoeren van het onderzoek en het opstellen van het onderzoeksrapport zijn sterke en minder sterke punten naar voren gekomen. Een sterk punt van dit onderzoek is de interactieve kennismaking met de kinderen. Dit heeft ervoor gezorgd dat de deelnemers kennis hebben gemaakt met de onderzoekers en het onderwerp. Tijdens deze interactieve kennismaking is informatie gegeven over de focusgroep en zijn de deelnemers in de gelegenheid gesteld om vragen te stellen. Daarnaast is aan de hand van het spel 'Ren je rot' het onderwerp spelenderwijs geïntroduceerd. Een ander sterk punt is dat voorafgaand aan de focusgroepen, een oefenfocusgroep heeft plaatsgevonden. Deze oefenfocusgroep is uitgevoerd met drie kinderen uit groep acht. Tijdens deze oefenfocusgroep zijn een aantal aandachtspunten naar voren gekomen, die kunnen worden meegenomen tijdens het onderzoek. Een aandachtspunt is het bevestigen van de antwoorden die de kinderen hebben gegeven, zoals '*Ja, klopt.*' of '*Ja, leuk.*'. Verder moet erop gelet worden dat de moderator de antwoorden van de deelnemers niet weerlegt. Daarnaast is het van belang om goed door te vragen bij antwoorden zoals '*fijn*' of '*goed*'. Voorafgaand aan de eerste focusgroep is een gezonde lunch georganiseerd. Tijdens deze lunch hebben de kinderen en de onderzoekers elkaar beter leren kennen. Dit heeft tijdens de focusgroep voor een open sfeer gezorgd. Echter, bij de overige focusgroepen is besloten deze onder schooltijd uit te voeren, waardoor het niet mogelijk is geweest om van tevoren een gezonde lunch aan te bieden. Desondanks is ook in deze focusgroepen sprake geweest van een open sfeer. Verder is tijdens de eerste focusgroep een tekenares aanwezig geweest die de

antwoorden van de kinderen visueel heeft weergegeven. Dit heeft ervoor gezorgd dat veel interactie heeft plaatsgevonden binnen de onderzoekspopulatie. Hoewel dit wel de bedoeling zou zijn geweest, is de tekenares door privéomstandigheden niet aanwezig geweest bij de andere focusgroepen. Een ander sterk punt van het onderzoek is het gebruik van post-its. Dit heeft ervoor gezorgd dat de kinderen eerst zelf op de vragen hebben geantwoord, zonder dat ze door mededeelnemers zijn beïnvloed. Tevens is het een handig hulpmiddel voor de moderator om door te kunnen vragen op bepaalde antwoorden. Tenslotte is aan alle kwaliteitscriteria, die in de methode werden toegelicht, voldaan. Hierdoor mag dus gesteld worden dat de betrouwbaarheid van de resultaten goed is.

Een mogelijk minpunt van dit onderzoek is dat tijdens de interactieve kennismaking niet is vermeld dat de kinderen in Kerkrade moeten wonen. Hierdoor is pas tijdens de focusgroep ontdekt dat een van de deelnemers in Voerendaal woont. Omdat de leerling langere tijd in Kerkrade heeft gewoond, mag verwacht worden dat de wensen en ideeën van dit kind niet anders zijn dan die van kinderen woonachtig in Kerkrade. Hierdoor is besloten om de data toch mee te nemen in de resultaten. Verder wordt de grootte van de focusgroepen als een zwak punt beschouwd. De eerste focusgroep bestaat uit elf personen en hierbij is veel interactie geweest tussen de verschillende deelnemers. De andere focusgroepen bestaan uit minder deelnemers en tijdens deze focusgroepen is ook minder interactie geweest. Verwacht wordt dat de grootte van de focusgroep hierbij een belangrijke rol heeft gespeeld. Tevens is tijdens de eerste drie focusgroepen opgevallen dat wanneer de openingsvraag *“Waarom vind je bewegen wel of niet leuk?”* is gesteld, steeds op de tweede vraag *“Waarom beweeg je wel of waarom beweeg je niet?”*, het antwoord *“omdat het wel/ niet leuk is”*, is gegeven. Het is de onderzoekers opgevallen dat met de eerste vraag al een suggestief antwoord wordt gegeven op de tweede vraag. Daarom is na de derde focusgroep besloten om de volgorde van de interviewleidraad aan te passen, waarbij de eerste en tweede vraag zijn omgewisseld. De aangepaste interviewleidraad staat beschreven in bijlage 15. Het laatste minpunt van het onderzoek is dat hoofdzakelijk actieve kinderen zich hebben aangemeld. Dit wordt afgeleid uit de antwoorden op de vragen, waaruit blijkt dat bijna alle deelgenomen kinderen sporten en/ of bewegen. Dit kan een vertekend beeld geven, omdat kinderen die minder of niet bewegen mogelijk andere beweegredenen, wensen en ideeën hebben.

4.4 Reflectie

Een voordeel van de relevante sterke punten van dit onderzoek is dat over het algemeen meer en betere data worden verkregen. Onder andere de oefenfocusgroep, de interactieve kennismaking en de post-its hebben hieraan bijgedragen. Een nadeel van de meest relevante zwakke punten van dit onderzoek is dat er mogelijk sprake is van bias. Mogelijk komt dit doordat de denkwijze van de kinderen beïnvloed is door de ouders en doordat vooral de actievare kinderen hebben deelgenomen aan het onderzoek. Echter, de data van deze kinderen zijn waardevol, omdat zij antwoord kunnen geven op de vraag waarom ze wel bewegen. De barrières die deze kinderen ondervinden en de vaardigheden die ze niet hebben, zijn mogelijk ook van toepassing bij kinderen die niet bewegen.

Dit onderzoek kan bijdragen aan de ontwikkelingen binnen de fysiotherapie. Hulpverleners, waaronder fysiotherapeuten, hebben een preventieve en coachende rol. Door het in kaart brengen van redenen van kinderen om wel of niet te bewegen, kunnen fysiotherapeuten deze beweegredenen toepassen in hun therapie om zo de kinderen te stimuleren en te motiveren. Fysiotherapeuten kunnen insteken op de eigen-effectiviteitsverwachting en de gedragscontrole van de kinderen. Hierbij is belangrijk dat in wordt gegaan op het vertrouwen en de controle die kinderen hebben over het uitvoeren van een positief beweeggedrag. De fysiotherapie kan onder andere gericht zijn op het verbeteren van de fysieke gesteldheid en op gezondheidsproblemen. Met dit onderzoek worden ook de wensen en ideeën van kinderen in kaart gebracht. Wanneer deze wensen en ideeën om te blijven bewegen of om meer te gaan bewegen worden meegenomen in de inrichting van de fysieke omgeving, wordt verwacht dat de kinderen hierop positief zullen reageren en actiever zullen worden of blijven. Ook wordt verwacht dat dit een rol speelt bij de preventie van verschillende aandoeningen op latere leeftijd, hetgeen een bijdrage levert aan de ontwikkelingen binnen de zorg. Verder draagt dit onderzoek bij aan maatschappelijke ontwikkelingen. Doordat de wensen en ideeën in kaart worden gebracht, worden de kinderen betrokken bij de inrichting van de fysieke omgeving.

4.5 Aanbevelingen

Dit onderzoek betreft een kleinere populatie, met als doel diepte-informatie te verkrijgen. Hierbij zijn verschillende beweegredenen, wensen en ideeën naar voren gekomen. Dit onderzoek zou aangevuld kunnen worden met een studie met vragenlijsten, op grotere schaal. Hierbij wordt een beter beeld verkregen over de beweegredenen, wensen en ideeën van een grotere groep kinderen in Kerkrade. Verder is het van belang dat precies op die plekken waar iets moet gebeuren, de

inwoners lokaal bevestigd moeten worden. Mogelijk kan dit worden meegenomen in een kwantitatief onderzoek. Een aanbeveling aan de gemeente Kerkrade is om de wensen en ideeën, van de kinderen die hebben deelgenomen aan dit onderzoek, mee te nemen bij de inrichting van Center Court. Ook voor toekomstige projecten is het belangrijk om kinderen te betrekken bij nieuwe ontwikkelingen en ideeën ten aanzien van de omgeving. Uit dit onderzoek blijkt namelijk dat kinderen vol zitten met bruikbare ideeën. Zo kwam onder andere naar voren dat kinderen graag meer willen horen omtrent (nieuwe) beweegactiviteiten in de omgeving. Verder gaven enkele kinderen aan dat ze het nadelig vonden dat alles gecentreerd was, maar vonden andere kinderen juist het tegenovergestelde. Verder is gebleken dat kinderen tegenstrijdige wensen en ideeën geven ten aanzien van de omgeving in Kerkrade. Mede onderbouwd met literatuur wordt aanbevolen dat door deze conflicterende antwoorden het aanbod aan bewegings- en sportactiviteiten gevarieerd moet zijn (48).

5. Literatuur

1. Vermeer AJM, Boot NMWM, Hesdahl MH, Janssen- Goffin MJH, Linssen ECAJ, Rutten N, et al. Een nieuwe kijk op gezondheid in Kerkrade: lokaal rapport Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014 [Internet]. Geleen: Gemeentelijke Gezondheidsdienst Zuid Lumburg; 2014 [Geraadpleegd op 12 juni 2017]. Beschikbaar via: <https://ggdzuidlimburg.cld.bz/Een-nieuwe-kijk-op-gezondheid-in-Kerkrade>.
2. Redactie Algemeen Dagblad. Jongeren moeten echt meer in beweging komen [Internet]. Amsterdam: De Persgroep Nederland B.V.; 2016 [Geraadpleegd op 1 augustus 2017]. Beschikbaar via: <https://www.ad.nl/wetenschap/jongeren-moeten-echt-meer-in-beweging-komen~ab90e6b3/>.
3. Thiessen- Raaphorst A. Rapportage sport 2014 [Internet]. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau; 2015 [Geraadpleegd op 1 augustus 2017]. Beschikbaar via: https://www.scp.nl/Publicaties/Alle_publicaties/Publicaties_2015/Rapportage_Sport_2014.
4. Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Sport en bewegen [Internet]. 2017 [Geraadpleegd op 3 juli 2017]. Beschikbaar via: <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/sport-en-bewegen/cijfers-context/huidige-situatie>.
5. Rijn van J, Gelinck R. Hoeveel moet je bewegen volgens de beweegrichtlijnen? [Internet]. 2017 [Geraadpleegd op 25 september 2017]. Beschikbaar via: <https://www.allesoversport.nl/artikel/hoeveel-moet-je-bewegen-volgens-de-beweegrichtlijnen/>.
6. Satcher D, Lee PR, Griffith Joyner F, McMillen T. Physical Activity and Health: a report of the surgeon general [Internet]: U.S. Department of Health and Human Services 1996 [Geraadpleegd op 27 september 2017]. Beschikbaar via: <https://profiles.nlm.nih.gov/ps/access/NNBBHB.pdf>.
7. Brown Rodgers A. Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report 2008: to the secretary of health and human services [Internet]. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services; 2008 [Geraadpleegd op 4 juli 2017]. Beschikbaar via: <https://health.gov/paguidelines/report/pdf/CommitteeReport.pdf>.
8. Stiggelbout M, Westhoff MH, Mulder YM, Ooijendijk WTM, Hildebrandt VH, Baken W. De gezondheidswaarde van lichamelijke activiteit: een literatuurstudie. 1998.
9. Kenniscentrum Sport. Waarom niet bewegen slecht is voor de gezondheid [Internet]. 2017 [Geraadpleegd op 27 september 2017]. Beschikbaar via: <https://www.allesoversport.nl/artikel/waarom-niet-bewegen-slecht-is-voor-de-gezondheid/>.
10. County Sports Partnership Network, BHF National Centre Physical activity + health. Making the case for physical activity [Internet]. UK: British Heart Foundation National Centre for Physical Activity and Health, Loughborough University; 2013 [Geraadpleegd op 4 juli 2017]. Beschikbaar via: <http://www.ssehsactive.org.uk/resources-and-publications-item/40/419/index.html>.
11. Gezondheidsraad. Beweegrichtlijnen 2017 [Internet]. Den Haag: De Gezondheidsraad; 2017 [Geraadpleegd op 15 september 2017]. Beschikbaar via: https://www.gezondheidsraad.nl/sites/default/files/grpublication/beweegrichtlijnen_2017.pdf.
12. Gezondheidsraad. Physical activity and risk of chronic diseases: background document to the Dutch physical activity guidelines 2017 [Internet]. Den Haag: Gezondheidsraad; 2017 [Geraadpleegd op 15 september 2017]. Beschikbaar via: https://www.gezondheidsraad.nl/sites/default/files/grpublication/achtergronddocument_physical_activity_and_risk_of_chronic_diseases_0.pdf.

13. Kelley GA, Kelley KS, Pate RR. Effects of exercise on BMI z-score in overweight and obese children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *BMC Pediatr.* 2014(14):225.
14. Stoner L, Rowlands D, Morrison A, Credeur D, Hamlin M, Gaffney K. Efficacy of Exercise Intervention for Weight Loss in Overweight and Obese adolescents: Meta-Analysis and Implications. *Sports Med.* 2016;46(11):1737-51.
15. Fedewa MV, Gist NH, Evans EM, Dishman RK. Exercise and insulin resistance in youth: a meta- analysis. *Pediatrics.* 2014;133(1):163.
16. Okely AD, Salmon J, Vella SA, Cliff D, Timperio A, Trembley MS. Systematic review to update Australian physical activity guidelines for children and young people. Report prepared for the Australian Government Department of Health. [Internet]: Commonwealth of Australia; 2012 [Geraadpleegd op 27 september 2017]. Beschikbaar via: [http://www.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/Content/health-pubhlth-strateg-phys-act-guidelines/\\$File/SR-APAGCYP.pdf](http://www.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/Content/health-pubhlth-strateg-phys-act-guidelines/$File/SR-APAGCYP.pdf).
17. Lesinski M, Prieske O, Granacher U. Effects and dose-response relationships of resistance training on physical performance in youth athletes: a systematic review and meta- analysis. *Br J Sports Med.* 2016;50(8):464-70.
18. Behringer M, Vom Heede A, Yue Z, Mester J. Effects of resistance training in children and adolescents: a meta- analysis. *Pediatrics.* 2010;126(5):1199.
19. TNS opinion and social. Special Eurobarometer 412: sport and physical activity [Internet]: European Commission; 2014 [Geraadpleegd op 6 juli 2017]. Beschikbaar via: https://data.europa.eu/euodp/nl/data/dataset/S1116_80_2_412.
20. Lamberts PHG. Een gezonde kijk op Kerkrade: Regionale Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2010. [Internet]. Geleen: Gemeentelijke Gezondheidsdienst Zuid Limburg 2010 [Geraadpleegd op 27 september 2017]. Beschikbaar via: <http://docplayer.nl/13854336-Kerkrade-een-gezonde-kijk-op-maakt-deel-uit-van-regionale-volksgezondheid-toekomst-verkenning.html>.
21. Burghard M, Knitel K, Oost van I, Trembley MS, Takken T. Is our Youth Cycling to Health? Results from the Netherlands' 2016 Report Card on Physical Activity for Children and Youth. *Journal of Physical Activity and Health.* 2016;13(11):218-24.
22. Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Bewegen: beweeggedrag bij personen van 12 jaar en ouder in 2016 [Internet]. RIVM; 2016 [Geraadpleegd op 4 juli 2017]. Beschikbaar via: <http://www.rivm.nl/Onderwerpen/L/Leefstijlmonitor/Cijfers/Bewegen>.
23. Vries de H, Riet van 't J, Spigt M, Metsenmakers J, Akker van den M, Vermunt JK, et al. Clusters of lifestyle behaviors: results from the Dutch SMILE study. 2007; 46(3):[203-8 pp.].
24. Hartmann T, Zhner L, Puhse U, Puder JJ, Kriemler S. Effects of a schoolbased physical activity program on physical and psychosocial quality of life in elementary school children: a cluster-randomized trial. *Pediatric exercise science: the official journal of the North American Society of Pediatric Exercise Medicine.* 2010;22(4):511-23.
25. Beltman M, Driessen MT, Cloostermans APG, Klijn PHC, van Bolhuis E. KNGF-standaard: beweeginterventie overgewicht/ obesitas bij kinderen [Internet]: Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie; 2013 [Geraadpleegd op 27 september 2017]. Beschikbaar via: https://www.fysionet-evidencebased.nl/images/pdfs/beweeginterventies/standaard_overgewicht_en_obesitas_bij_kinderen.pdf.
26. Yu CC, Sung RY, So RC, Lui KC, Lau W, Lam PK. Effects of strength training on body composition and bone mineral content in children who are obese 2005; 19(3):[667-72 pp.].
27. Prins RG, Mohnen SM, Lenthe van FJ, Brug J, Oenema A. Are neighbourhood social capital and availability of sports facilities related to sports participation among

- Dutch adolescents? International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity 2013;9(90).
28. Cortenreadt J. Centercourt Kerkrade: sport, kennis en gezondheid bij elkaar. [Internet]. [Geraadpleegd op 4 juli 2017]. Beschikbaar via: <http://archieff.iba-parkstad.nl/nl/archief/chapeau-magazine-center-court>.
 29. Moser A, Korstjens I. Series: Practical guidance to qualitative research. Part 1: Introduction. European Journal of General Practice. 2017;23(1):271-3.
 30. Wu YP, Thompson D, Aroian KJ, McQuaid EL, Deatrick JA. Commentary: Writing and Evaluating Qualitative Research Reports. 2016;41(5):49-505.
 31. Adlit SBO project. Methodegids voor onderzoek bij kinderen en jongeren: een onderzoeksrapport in het kader van het Adlit SBO project [Internet]: Adlit; 2016 [Geraadpleegd op 31 december 2017]. Beschikbaar via: <http://docplayer.nl/18331130-Methodegids-voor-onderzoek-bij-kinderen-en-jongeren-een-onderzoeksrapport-in-het-kader-van-het-adlit-sbo-project.html>.
 32. Martin B, Hanington B. Universal methods of design: 100 ways to research complex problems, develop innovative ideas, and design effective solutions Beverly, MA: Rockport; 2012.
 33. Kruger R, Casey M. Focus groups: a practical guide for applied research. Thousand Oaks (CA): Sage 2015.
 34. Barbour RS, Kitzinger J. Developing focus group research. Politics, theory and practice London: Sage; 1999.
 35. Boeije H. Analyseren in kwalitatief onderzoek: denken en doen. Tweede druk ed. Den Haag: Boom Lemma uitgevers 2014.
 36. Moser A, Korstjens I. Series: Practical guidance to qualitative research. Part 3: Sampling, data collection and analysis European Journal of General Practice 2017;24(1):9-18.
 37. Brug J, van Assema P, Lechner L. Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering: een planmatige aanpak Assen: Drukkerij Van Gorcum 2017.
 38. de Vries H, Dijkstra M, Kuhlman P. Self-efficacy: the third factor besides attitude and subjective norm as a predictor of behavioural intentions Health Education research 1988;3(3):273-82.
 39. Zwerver F, Schellart AJ, J.R. A, Rammeloo KC, van der Beek AJ. Intervention mapping for the development of a strategy to implement the insurance medicine guidelines for depression BMC Public Health. 2011;5(11):9.
 40. Maso I, Smaling A. Kwalitatief onderzoek: praktijk en theorie. Amsterdam: Boom; 1998.
 41. Elo S, Kyngäs H. The qualitative content analysis process JAN research methodology 2008;62(1):107-15.
 42. de Boer F, Smaling A. Benaderingen in kwalitatief onderzoek: een inleiding. Den Haag: Boom Lemma uitgevers 2011.
 43. Baarda DB, Bakker E, Fischer T, Julsing M, Peters V, van der Velden T, et al. Basisboek kwalitatief onderzoek: handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek. Houten: Noordhoff Uitgevers Groningen; 2013.
 44. Moser A, Korstjens I. Series: Practical guidance to qualitative research. Part 4: Trustworthiness and publishing European Journal of General Practice. 2017;24(1):120-4.
 45. Hess DR. How to write an effective discussion Respir Care. 2004;49(10):1238-1241.
 46. Loket gezond leven. Fysieke- en sociale omgeving voor jeugd RIVM; 2018 [Geraadpleegd op 30 april 2018] Beschikbaar via: <https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/sport-en-bewegen/een-integrale-aanpak/pijler-fysieke-en-sociale-omgeving/jeugd>.
 47. Gezondheidsraad. Beweegredenen: de invloed van de gebouwde omgeving op ons beweeggedrag Den Haag Gezondheidsraad, Health Council of the

Netherlands; 2010 [Geraadpleegd op 30 april 2018]. Beschikbaar via:
https://www.gezondheidsraad.nl/sites/default/files/Beweegredenen_201004_2.pdf.

48. Frelie M, Janssens J, van Schendel M, van der Meulen R, Luijt R. Een onderzoek naar het sport- en beweeggedrag van kinderen. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut 2007 [Geraadpleegd op 30 april 2018]. Beschikbaar via:
http://www.mrtinbeweging.net/sites/default/files/2007_onderzoek_wat_beweegt_kinderen.pdf.

49. Jantje Beton. Buitenspelen: onderzoek 2018. Amsterdam: Kantar Public; 2018 [Geraadpleegd op 30 april 2018]. Beschikbaar via:
<https://jantjebeton.nl/uploads/files/Onderzoek%20Buitenspelen%202018%20-%20Jantje%20Beton.pdf>.

Bijlagen

In dit hoofdstuk worden alle bijlagen beschreven.

Bijlage 1: Informatie- en toestemmingsbrief directeuren

Betreft: Afstudeeronderzoek Zuyd Hogeschool: wensen en ideeën van kinderen in Kerkrade ten aanzien van een actieve leefstijl
Van: Dian Dubislav, Emily van Esbroeck, Camilla Maas

Heerlen, 17 januari 2018

Geachte heer/mevrouw,

Wij zijn vierdejaars studenten van de opleiding fysiotherapie. Ons onderzoek is in opdracht van het lectoraat *Voeding, Leefstijl en Bewegen van Zuyd Hogeschool*. Bewegen is belangrijk. Uit onderzoek blijkt dat veel kinderen in Kerkrade te weinig bewegen. Om kinderen te stimuleren om te blijven bewegen of meer te gaan bewegen is het van belang om goed aan te sluiten bij de belevingswereld en wensen van de kinderen. In het kader van ons afstudeeronderzoek willen wij kinderen van uw basisschool deel laten nemen aan ons onderzoek. Ons onderzoek heeft als doel het in kaart brengen van de achterliggende ‘beweeg’-redenen van kinderen (en ouders) waarom kinderen wel/ niet (voldoende) bewegen. Daarnaast willen wij wensen en ideeën in kaart brengen van kinderen in Kerkrade ten aanzien van een actieve leefstijl en -omgeving.

Wat houdt deelname aan dit onderzoek precies in?

Graag willen wij langskomen op uw school en kinderen benaderen die in groep 8 zitten. Wij willen op een interactieve manier kennis maken met de kinderen en op een actieve manier ons onderzoek introduceren en hopelijk de interesse wekken van de kinderen. Aan de kinderen wordt een informatiebrief meegegeven voor de ouders, waarin wij de ouders om toestemming vragen voor deelname aan het onderzoek. Indien de school in bezit is van een digitaal communicatiesysteem, kan via deze weg een- of tweemaal een herinnering worden gestuurd naar de ouder(s)/ verzorger(s). Daarnaast zal aan de docenten worden gevraagd of zij gedurende de week de kinderen een of twee mondelinge herinneringen willen geven voor het retourneren van de formulieren. Alleen kinderen die toestemming hebben om mee te doen, zullen wij in kleine groepen interviewen om te onderzoeken wat de wensen en ideeën zijn ten aanzien van een actieve leefstijl en -omgeving. Ook willen wij

onderzoeken wat de beweegredenen zijn. In ons onderzoek willen wij ook de rol van ouders meenemen. Dit zal gedaan worden aan de hand van een vragenlijst voor ouders, die wij toevoegen aan de informatiebrief voor de ouders. De focusgroepen zullen indien mogelijk plaatsvinden op een woensdagmiddag aansluitend na schooltijd. De kinderen zullen een gezonde lunch aangeboden krijgen, waarna de focusgroep van start zal gaan. De kinderen zullen rond 15.00 uur klaar zijn.

Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek is het in kaart brengen waarom kinderen uit Kerkrade weinig bewegen en wat hun gedachten, wensen en behoeften zijn ten aanzien van een actieve leefstijl en –omgeving.

Waarom groep 8?

Uit literatuuronderzoek blijkt dat naarmate kinderen ouder worden, ze steeds minder gaan bewegen. Er is gekozen voor kinderen van groep 8, omdat zij net voor de leeftijdscategorie vallen waarin een dalende trend is te zien.

Privacy

Dit onderzoek is goedgekeurd door de Medisch Ethische Toetsingscommissie. De gegevens zullen anoniem verwerkt worden, dit wil zeggen dat de resultaten worden gepresenteerd zonder vermelding van persoonlijke gegevens zoals naam en adres.

Toestemming

Om het onderzoek in uw school te mogen uitvoeren is tevens ook toestemming nodig van u als schooldirecteur. Ons verzoek aan u is of u, nadat u deze informatie heeft gelezen, toestemming wilt verlenen. Hiervoor dient u bijgaand toestemmingsformulier in te vullen, te ondertekenen en te retourneren aan onderstaand adres.

Mocht u vragen hebben naar aanleiding van deze brief, dan kunt u contact opnemen met ondergetekende.

Met vriendelijke groeten,

Dian Dubislav, Emily van Esbroeck en Camilla Maas

**Dian Dubislav, Emily van Esbroeck, Camilla Maas | student Fysiotherapie |
Faculteit Gezondheid en Zorg |
Hogeschool Zuyd**

Privé | Pater Pelzersstraat 19, 6125 CC Obbicht

☐ (06) 57837942 | ☐☐ diandubislav@hotmail.com

Toestemmingsformulier

Hierbij geef ik toestemming voor deelname aan het onderzoek van de basisschool
..... Ik ben over het onderzoek
geïnformeerd en ben in de gelegenheid gesteld om vragen te stellen. Medewerking
is vrijwillig en verplicht tot niets. Terugtrekking is altijd mogelijk zonder opgave van
reden en heeft geen gevolgen voor het onderwijs of voor mijn beoordeling.

De resultaten van het onderzoek zullen anoniem verwerkt worden en vertrouwelijk
behandeld worden, met inachtneming van de privacy van de deelnemer.

Datum:

Naam:

Adres:

Postcode/ Plaats:

Handtekening:

.....

Bijlage 2: Vragen interactieve kennismaking 'Ren je rot'

1. Vind je bewegen leuk?
 - a. Ja
 - b. Nee
2. Vind je bewegen belangrijk?
 - a. Ja
 - b. Nee
3. Beweeg je weleens samen met gezinsleden?
 - a. Ja
 - b. Nee
4. Hoe kom jij naar school?
 - a. Lopend
 - b. Fietsend
 - c. Met de auto
 - d. Anders
5. Wat doe jij vaak na schooltijd?
 - a. Buiten activiteiten
 - b. Binnen activiteiten
 - c. Anders
6. Hoeveel uur sport jij per week?
 - a. 0 uur
 - b. 1-4 uur
 - c. 4-6 uur
 - d. > 6 uur
7. Doe je aan teamsport?
 - a. Ja
 - b. Nee
8. Is er genoeg aanbod in Kerkrade om te bewegen/sporten voor jou?
 - a. Ja
 - b. Nee
9. Ben je al eens bij 'Spacejump' geweest?
 - a. Ja
 - b. Nee
10. Ben je al eens gaan laser gamen in Kerkrade?
 - a. Ja
 - b. Nee
11. Zou je mee willen doen aan ons onderzoek?

- a. Ja
- b. Nee

Bijlage 3: Informatie- en toestemmingsbrief ouder(s)/ verzorger(s)

Betreft: Afstudeeronderzoek Zuyd Hogeschool: wensen en ideeën van kinderen in Kerkrade ten aanzien van een actieve leefstijl

Van: Dian Dubislav, Emily van Esbroeck, Camilla Maas

Heerlen, 7 februari 2018

Geachte heer/ mevrouw,

Wij zijn vierdejaars studenten van de opleiding fysiotherapie van Zuyd Hogeschool te Heerlen. Ons onderzoek is in opdracht van lectoraat *Voeding, Leefstijl en Bewegen van Zuyd Hogeschool*. Bewegen is belangrijk. Uit onderzoek blijkt dat veel kinderen in Kerkrade te weinig bewegen. Wij willen onderzoeken waarom kinderen wel of niet bewegen. Ook willen wij aan de kinderen vragen welke ideeën en wensen zij hebben ten aanzien van het sporten en bewegen. Dit kunnen ook ideeën zijn die met de omgeving (bijvoorbeeld sportvelden, gymzalen, etc.) te maken hebben. Graag willen wij de meningen en ideeën van de kinderen meenemen bij het opzetten van nieuwe programma's voor kinderen. Door kinderen hiervoor te bevragen, hopen wij dat nieuwe programma's beter aansluiten bij de kinderen. Wij hopen dat u en uw kind(eren) hierbij mee willen helpen.

Wat houdt deelname aan dit onderzoek precies in?

Wij willen een groep van 6-12 kinderen uit groep 8 bevragen. Dit willen wij doen op een woensdagmiddag op school. Het groepsinterview zal ongeveer 1 uur duren. Daarna vragen wij aan de kinderen om een korte vragenlijst in te vullen over wat en hoeveel zij aan sport/ bewegen doen. De kinderen zullen uiterlijk om 15.00 uur klaar zijn. Tussen de middag zorgen wij voor een gezonde lunch. Wij nemen dit interview op met een videocamera. De beelden en het geluid zullen niet openbaar worden getoond. Alleen wij onderzoekers zien en horen de kinderen om alles goed te kunnen verwerken. Hierbij worden geen namen genoemd. Alle uitkomsten worden zonder vermelding van de namen beschreven.

Daarnaast willen wij ook enkele gegevens van u als ouder in kaart brengen. Hiervoor vindt u een vragenlijst in deze brief. Ook bij de verwerking van de vragenlijst worden geen namen genoemd.

Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek is het in kaart brengen waarom kinderen uit Kerkrade

weinig bewegen en wat hun gedachten, wensen en ideeën zijn ten aanzien van een actieve leefstijl en -omgeving.

Waarom groep 8?

Uit onderzoek blijkt dat wanneer kinderen ouder worden, ze steeds minder bewegen. Er is gekozen voor kinderen van groep 8, omdat zij net voor de leeftijdscategorie vallen waarin een dalende lijn te zien is.

Privacy

Dit onderzoek is goedgekeurd door de Medische Ethische Toetsingscommissie. De gegevens zullen anoniem verwerkt worden. Dit wil zeggen dat de resultaten worden verwerkt zonder vermelding van persoonlijke gegevens. Het opgenomen beeld- en geluidsmateriaal zal na verwerking van de resultaten worden vernietigd.

Toestemming

Om het onderzoek te mogen uitvoeren is toestemming nodig van u als ouder/verzorger. Ons verzoek aan u is of u, nadat u deze informatie heeft gelezen, toestemming wilt verlenen voor deelname aan het onderzoek, voor u én van uw kind. Hiervoor dient u (en uw kind, indien 12 jaar) het bijgevoegde toestemmingsformulier in te vullen en te ondertekenen.

Mocht u vragen hebben naar aanleiding van deze brief, dan kunt u contact opnemen met ondergetekende.

Met vriendelijke groeten,

Dian Dubislav, Emily van Esbroeck en Camilla Maas

**Dian Dubislav, Emily van Esbroeck, Camilla Maas | student Fysiotherapie |
Faculteit Gezondheid en Zorg |**

Hogeschool Zuyd

Privé | Pater Pelzersstraat 19, 6125 CC Obbicht

☐ (06) 57837942 | ☐☐ diandubislav@hotmail.com

Toestemmingsformulier ouder/ verzorger

Hierbij geef ik wel/niet toestemming (graag omcirkelen wat van toepassing is) voor het interviewen van mijn zoon/dochter, waarbij gebruik mag worden gemaakt van (fragmenten uit) het interview met mijn zoon/dochter over beweegredenen, behoeften en wensen ten aanzien van een actieve leefstijl. De uitwerking van dit groepsinterview wordt gebruikt ten behoeve van onderwijsdoeleinden (scriptie) en ingebracht bij nieuwe projecten in Kerkrade die het bewegen van kinderen stimuleren.

Ik ben over de procedure van het interview geïnformeerd en ben in de gelegenheid gesteld om vragen te stellen.

Medewerking is vrijwillig en verplicht tot niets. Terugtrekking is altijd mogelijk zonder opgave van reden.

De uitkomsten zullen anoniem verwerkt worden en vertrouwelijk behandeld worden, met inachtneming van de privacy van de deelnemer.

Datum-....-....

Ik geef wel/niet toestemming voor deelname van mijn kind aan het onderzoek.

Naam zoon/ dochter.....

Basisschool

Plaats

Handtekening.....

Bijlage 4: Vragenlijst ouder(s)/ verzorger(s)

1. Wat is uw leeftijd?

Jaar

2. U bent een:

☐ Man

☐ Vrouw

3. Wat is uw burgerlijke staat?

☐ Getrouwd

☐ Geregistreerd partnerschap

☐ Gescheiden

☐ Ongehuwd

☐ Anders, namelijk:

4. Wat is uw hoogst behaald opleidingsniveau:

☐ Vmbo

☐ Havo

☐ Vwo

☐ Mbo

☐ Hbo

☐ Universiteit

☐ Anders, namelijk:

5. Werkt u?

☐ Nee

☐ Ja

Zo ja, hoeveel uur per week werkt u?

Uur per week

6. Wat is uw beroep:

--

7. Sport u?

☐ Nee

☐ Ja

Zo ja, welke sport(en) beoefent u en hoeveel uur per week en sport u bij een vereniging?

Sport:

Uur per week:

Vereniging ja/nee:

--	--

--	--

--	--

--	--

8. Op gemiddeld hoeveel dagen per week bent u, alles bij elkaar opgeteld, tenminste een half uur bezig met bewegen (bijvoorbeeld flinke wandeling, stevig fietsen, stofzuigen, tuinieren) en/ of sporten?

☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7

9. Werd u in uw kinderjaren gestimuleerd om te bewegen?

☐ Nee

☐ Ja, licht toe.

--

10. In welke mate is bewegen belangrijk voor u?

Helemaal niet belangrijk	Niet belangrijk	Neutraal	Belangrijk	Heel belangrijk
☐	☐	☐	☐	☐

11. In welke mate is bewegen belangrijk voor uw kind in groep 8?

Helemaal niet belangrijk	Niet belangrijk	Neutraal	Belangrijk	Heel belangrijk
☐	☐	☐	☐	☐

12. Stimuleert u het bewegen van uw kind(eren)?

☐ Nee

☐ Ja, licht toe.

13. Sport uw kind?

☐ Nee, ga door naar vraag 14.

☐ Ja, ga door naar vraag 15.

14. Wat zijn de redenen waarom uw kind niet sport (meerdere antwoorden zijn mogelijk)?

☐ Mijn kind vindt sporten niet leuk

☐ Gebrek aan faciliteiten

☐ Slechte bereikbaarheid van faciliteiten

☐ Te weinig tijd

☐ Financieel niet mogelijk

☐ Anders, namelijk:

15. Wat zijn de redenen waarom uw kind wel sport (meerdere antwoorden zijn mogelijk)?

☐ Mijn kind vindt sporten leuk

☐ Sporten is belangrijk voor de gezondheid

☐ Anders, namelijk:

16. Hoe vaak en hoeveel uur per week beweegt of sport u samen met uw kind(eren)?

Keer per week

Uur per week

Bijlage 5: Interview leidraad

Introductie:

- Welkomstwoord
- Voorstellen onderzoekers en tekenaar
- Uitleggen dat we wat willen leren van de kinderen en dat de kinderen in ons onderzoek de experts zijn
- Inhoudelijke inleiding
 - Het gaat over sporten en/ of bewegen
 - Leuke ideeën met betrekking tot bewegen in Kerkrade (bestaande activiteiten in Kerkrade, zoals 'Spacejump', laser gamen, etc. benoemen)
- Voorstelronde deelnemers

Algemene vragen om het onderwerp/ de hoofdvragen in te leiden:

1. Waarom vind je bewegen wel of niet leuk?
2. Waarom vind je bewegen wel of niet belangrijk?
3. Hoe kom jij naar school?
4. Wat doe jij vaak na schooltijd?
5. Doe je aan sport? Zo ja, welke?
6. Doe je aan teamsport?
7. Is er genoeg aanbod in Kerkrade om te bewegen/sporten voor jou?
8. Ben je al eens bij 'Spacejump' geweest?
9. Ben je al eens gaan laser gamen in Kerkrade?

Hoofdvragen:

1. Waarom beweeg je wel?
2. Waarom beweeg je weinig of niet?
3. Wat zou jij in Kerkrade willen zien waardoor je blijft bewegen of meer zou gaan bewegen?

Afsluiting:

- Dankwoord

Bijlage 6: Vragenlijst kinderen

1. Wat is je leeftijd?

Jaar

2. Je bent een:

☐ Jongen

☐ Meisje

3. Sport je?

☐ Nee

☐ Ja

Zo ja, welke sport(en) beoefen je, hoeveel uur per week en doe je dit bij een vereniging?

Sport:	Uur per week:	Bij een vereniging
		☐ ja ☐ nee
		☐ ja ☐ nee
		☐ ja ☐ nee
		☐ ja ☐ nee

4. Op gemiddeld hoeveel dagen per week ben je, alles bij elkaar opgeteld, tenminste 1 uur bezig met bewegen en/ of sporten?

☐ 0 ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7

5. Heb je broer(s) en/of zus(sen)?

☐ Nee

☐ Ja

Zo ja, hoeveel broer(s) en/ of zus(sen) heb je?

Broer(s)

Zus(sen)

6. Hoe vaak en hoeveel uur per week beweeg jij samen met je ouders en/of broers en zussen?

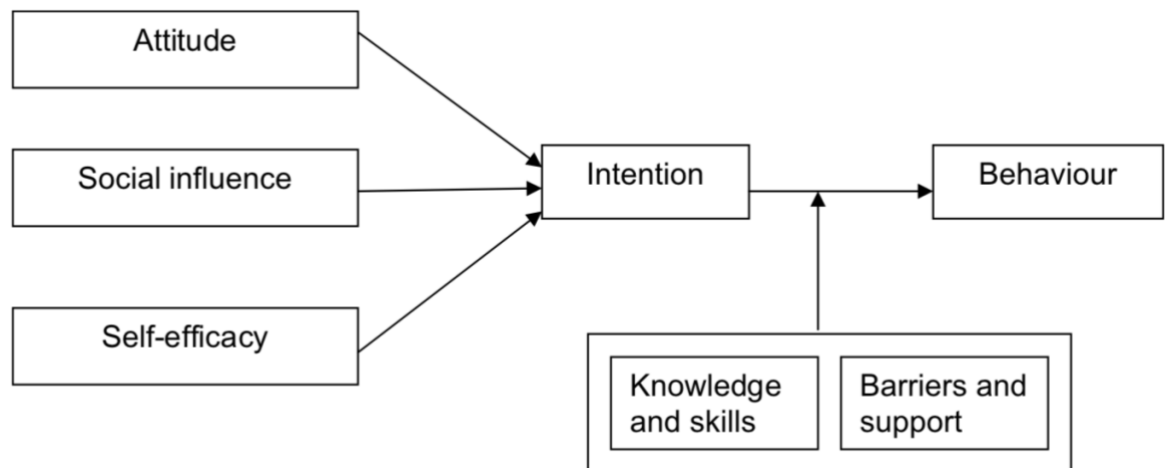
Keer per week

Uur per week

Bijlage 7: Topiclijst

<i>Tabel 4: Topiclijst.</i>	
Topic	Subtopic
Gedragintentie, motivatie	Positieve intentie Negatieve intentie Intrinsieke motivatie Extrinsieke motivatie
Attitude, uitkomstverwachtingen	Positieve attitude Negatieve attitude Cognitieve opvattingen Affectieve opvattingen Conatieve opvattingen
Subjectieve norm en ervaren sociale invloed	Verwachtingen van belangrijke anderen Sociale steun of druk Emotionele sociale steun Praktische sociale steun
Eigen-effectiviteitsverwachting of waargenomen gedragscontrole	Magnitude Generality Strength
Kennis en bewustzijn	Kennis die mensen bewust maakt van de relatie tussen een gedrag en een risico Kennis over hoe je zou kunnen veranderen Theoretisch diepgaande kennis zoals de wetenschappelijke kennis
Omgeving	Fysieke omgeving Sociale omgeving Economische omgeving Politieke omgeving

Bijlage 8: Het ASE-model



Figuur 2: Het ASE-model, volgens De Vries (38, 39)

Bijlage 9: Uitleg (sub)topics

Tabel 5: Uitleg (sub)topics (37).	
(Sub)topics	Uitleg
Gedragsintentie	De bereidheid van de kinderen om beweeggedrag te vertonen
<i>Positieve intentie</i>	De positieve bereidheid van de kinderen om beweeggedrag te vertonen
<i>Negatieve intentie</i>	De negatieve bereidheid van de kinderen om beweeggedrag te vertonen
Motivatie	De sterkte van de gedrevenheid van een kind om het beweeggedrag uit te voeren
<i>Intrinsieke motivatie</i>	De sterkte van de gedrevenheid die vanuit het kind zelf komt om beweeggedrag uit te voeren
<i>Extrinsieke motivatie</i>	De sterkte van de gedrevenheid die vanuit iets of iemand anders komt om beweeggedrag uit te voeren
Attitude	De gedragingen van kinderen die hebben geleid tot uitkomsten ten aanzien van bewegen
<i>Positieve attitude</i>	De gedragingen van kinderen die hebben geleid tot positieve uitkomsten ten aanzien van bewegen
<i>Negatieve attitude</i>	De gedragingen van kinderen die hebben geleid tot negatieve uitkomsten ten aanzien van bewegen
Uitkomstverwachtingen	Specifieke opvattingen die kinderen verbinden aan het beweeggedrag
<i>Cognitieve opvattingen</i>	Opvattingen die te maken hebben met kennis
<i>Affectieve opvattingen</i>	Opvattingen die te maken hebben met emotie en gevoel
<i>Conatieve opvattingen</i>	Opvattingen die betrekking hebben op gedrag en daarmee de neiging om tot actie te komen.
Subjectieve norm en ervaren sociale invloed	Verwachtingen van belangrijke anderen
<i>Verwachtingen van belangrijke anderen</i>	
<i>Sociale steun of druk</i>	
<i>Emotionele sociale steun</i>	
<i>Praktische sociale steun</i>	

<i>Eigen-effectiviteitsverwachting of waargenomen gedragscontrole</i>	De mate waarin de kinderen verwachten het beweeggedrag zelf te kunnen uitvoeren of de controle die het kind zelf denkt te hebben over de uitvoering van het beweeggedrag
<i>Magnitude</i>	De inschatting die de kinderen maken over de moeilijkheid van de vaardigheden die ze nodig hebben om te kunnen bewegen
<i>Generality</i>	Een inschatting die de kinderen maken van de problemen die hetzelfde beweeggedrag met zich mee kan brengen in verschillende situaties
<i>Strength</i>	De mate van vertrouwen in het beweeggedrag die de kinderen hebben om het zelf te kunnen uitvoeren
<i>Kennis en bewustzijn</i>	De informatie die kinderen inbrengen over gezondheid, ziekte en de gezondheidsrisico's die bepaald beweeggedrag met zich meebrengt
<i>Kennis die mensen bewust maakt van de relatie tussen een gedrag en een risico</i>	
<i>Kennis over hoe je zou kunnen veranderen</i>	
<i>Theoretische diepgaande kennis zoals de wetenschappelijke kennis</i>	
<i>Omgeving</i>	
<i>Fysieke omgeving</i>	De middelen of mogelijkheden die de omgeving aanbiedt om beweeggedrag uit te voeren
<i>Sociale omgeving</i>	De sociale context waarin het beweeggedrag wordt uitgevoerd
<i>Economische omgeving</i>	De kosten die gerelateerd zijn aan het beweeggedrag
<i>Politieke omgeving</i>	Factoren vanuit de politiek die het beweeggedrag van kinderen beïnvloeden

Bijlage 10: Gegevens onderzoekspopulatie kinderen

Tabel 6: Gegevens onderzoekspopulatie.

Participant*	Geslacht (J/M**)	Leeftijd (in jaren)	Sporten		
			Wel/ niet	Aantal uur per week	Vereniging
UR 1	J	11	Wel	2 ½	Ja
UR 2	M	11	Wel	2 ½	Ja
UR 13	J	12	Wel	3	Ja
UR 17	J	12	Wel	2 ½	Ja
UR 18	J	12	Wel	5	Ja
UR 19	J	12	Wel	12	Ja
UR 27	M	12	Wel	6 ½	Ja
UR 31	M	11	Wel	4	Ja
UR 32	M	11	Wel	1	Ja
SP 3	M	11	Wel	3 ¾	Ja
SP 16	M	12	Wel	3	Ja
SP 17	J	11	Wel	5	Nee
SP 20	M	11	Niet	0	Nee
SP 32	M	12	Wel	2	Nee
SP 33	M	12	Wel	2	Ja
SP 36	J	11	Wel	4	Ja
SP 37	M	12	Wel	5 ½	Ja
SP 41	M	11	Wel	5 ½	Ja
SP 42	M	12	Niet	0	Nee
SP 43	J	11	Wel	3	Ja
SP 44	J	12	Wel	7 ½	Ja
DI 3	M	12	Wel	8	Ja
DI 5	M	11	Niet	0	Nee
DI 10	J	11	Wel	6	Ja
DI 11	M	12	Niet	0	Nee
DI 12	M	12	Wel	1	Ja
DI 15	M	12	Niet	0	Nee

DI 20	J	12	Wel	1	Ja
-------	---	----	-----	---	----

UR/SP/DI: code participant*

*J/M**: Jongen/meisje*

Bijlage 11: Antwoorden vragenlijsten ouder(s)/ verzorger(s)

<i>Tabel 7: Hoogst behaald opleidingsniveau ouder(s)/ verzorger(s).</i>	
Code ouder	Wat is uw hoogst behaald opleidingsniveau?
UR 1	Anders, huishoudschool
UR 2	Hbo
UR 3*	Vmbo
UR 5*	Hbo
UR 8*	Mbo
UR 10*	Mbo
UR 13	Universiteit
UR 17	Mbo
UR 18	Hbo
UR 19	Hbo
UR 22*	Vwo
UR 23*	Hbo
UR 27	Mbo
UR 31	Hbo
UR 32	Universiteit
SP 3	Vmbo
SP 16	Hbo
SP 17	Universiteit
SP 20	Hbo
SP 24*	Mbo
SP 26*	Mbo
SP 32	Mbo
SP 33	Mbo
SP 36	Anders, master degree
SP 37	Mbo
SP 41	Mbo
SP 42	Hbo
SP 43	Hbo

SP 44	Mbo
DI 3	Hbo
DI 5	Hbo
DI 7*	Universiteit
DI 10	Hbo
DI 11	Mbo
DI 12	Vmbo
DI 15	Hbo
DI 20	Mbo

** Gegevens van ouder/verzorger van kind dat niet heeft deelgenomen aan het onderzoek*

Tabel 8: Gegevens werk ouder(s)/ verzorger(s).

Code ouder	Werkt u?	Hoeveel uur per week werkt u?	Wat is uw beroep?
UR 1	Nee		
UR 2	Ja	40	Information Security Specialist
UR 3*	Ja	32	Werk in de logistiek
UR 5*	Nee		Informaticus
UR 8*	Ja	24	Administratief medewerker
UR 10*	Ja	30	Ondernemer
UR 13	Nee		
UR 17	Ja	36	Leidinggevende
UR 18	Ja	24	Communitieitsmedewerkster
UR 19	Ja	30	Horecamedewerkster
UR 22*	Nee		Verpleegkundige
UR 23*	Ja	36	Bureauhoofd buitendienst
UR 27	Ja	20	Verkoopmedewerkster
UR 31	Ja	40	Verloskundige
UR 32	Ja	40	Consultant
SP 3	Ja	32	Kapster
SP 16	Ja	32	Financial controller
SP 17	Ja	40	Restauranteigenaar
SP 20	Ja	28	Psychiatrisch verpleegkundige
SP 24*	Ja	24	Verzorgende IG
SP 26*	Ja	14	Kapster
SP 32	Ja	28	Verpleegkundige
SP 33	Ja	28	Verpleegkundige
SP 36	Ja	28	Ambulant woonbegeleider
SP 37	Ja	20	Housekeeping
SP 41	Ja	45	Testerline Nedcar
SP 42	Ja	24	PA
SP 43	Ja	24	Leerkracht PO

SP 44	Ja	24	Customer service representative
DI 3	Ja	30	Verpleegkundige
DI 5	Ja	45	Logistiek Supervisor
DI 7*	Nee		
DI 10	Ja	32	Leidinggevende
DI 11	Nee		
DI 12	Nee		Thuishulp/zorg
DI 15	Ja	18	Kassamedewerkster
DI 20	Ja	16	Secretaresse

* Gegevens van ouder/verzorger van kind dat niet heeft deelgenomen aan het onderzoek

Tabel 9: Gegevens sporten ouder(s)/ verzorger(s).

Code ouder	Sport u?	Hoeveel uur per week sport u?	Sport u bij een vereniging?
UR 1	Nee		
UR 2	Ja	11 uur	Nee
UR 3*	Ja	3 uur	Nee
UR 5*	Ja	3 uur	Nee
UR 8*	Nee		
UR 10*	Ja	4 uur	Nee
UR 13	Ja	9 uur	Nee
UR 17	Nee		
UR 18	Nee		
UR 19	Nee		
UR 22*	Nee		
UR 23*	Ja	6 uur	Ja
UR 27	Ja	1 uur	Nee
UR 31	Ja	1 ½ uur	Ja
UR 32	Ja	1 ½ uur	Ja
SP 3	Ja	4 uur	Ja
SP 16	Ja	2 uur	Ja
SP 17	Nee		
SP 20	Nee		
SP 24*	Ja	4 ½ uur	Nee
SP 26*	Ja	6 uur	Nee
SP 32	Nee		
SP 33	Nee		
SP 36	Nee		
SP 37	Ja	3 uur	Nee
SP 41	Nee		
SP 42	Ja	3 uur	Ja
SP 43	Nee		
SP 44	Nee		

DI 3	Nee		
DI 5	Nee		
DI 7*	Nee		
DI 10	Ja	3 uur	Ja
DI 11	Nee		
DI 12	Nee		
DI 15	Nee		
DI 20	Ja	2 uur	Ja

* Gegevens van ouder/verzorger van kind dat niet heeft deelgenomen aan het onderzoek

Tabel 10: Aantal dagen waarop gemiddeld een half uur wordt bewogen en/of gesport.

Code ouder	Op gemiddeld hoeveel dagen per week bent u, alles bij elkaar opgeteld, tenminste een half uur bezig met bewegen en/of sporten?
UR 1	1
UR 2	7
UR 3*	6
UR 5*	4
UR 8*	0
UR 10*	2
UR 13	6
UR 17	6
UR 18	4
UR 19	4
UR 22*	7
UR 23*	6
UR 27	6
UR 31	7
UR 32	7
SP 3	5
SP 16	5
SP 17	5
SP 20	5
SP 24*	5
SP 26*	7
SP 32	5
SP 33	5
SP 36	3
SP 37	5
SP 41	7
SP 42	4
SP 43	7
SP 44	3

DI 3	7
DI 5	5
DI 7*	7
DI 10	6
DI 11	6
DI 12	7
DI 15	7
DI 20	4

** Gegevens van ouder/verzorger van kind dat niet heeft deelgenomen aan het onderzoek*

Tabel 11: Gegevens stimulatie van bewegen in kinderjaren.

Code ouder	Werd u in uw kinderen jaren gestimuleerd om te bewegen? Zo ja, licht toe.
UR 1	Nee
UR 2	Ja, voetbal, vechtsporten
UR 3*	Ja, buitenspelen en voetballen
UR 5*	Ja, door school, door mezelf. Ik vond sporten leuk.
UR 8*	Nee
UR 10*	Nee
UR 13	Ja, ik deed aan klassiek ballet
UR 17	Ja, zwemmen
UR 18	Ja, ballet gedaan
UR 19	Ja, sporten is goed voor de gezondheid
UR 22*	Ja, turnen en paardrijden
UR 23*	Ja, voldoende sport uitoefenen
UR 27	Nee
UR 31	Nee
UR 32	Ja, vroeger veel gevoetbald en getraind
SP 3	Ja, mijn moeder deed zelf ook aan sport
SP 16	Ja, veel op de fiets of te voet
SP 17	Ja
SP 20	Ja, 2 keer per week judo, 2 keer per week ballet, dit ging makkelijk omdat moeder niet werkte
SP 24 *	Ja, voetbalclub→ door ouders, Kung fu en breakdance→ eigen interesse
SP 26*	Nee
SP 32	Ja, veel verschillende sporten gedaan
SP 33	Ja, verschillende sporten gedaan
SP 36	Ja, veel buitenspelen, sporten
SP 37	Ja, volleybal, dansen en scouting
SP 41	Ja, turnen
SP 42	Ja, moeder is een wervelwind → aanstekelijk
SP 43	Ja

SP 44	Ja, zwemmen, judo, turnen, paardrijden
DI 3	Ja, was vanzelfsprekend dat je buiten speelde en een sportclub had
DI 5	Nee
DI 7*	Ja, op school hadden we elke ochtend oefeningen die duurden een half uur. We hadden ook twee keer per week (vier uur) op school gymnastiek, dit was verplicht voor alle leerlingen op de basisschool.
DI 10	Ja, lidmaatschap sportverenigingen, op de fiets naar school en sport
DI 11	Ja, sporten hoorde er gewoon bij
DI 12	Ja, heel veel sporten beoefend. Vonden ouders belangrijk ook om te ontdekken wat vind ik leuk
DI 15	Ja, turnen
DI 20	Ja, 2x per week gymnastiek

* Gegevens van ouder/verzorger van kind dat niet heeft deelgenomen aan het onderzoek

Tabel 12: Mate van belangrijkheid van bewegen.

Code ouder	In welke mate is bewegen is belangrijk voor u?	In welke mate is bewegen belangrijk voor uw kind?
UR 1	Belangrijk	Belangrijk
UR 2	Belangrijk	Belangrijk
UR 3*	Heel belangrijk	Heel belangrijk
UR 5*	Heel belangrijk	Belangrijk
UR 8*	Belangrijk	Belangrijk
UR 10*	Neutraal	Belangrijk
UR 13	Neutraal	Belangrijk
UR 17	Belangrijk	Belangrijk
UR 18	Belangrijk	Heel belangrijk
UR 19	Heel belangrijk	Heel belangrijk
UR 22*	Neutraal	Belangrijk
UR 23*	Heel belangrijk	Heel belangrijk
UR 27	Heel belangrijk	Heel belangrijk
UR 31	Heel belangrijk	Heel belangrijk
UR 32	Belangrijk	Belangrijk
SP 3	Heel belangrijk	Heel belangrijk
SP 16	Heel belangrijk	Heel belangrijk
SP 17	Belangrijk	Belangrijk
SP 20	Heel belangrijk	Heel belangrijk
SP 24*	Belangrijk	Belangrijk
SP 26*	Belangrijk	Neutraal, ik zou graag zien dat hij meer beweegt
SP 32	Heel belangrijk	Heel belangrijk
SP 33	Heel belangrijk	Heel belangrijk
SP 36	Belangrijk	Belangrijk
SP 37	Belangrijk	Belangrijk
SP 41	Belangrijk	Belangrijk
SP 42	Belangrijk	Belangrijk
SP 43	Heel belangrijk	Heel belangrijk

SP 44	Heel belangrijk	Heel belangrijk
DI 3	Belangrijk	Heel belangrijk
DI 5	Belangrijk	Belangrijk
DI 7*	Belangrijk	Belangrijk
DI 10	Belangrijk	Heel belangrijk
DI 11	Neutraal	Neutraal
DI 12	Neutraal	Belangrijk
DI 15	Belangrijk	Belangrijk
DI 20	Neutraal	Belangrijk

** Gegevens van ouder/verzorger van kind dat niet heeft deelgenomen aan het onderzoek*

Tabel 13: Gegevens stimulatie van bewegen bij kind(eren).

Code ouder	Stimuleert u het bewegen van uw kind(eren), zo ja, licht toe.
UR 1	Ja, hij sport 2 keer per week, kickboksen
UR 2	Ja, bepaalde afstanden moet ze te voet/ te fiets afleggen. (i.t.t. overal met de auto naartoe gebracht te worden)
UR 3*	Ja, we hebben samen een abonnement bij "Basicfit". Ze danst drie uur per week.
UR 5*	Ja, voetbal drie keer in de week. Halen en brengen. Ook buitenspelen/sporten.
UR 8*	Ja, vind dit belangrijk zodat ze met andere kinderen in contact komen en niet hele dagen voor beeldscherm zitten
UR 10*	Ja
UR 13	Ja, ze moeten een sport beoefenen
UR 17	Ja, zit op kickboksen en heeft gevoetbald bij een vereniging
UR 18	Ja, beweging is belangrijk
UR 19	Ja, zeggen dat sporten gezond is
UR 22*	Ja, iedere dag met de fiets naar school, sporten, vereniging
UR 23*	Ja, voldoende sport, buitenspelen, wandelen
UR 27	Ja, vaker de fiets pakken of lopen i.p.v. alles met de auto
UR 31	Ja, bewegen is gezond, zowel mentaal als fysiek
UR 32	Ja, ze moeten minimaal 1 sport beoefenen
SP 3	Ja, ze zit op dans in een selectiegroep
SP 16	Ja, te sporten, buiten spelen en zoveel mogelijk te voet of op de fiets
SP 17	Ja
SP 20	Ja, lopen naar de winkel, wandelen, Just Dance elke dag 30 min
SP 24*	Ja, afgelopen 3 jaar heeft SP 24 atletiek gedaan. Op dit moment kijken we of SP 24 eventueel danslessen gaat volgen. SP 24 is enthousiast om dit te gaan doen. SP 24 is erg creatief en levendig en ze volgt theater lessen.
SP 26*	Ja, met de fiets naar school, wandelen met hond, sporten
SP 32	Ja, te voet naar school, twee keer per week sporten
SP 33	Ja, te voet naar school, twee keer per week sporten
SP 36	Ja, wandelen, fietsen, sporten
SP 37	Ja, actief paardrijden, naar school fietsen, handboogschieten, scouting
SP 41	Ja, meer lopen

SP 42	Ja, spoor ze aan echter door praktische redenen niet altijd goed mogelijk
SP 43	Ja
SP 44	Ja, kinderen beoefenen een sport
DI 3	Ja, fietsen, lopen, sporten, buitenspelen, zwemmen, actief bezig zijn en beperkte beeldscherm tijd
DI 5	Ja, zoveel mogelijk met de fiets naar school, lopend naar oppas en/of oma, buitenspelen i.p.v. internet, wandelen etc.
DI 7*	Ja, ik vraag aan mijn kind om samen met mij te gaan wandelen of boodschappen te doen of winkelen of fietsen naar het bos
DI 10	Ja, we stimuleren fietsen, sporten
DI 11	Ja, hebben meerdere sporten beoefend en nu vooral het bewegen door buiten te spelen
DI 12	Ja, uitleg geven hoe belangrijk ons lichaam is, dus moeten wij bijhouden en goed verzorgen, dus bewegen gezond eten
DI 15	Ja, door buiten te spelen, naar de winkel gaan, met de hond wandelen, mee op te ruimen
DI 20	Ja, sporten, fietsen, wandelen

* Gegevens van ouder/verzorger van kind dat niet heeft deelgenomen aan het onderzoek

Tabel 14: Gegevens over sport van kind.

Code ouder	Sport uw kind?	Wat zijn de redenen waarom uw kind wel of niet sport?
UR 1	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk
UR 2	Nee	- Anders, namelijk: ze krijgt genoeg beweging bij bijvoorbeeld scouting
UR 3*	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
UR 5*	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
UR 8*	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk
UR 10*	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk
UR 13	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Anders, namelijk: hij moet
UR 17	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
UR 18	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid - Anders, namelijk: energie kwijtraken
UR 19	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
UR 22*	Ja	- Anders, namelijk: Houdt van paarden
UR 23*	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
UR 27	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
UR 31	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
UR 32	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
SP 3	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk
SP 16	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
SP 17	Ja	- Sporten is belangrijk voor de gezondheid
SP 20	Nee	- Te weinig tijd - Anders, namelijk: beide ouders werkzaam in noodhulpverlening
SP 24*	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Positieve sociale invloed
SP 26*	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk
SP 32	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
SP 33	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid

SP 36	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid - Positieve sociale invloed
SP 37	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid - Positieve sociale invloed
SP 41	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
SP 42	Nee	- Slechte bereikbaarheid - Anders, namelijk: woon in andere plaats dan school + kind is kieskeurig met wensen
SP 43	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid - Positieve sociale invloed
SP 44	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid - Positieve sociale invloed
DI 3	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid - Positieve sociale invloed
DI 5	Nee	- Anders, namelijk: nog geen sport ontdekt die DI 5 in vereniging wil doen
DI 7*	Nee	- Gebrek aan faciliteiten
DI 10	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
DI 11	Nee	- Slechte bereikbaarheid van faciliteiten - Te weinig tijd - Financieel niet mogelijk
DI 12	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid
DI 15	Ja	- Sporten is belangrijk voor de gezondheid
DI 20	Ja	- Mijn kind vindt sporten leuk - Sporten is belangrijk voor de gezondheid

* Gegevens van ouder/verzorger van kind dat niet heeft deelgenomen aan het onderzoek

Bijlage 12: Codeerboom

Tabel 15: Codeerboom.

Topic	Subtopic	Code	Citaat
Gedragsintentie, motivatie	Positieve intentie	Blij	<i>“Waarom vind je bewegen wel of niet leuk? (...) Ik heb, omdat ik er blij van word (...).”</i>
		Losgaan	<i>“Waarom vind je bewegen wel of niet leuk? (...) Ik vind het wel leuk om te doen, omdat je (...) helemaal los kunt gaan.”</i>
		Kick	<i>“(...) ik doe een sport die ik leuk vind. Dus het geeft je dan ook (...) de kick (...).”</i>
		Graag sport beoefenen	<i>“Waarom beweeg je wel? (...) omdat ik graag een sport beoefen (...).”</i>
		Leuk	<i>“Ik vind bewegen superleuk (...).”</i>
		Gezellig	<i>“Zien jullie verschil in alleen bewegen of, uh, samen bewegen? (...) en het is ook gewoon gezellig (...).”</i>
		Zin hebben in	<i>“Nou, ik had vanmorgen echt superveel zin om te gymmen (...).”</i>

		Niet leuk	<i>“(...) ik zou echt niet een hele dag willen gamen, dat zou ik ook niet leuk vinden.”</i> <i>“(...) ik vind bijvoorbeeld alleen maar stilzitten (...) dat vind ik niet leuk.”</i>
	Negatieve intentie	Daar niets mee hebben	<i>“(...) in de buurt is er een voetbalveld, maar daar heb ik niet echt iets mee (...)”</i>
		Niet veel tijd willen doorbrengen	<i>“En speeltuinen (...) maar het is wel niet waar ik veel tijd wil doorbrengen.”</i>
		Niet leuk	<i>“Oké, mensen bewegen soms niet, omdat ze het niet leuk vinden (...)”</i> <i>“(...) ik vind buitenspelen niet meer heel leuk (...)”</i> <i>“Als je bijvoorbeeld, uh, alleen sport, zeg maar, dat is dan ook niet zo heel leuk, want dan moet je alles alleen doen (...)”</i>

		Geen zin hebben	<i>“(...) want dan is het heel koud (...) maar dan heb ik ook niet zoveel zin om iets te doen (...)”</i>
		Niet boeien	<i>“Ik denk dat mensen niet zo snel gaan bewegen om sommige boeit het niet (...)”</i>
		Superstom	<i>“Maar daar is ook niks, dus dat is eigenlijk superstom dat je dan niet kunt doen wat je moet doen.”</i>
		Saai	<i>“(...) dan denk je van saai, ik ga hier nooit meer naartoe.”</i>
		Kinderachtig	<i>“(...) de speeltuinen (...) kinderachtig ofzo (...)”</i>
		Vervelend	<i>“(...) kinderen die dan het te moeilijk vonden en dan moet je met hun meegaan naar het makkelijke niveau en dan is dan vervelend (...)”</i>
	Positieve intrinsieke motivatie	Je kan alles doen	<i>“Waarom vind je bewegen wel of niet leuk? (...) omdat je alles kan doen.”</i>
		Gezondheid	<i>“(...) ik beweeg, omdat</i>

			<i>ik dan gezond blijf.”</i> <i>“Als ik ouder ben, wil ik gewoon nog dingen kunnen, die bepaalde mensen niet kunnen.”</i>
		Energie	<i>“Ik vind bewegen wel leuk, omdat ik dan al mijn energie lekker kan uiten.”</i> <i>“(…) omdat je dan fit wordt en niet lui op de bank zit.”</i>
		Fysieke gesteldheid	<i>“(…) zodat ik fit blijf.”</i> <i>“(…) ik beweeg zodat ik (…) een betere conditie krijg.”</i> <i>“Ik beweeg, omdat ik actief en (…)”</i>
		Gevoelens uiten	<i>“(…) of je bent heel erg kwaad, dan kan je daar zo lekker keihard tegen die matten slaan. Van al die kwaadheid of energie.”</i>

			<i>“Uh, ja, als ik een rotgevoel heb, ga ik gewoon naar een sport toe die ik echt leuk heb (...)”</i>
		Zelfverdediging	<i>“(...) omdat ik mezelf, uh, wil verdedigen (...)”</i>
		Belangrijk	<i>“Ik vind bewegen heel belangrijk (...)”</i>
		Beter in worden	<i>“(...) omdat ik (...) en misschien later beter in kan worden.”</i>
		Afleiding	<i>“(...) ik beweeg wel, omdat ik dan bezig en dan denk ik overal en dan denk ik niet, niet echt aan iets.”</i>
		Zitten	<i>“(...) dan ben ik wel degene die zegt van ja, kom we gaan nu naar buiten, want anders zitten we ook maar wat binnen (...)”</i> <i>“(...) en als je de hele tijd moet gamen dan ben je er langzaam ook wel een beetje klaar mee om de hele tijd te zitten (...)”</i>

		Tijdsbesteding	<i>“(...) ik beweeg wel, omdat ik dan bezig ben (...)”</i> <i>“(...) want vaak dan heb ik niks te doen thuis en dan ga ik vaak gewoon een beetje sporten.”</i> <i>“Ik vind bewegen belangrijk, omdat je dan meer doet dan dat je achter de tv zit.”</i>
		Alleen bewegen	<i>“(...) af en toe wil ik ook gewoon even alleen zijn.”</i>
		Uitdaging	<i>“En maakt het per se minder leuk als het zwaar is? (...) Soms leuker (...) Ja, uitdaging.”</i>
		Gewicht	<i>“Ik beweeg, omdat (...) wil afvallen.”</i> <i>“(...) ik beweeg wel, omdat ik een beetje overgewicht heb (...)”</i> <i>“(...) het is ook fijn als je, uh, beter mee kunt</i>

			<i>doen met anderen (...)</i>
		Liever buiten	<i>"Ik ben liever buiten met vrienden op de fiets, rondfietsen en zo, wat voetballen, dat heb ik liever dan dat ik alleen maar binnen zit."</i>
		Iets willen bereiken	<i>"Maar dan ga je toch, maar ja, want bijvoorbeeld ook als je iets wil bereiken."</i>
	Negatieve intrinsieke motivatie	Gamen	<i>"(...) die vinden gamen veel leuker dan bewegen."</i> <i>"Je zou niet kunnen bewegen, omdat je, je telefoon belangrijker vindt (...)"</i>
		Sportniveau	<i>"Dat gewoon de leeftijd beter verdeeld wordt (...) Ja (...) En daarom zit ik ook niet echt op een sport (...)"</i>
	Positieve extrinsieke motivatie	Invloed ouders	<i>"(...) mijn ouders (...) wilden dat ik een zwemdiploma had."</i>

			<i>“(...) als je echt een tijd hebt zolang je mag gamen, dan weet je wel van dan na die tijd ga ik eraf (...)”</i>
		Goede weersomstandigheden	<i>“(...) met mooi weer ga ik buitenspelen (...)”</i> <i>“Ik heb de fiets voor de dagen wanneer de zon schijnt.”</i>
		Seizoensgebonden factoren	<i>“(...) afgelopen zomer was ik echt bijna iedere dag (...) wel buitenspelen (...)”</i> <i>“Uh, fietsen dat doe ik altijd in de herfst, zomer en in de lente.”</i>
		Ruzie	<i>“(...) je hebt ruzie thuis gehad, dan kun je als je beweegt, dan denk je daar even niet aan (...)”</i>
		Invloed andere kinderen	<i>“(...) omdat daar heel veel kinderen zijn die altijd aan de deur staan en dan kun je bijna geen nee zeggen om buiten te spelen.”</i>

		Nieuwe materialen	<i>“(...) we fietsen veel, want ik heb pas een nieuwe fiets gekregen (...)”</i>
	Negatieve extrinsieke motivatie	Slechte weersomstandigheden	<i>“(...) als het regent, dan ga ik met de auto.”</i> <i>“In de winter, toen het echt heel koud was, toen ging ik niet naar buiten.”</i>
		Invloed ouders	<i>“Ik zit niet echt eigenlijk echt op een beweging (...) omdat mijn ouders het druk hadden (...)”</i>
		Seizoensgebonden factoren	<i>“(...) toen was het ook heel eerder donker en dan was het ook niet handig om naar buiten te gaan.”</i> <i>“Maar als ik dan bijvoorbeeld in de winter, kan ik niet altijd fietsen naar waar je sporten gaat (...)”</i>
		Invloed andere kinderen	<i>“(...) want op zaterdagavond heb ik geen of niet altijd zin om naar een training te gaan en wil ik ook weleens chillen</i>

			<i>met vrienden of vriendinnen.”</i>
		Afspraken	<i>“(...) als we bijvoorbeeld 's middags ergens heen moeten nog, bijvoorbeeld naar een GGD, dan gaan we vaak met de auto.”</i>
		Omgeving	<i>“Je beweegt niet veel? (...) Nee, omdat er niet veel dingen dicht in de buurt zijn (...)”</i>
Attitude, uitkomstverwachting	Positieve attitude	Leuke sport beoefenen	<i>“(...) ik beweeg ook, omdat ik het, ik doe een sport die ik leuk vind.”</i>
		Wat te doen hebben	<i>“(...) dat je je ook minder snel gaat vervelen als je beweegt (...)”</i>
		Energie	<i>“(...) word ik er helemaal hyper van eerst. Daarna ga ik het uiten en dan ben ik helemaal moe, daarom vind ik het wel fijn, zodat ik niet de hele dag heel erg opgewonden ben.”</i>
		Fysieke gesteldheid	<i>“(...) ik beweeg, omdat ik het leuk vind en ik krijg zo conditie.”</i>

			<i>“(...) ik, uh, vind bewegen belangrijk, omdat je altijd fitter bent overdag en niet zo snel moe.”</i>
		Slapen	<i>“(...) dan kan ik mijn energie uiten en dan slaap ik ook lekker (...)”</i>
		Afleiding	<i>“(...) je hebt ruzie thuis gehad, dan kun je als je beweegt, dan denk je daar even niet aan (...)”</i>
		Mentale gesteldheid	<i>“(...) en omdat het bewegen mij zelfverzekerd maakt.”</i> <i>“Uh, ik vind bewegen leuk, omdat ik dan al mijn energie kwijt kan en dan krijg ik daar ook weer betere zin van.”</i>
		Samen bewegen	<i>“Samen sporten vind ik leuker dan als je iets alleen moet doen, want dan leer je ook weer nieuwe mensen kennen.”</i>

			<i>“(...) en dan ben je meer met, uh, anderen bezig, dus later kun je beter met andere mensen omgaan.”</i> <i>“(...) ik denk als je dan, als je met een vriend gaat, dan ben je misschien ook wat gemotiveerder.”</i>
		Alleen bewegen	<i>“(...) het is natuurlijk niet altijd leuk om, uh, alleen te zijn, maar af en toe vind ik het ook wel fijn, want dan kan ik gewoon rustig een beetje zingen ofzo (...)”</i>
		Leren van sport	<i>“En omdat ik wat van die sport kan leren (...)”</i>
		Frisse neus halen	<i>“(...) het kan ook helpen om buiten te spelen, omdat je dan ook meer frisse lucht van buiten krijgt.”</i>
		Gevoelens uiten	<i>“(...) dan ga ik trainen en dan (...) kan ik even al die woede kwijt.”</i>

		Gewicht	<i>“(...) als je dan afvalt dan word je niet meer zo gepest.”</i> <i>“Heel veel rennen en dan val ik ook best wel veel af.”</i>
		Blijven sporten	<i>“(...) de kick om zeg maar te gaan sporten (...) daarom blijf je ook automatisch op sport (...)”</i>
	Negatieve attitude	Moeite ervoor doen	<i>“(...) en ja dan doe je daar best veel moeite voor en ja ik ben niet echt iemand die zich ergens veel moeite voor doet. Dus daarom vind ik het dan niet zo leuk.”</i> <i>“Ik vind bewegen superleuk, maar het is wel zwaar.”</i>
		Fysieke gesteldheid	<i>“(...) mensen bewegen soms niet, omdat ze het leuk vinden, omdat ze geen energie hebben en geen conditie (...)”</i>
		Niemand kennen	<i>“(...) alleen maar nieuwe kinderen en ik ken daar dus</i>

			<i>helemaal niemand en zo, daarom vond ik het ook niet heel erg leuk.”</i>
		Pesten	<i>“(...) en daarom ben ik eerst bij kinderfitness gaan, gegaan. Alleen, uh, werd ik (...) soort van, zo voelde ik het, gepest.”</i>
		Gewicht	<i>“(...) waarom iemand bewegen niet leuk vindt? (...) Misschien, omdat iemand wel te zwaar is.”</i> <i>“(...) en heel, heel veel eet dan, uh, zeg maar, dan kom heel veel aan.”</i>
		Ruzie	<i>“(...) was er best wel vaak ruzie na de gymles (...)”</i>
		Gamen	<i>“(...) als je gamet, uh, en beweegt niet dan (...) je wordt eigenlijk ook niet zelfstandig (...)”</i> <i>“(...) sommige mensen hebben geen, geen tijd of zijn</i>

			<i>gameverslaafd. ”</i>
		Geen tijd	<i>“(...) hij zegt: (...)’Ik maak dit even af en dan ga ik even naar buiten met vrienden.’, maar dan wil die, zeg maar, nog een spelletje doen (...) dus dan komt hij er eigenlijk ook niet aan toe.”</i>
		Afleiding	<i>“(...) die vinden gamen veel leuker dan bewegen. Ik denk dat die dan daar niet aan het bewegen denken (...)”</i>
		Energie	<i>“(...) en als je dan minder beweegt dan word je iets luier (...)”</i> <i>“(...) mensen bewegen soms niet, omdat ze het niet leuk vinden, omdat ze geen energie hebben (...)”</i>

		Invloed ouders	<i>“Ik kan eigenlijk niet aan sport, omdat mijn ouder die werken heel vaak langs elkaar en mijn ouders werken ook best super vaak (...).”</i> <i>“(...) maar ze gingen iets meer werken en dan gaat het eigenlijk minder.”</i>
		Alleen bewegen	<i>“(...) en als je alleen gaat, dan denk je oh ja het is niet zo gezellig.”</i>
		Samen bewegen	<i>“(...) niet handig, want dan heb je niet dezelfde snelheid als je gaat joggen (...).”</i>
		Geen frisse lucht	<i>“Mensen die niet bewegen, krijgen geen frisse lucht (...).”</i>
		Mentale gesteldheid	<i>“(...) dan als je met zo’n rotgevoel daarnaartoe gaat, dan concentreer je je ook minder goed en, uh, dat gevoel dat wordt, uh ja, beetje erger eigenlijk.”</i>
		Niets te doen hebben	<i>“(...) eigenlijk als ik mij</i>

			<i>verveel (...) en ik heb niks te doen ofzo waar ik echt naartoe moet, dan loop ik eigenlijk automatisch naar de computer ofzo (...) dan word ik eigenlijk meer lui (...)”</i>
	Cognitieve opvattingen	Gezondheid	<i>“(...) het wel belangrijk, omdat bewegen goed is voor je lichaam, hart, enzovoorts.”</i> <i>“(...) dat is dan beter voor mij. Dan krijg ik geen ernstige ziektes (...)”</i>
		Fysieke gesteldheid	<i>“Ik vind het belangrijk (...) omdat je dan gezond en fit blijft.”</i>
	Affectieve opvattingen	Positieve gevoelens	<i>“Ik vind bewegen leuk, omdat ik me dan blij voel (...)”</i> <i>“(...) als ik ga sporten dan verheug ik mij daarop om dat te gaan doen.”</i> <i>“Dan ga ik daar meestal naartoe met een rotgevoel en dan kom ik</i>

			<i>wel thuis van ja ik voel me wel iets beter."</i>
		Negatieve gevoelens	<i>"(...) maar dan ben je, dan voel ik me soms weleens een beetje eenzaam, omdat dan niemand buiten kan spelen (...)"</i> <i>"Maar voel je je dan niet op je gemak om daar te spelen? (...) Nee (...)"</i>
	Conatieve opvattingen	Actie ondernemen	<i>"(...) om te werken aan een betere conditie, omdat ik, zeg maar, het niet echt heel stuk lang kon rennen of fietsen ofzo, want dan was ik al best wel snel uitgeput."</i> <i>"(...) in de zomer dan probeer ik wel met vrienden af te spreken om naar buiten te gaan en ook mijn, echt, mijn telefoon dan thuis te laten."</i> <i>"(...) en ik heb al heel vaak gevraagd, weet</i>

			<i>je, om te sporten (...)</i>
Subjectieve norm en ervaren sociale invloed	Verwachtingen van belangrijke anderen	Invloed ouders	<i>"(...) ouders zeggen, uh, ga eens sporten (...)"</i>
		Invloed school	<i>"(...) kwam ook heel vaak op de fiets. Uh, ja, dat ik voor school heel veel dingen moest doen."</i>
	Sociale steun of druk	Sociale steun	<i>"(...) als je, zeg maar, dat dan samen doet (...) kun je ook weleens wat praten en nieuwe vrienden maken."</i> <i>"En ik vind het handig, want (...) die andere, die het me kan uitleggen of tips geven."</i>
		Sociale druk	<i>"(...) hoor je eigenlijk als die jongens van: 'Mag je maar een half uurtje? Wij mogen de hele dag.' En dat vind ik, dat vind ik overdreven (...)"</i> <i>"Dan kan ik gewoon lekker fietsen. Dan hoeven mijn ouders niet telkens tijd voor</i>

			<i>mij vrij te maken (...)</i> <i>“(...) omdat daar heel veel kinderen zijn die altijd aan de deur staan en dan kan je bijna geen nee zeggen om buiten te spelen.”</i>
	Emotionele sociale steun	Opvrolijken	<i>“(...) toen was ik met mijn vrienden en die vrolijken je wel op (...)”</i>
	Praktische sociale steun	Hulp vragen	<i>“En bij die vrienden kun je dan meestal wel hulp vragen, bijvoorbeeld financieel (...)”</i>
		Meer mogelijkheden	<i>“En waarom vind je het dan leuker om samen te bewegen? (...) je hebt meer mogelijkheden wat je kan doen (...)”</i>
		Carpoolen	<i>“Maar wij doen carpoolen bij volleybal.”</i>
Eigen-effectiviteitsverwachting of waargenomen gedragscontrole	Magnitude	Fysieke gesteldheid	<i>“Als je dan geen conditie hebt, dan houd je dat ook niet goed vol.”</i>
		Gezondheidsproblemen	<i>“(...) ik heb heel snel last van mijn hielen, want ik heb daar een</i>

			<i>ontsteking in mijn groeischijf, dus ik kan niet heel veel, heel veel rennen en sporten (...)</i>
		Invloed ouders	<i>"Ik kan eigenlijk niet aan sport doen, omdat mijn ouders, die werken heel vaak langs elkaar (...) dan kan ik wel een sport gaan doen, maar dat kan ik niet echt altijd komen, dus dat is dan niet zo leuk (...)"</i>
		Afstand	<i>"Nee, omdat er niet veel dingen in de buurt zijn, want ik moet er zelf heen met de fiets."</i> <i>"(...) maar daar moet je helemaal voor naar Heerlen en dat kan ik niet elke dag."</i>
		Energie	<i>"(...) mensen bewegen soms niet, omdat ze het niet leuk vinden, omdat ze geen energie hebben (...)"</i>
	Generality	Verschil in regels	<i>"(...) mijn ouders zijn gescheiden en bij mijn moeder mogen we dan één uur en bij</i>

			<i>mijn vader mogen we dan veel langer (...)”</i>
		Slechte fysieke gesteldheid	<i>“(...) als je een keer moet rennen ofzo, dan (...) moet het niet de bedoeling zijn dat je (...) staat te hijgen (...)”</i>
		Niveauverschil	<i>“(...) gaat niet zo eerlijk, want dit team was te sterk ofzo.”</i>
	Strength	Niet veel moeite willen doen	<i>“(...) ik ben niet echt iemand die als je fitness doet van echt het moe worden (...) ik ben niet zo iemand die zich ergens veel moeite voor doet.”</i>
		Gezondheidsproblemen	<i>“(...) ik kan dat niet vanwege mijn voeten, want (...) mijn achillespees was te kort (...) het risico is te groot als ik ga voetballen.”</i>
Kennis en bewustzijn	Kennis die mensen bewust maakt van de relatie tussen een gedrag en een risico	Mentale gesteldheid	<i>“(...) als je niet beweegt hebt, kun je ook (...) misschien depressie hebben.”</i>
		Gewicht	<i>“(...) als je continue op de bank zit, eten (...) krijg je een maatje meer. En, en dat is</i>

			<i>niet gezond (...)"</i>
		Inactiviteit	<i>"Mensen die niet bewegen, krijgen geen frisse lucht en worden niet actief."</i> <i>"(...) tenminste ook als je alleen maar zit, dan heb je ook veel meer, veel minder zin om andere dingen te doen."</i>
		Gezondheid	<i>"(...) waarom je dan gaat bewegen? (...)</i> <i>Dan krijg ik geen ernstige ziektes (...)</i> <i>Een risico daarop heb je het dan over?</i> <i>(...) ja."</i>
	Kennis over hoe je zou kunnen veranderen	Afvallen	<i>"Ik vind bewegen heel belangrijk, want je valt dan, uh, af."</i>
	Theoretisch diepgaande kennis zoals de wetenschappelijke kennis	Calorieën verbranden	<i>"Ik vind sporten gezond, aangezien dat (...) je veel verbrandt calorieën."</i>
		Energie verbruiken	<i>"(...) als je dan heel veel sport, dan begin je te zweten, dan, uh, dan verbruik je eigenlijk (...) energie (...)"</i>

		Weerstand opbouwen	<i>“(...) en als je naar buiten gaat, uh, maak je weerstand op”</i>
		Vitamines krijgen	<i>“(...) waarom is het dan gezond voor je om buiten te komen in de frisse lucht? (...) je krijgt ook vitamines van de zon.”</i>
Omgeving	Fysieke omgeving	Afstand	<i>“(...) ik heb, uh, eigenlijk ga ik altijd te voet, omdat ik hier niet zo ver vandaan woon.”</i> <i>“(...) bij mij in de buurt ligt toch wel wat waar je spelen en kunt buitenspelen.”</i> <i>“(...) en dan is het vaak of in Heerlen of in Landgraaf of in Sittard of in Maastricht en dan dat is gewoon veel te ver weg.”</i>
		Genoeg aanbod	<i>“Is er genoeg aanbod hier in Kerkrade om te bewegen of te sporten voor jou? (...) Ja, ik heb, ja, genoeg (...)”</i>

		Niet genoeg aanbod	<i>“Is er genoeg aanbod hier in Kerkrade om te bewegen of te sporten voor jou? (...) Ik heb opgeschreven: NEEEEEEEEEE .”</i>
		Weinig variatie	<i>“(...) ik vind eigenlijk zelf dat er weinig variatie is (...)”</i>
		Wensen en behoeften: - Meer sportclubs - Meer buitenspeelplekken - Klimpark - Meer natuur - Freerunnen - Activiteiten op de markt - Kinderfitness - Meer binnenspeelplekken - Meer outdoor winkels - Betere voetbalvelden - Kleine sportzaal - Kinderplek en huis/park - Skatepark - IJshockeyclubs - Meer kickboks - Verschillende sporten - Basketbalveld - Cheerleading vereniging - Renbaan met speeltoestellen erin - Stormbaan - Battles - Volleybal - Handbal - Honkbal	<i>“Wat zou jij in Kerkrade willen zien, waardoor je blijft bewegen of waardoor je meer zou gaan bewegen? (...) Ik had, uh, meer sporten verdeeld over Kerkrade.”</i>

		- Rugby - Hockeyclub - American Football - Speelschuur - Spellenmiddag op woensdagmiddag - Kidsclub - Nieuw zwembad - Ieder weekend leuke activiteiten - Spellenavond - Springkussen - Meer dingen voor kleinere kinderen - Hangplek - Genoeg plek op de wegen, zoals een skate- of skeelerbaan - Buiten fitness - Trampoline over de hele straat - Meer voor oudere kinderen - Meer vechtsporten in de buurt - Meer sporten verdeeld over Kerkrade - Meer speeltoestellen - Betere ontwerpen speeltoestellen - Meer variatie - Grote gebouwen met sporten - Allemaal sporten op één plek - Verbouwen	
		Veiligheid	<i>"(...) het is te druk in je straat, daar komen te veel auto's (...)"</i>
		Overlast	<i>"(...) en daar komen ook heel veel honden, dus</i>

			<i>ligt ook overal poep (...)”</i> <i>“(...) daar waren gewoon kinderen die er met graffiti op waren aan het spuiten en kauwgoms zaten erop en zo.”</i>
	Praktische omgeving	Planning	<i>“(...) ik was al eerst gaan kijken bij voetbal (...) maar toen had ik de scouting op de zaterdag en ja als het dan wedstrijd was dan ging dat niet.”</i> <i>“Ik kan eigenlijk niet aan sport, omdat mijn ouders die werken heel vaak langs elkaar en mijn ouders werken ook best supervaak (...)”</i>
		Vervoer	<i>“(...) ja mijn moeder heeft geen auto en, uh, anders moeten we afhankelijk zijn van bepaalde mensen (...)”</i>
	Sociale omgeving	Contacten	<i>“Daarbij kun je ook meer contact hebben met andere mensen (...)”</i>

			<i>“(...) als je nu met meer mensen of kinderen omgaat, dan krijg je ook steeds meer contact (...)”</i>
		Afstand	<i>“(...) ik woon helemaal niet dichtbij vrienden (...) dat vind ik op zich best wel jammer (...)”</i> <i>“(...) je wilt heel graag, uh, buiten met je vrienden spelen, maar of ze wonen te ver weg (...)”</i>
		Woonomgeving	<i>“(...) en dat is voor de kinderen ook niet leuk om daar te wonen, want dan zie je allemaal oude mensen daar (...)”</i> <i>“En bij ons in de straat daar speelde ik vroeger altijd, maar daar wonen eigenlijk alleen maar kleine kinderen en ik vind buitenspelen niet meer heel leuk, omdat ja er zijn dus alleen maar</i>

			<i>kleine kinderen.”</i>
		Afhankelijkheid	<i>“(...) anders moeten we afhankelijk zijn van bepaalde mensen en ja die kunnen ook niet zo ver rijden (...)”</i>
	Economische omgeving	Kosten	<i>“(...) maar dan kan je niet heel vaak gaan doen, want je moet wel, redelijk wel wat betalen.”</i> <i>“(...) maar je moet eigenlijk bijna voor alles wel veel geld betalen, maar sommige dingen zijn ook echt duur, maar sommigen vallen ook wel mee.”</i>
		Financiën	<i>“(...) andere mensen die kunnen dan met hun kinderen bijna niks leuks gaan doen, omdat die dan gewoon niet veel geld hebben.”</i>
		Wensen en behoeften: - Tijden waarop je gratis kan spelen	<i>“(...) dat je daar ik noem maar wat, uh, maandag tot en met vrijdag van die tijden kan je, ja, gewoon gratis</i>

		- Gratis activiteiten - Goedkopere activiteiten - Materiaal lenen	<i>binnenspelen (...)</i> <i>"(...) en meer dingen gratis, want dan gaan mensen daar ook heen."</i> <i>"En ja het zou ook wel een goed idee zijn als er een klimpark komt (...) wat goedkoper is (...)"</i> <i>"(...) misschien dat er zo'n skatepark komt, dat je dat dan kant lenen, er gratis naartoe kan gaan."</i>
		Subsidie	<i>"(...) en dan moet je ook spullen kopen en het lessen zelf betalen en dan heb je dan, ik weet niet wat het is, betalen hun dat voor jou, soort van gemeente."</i>
		Materiaalkosten	<i>"(...) en dan moet je ook spullen kopen en het lessen zelf betalen (...)"</i>

	Maatschappelijke omgeving	Meekrijgen wat buiten gebeurt	<i>“(...) en je gaat er dan heen, dan krijg je ook mee wat er buiten allemaal gebeurt (...)”</i>
		Wensen en behoeften: - Vrijwilligers - Leeftijdsgrens - Promotie	<i>“Bijvoorbeeld dat er allemaal verschillende mensen bij elkaar komen, vrijwilligers en dat die dan (...) zorgen dat er bijvoorbeeld een stormbaan of iets anders ofzo komt.”</i> <i>“(...) de leeftijdsgrens wat beter bij bepaalde sporten (...)”</i> <i>“(...) het kan ook een soort promotie zijn ofzo, maar dat je mensen laat zien, uh, je moet echt meer bewegen.”</i>
		Veiligheid	<i>“(...) wij hebben wel een veldje naast onze straat, maar daar komen zwervers (...)”</i> <i>“(...) het is dus niet echt een veilige omgeving daar? (...) Nee,</i>

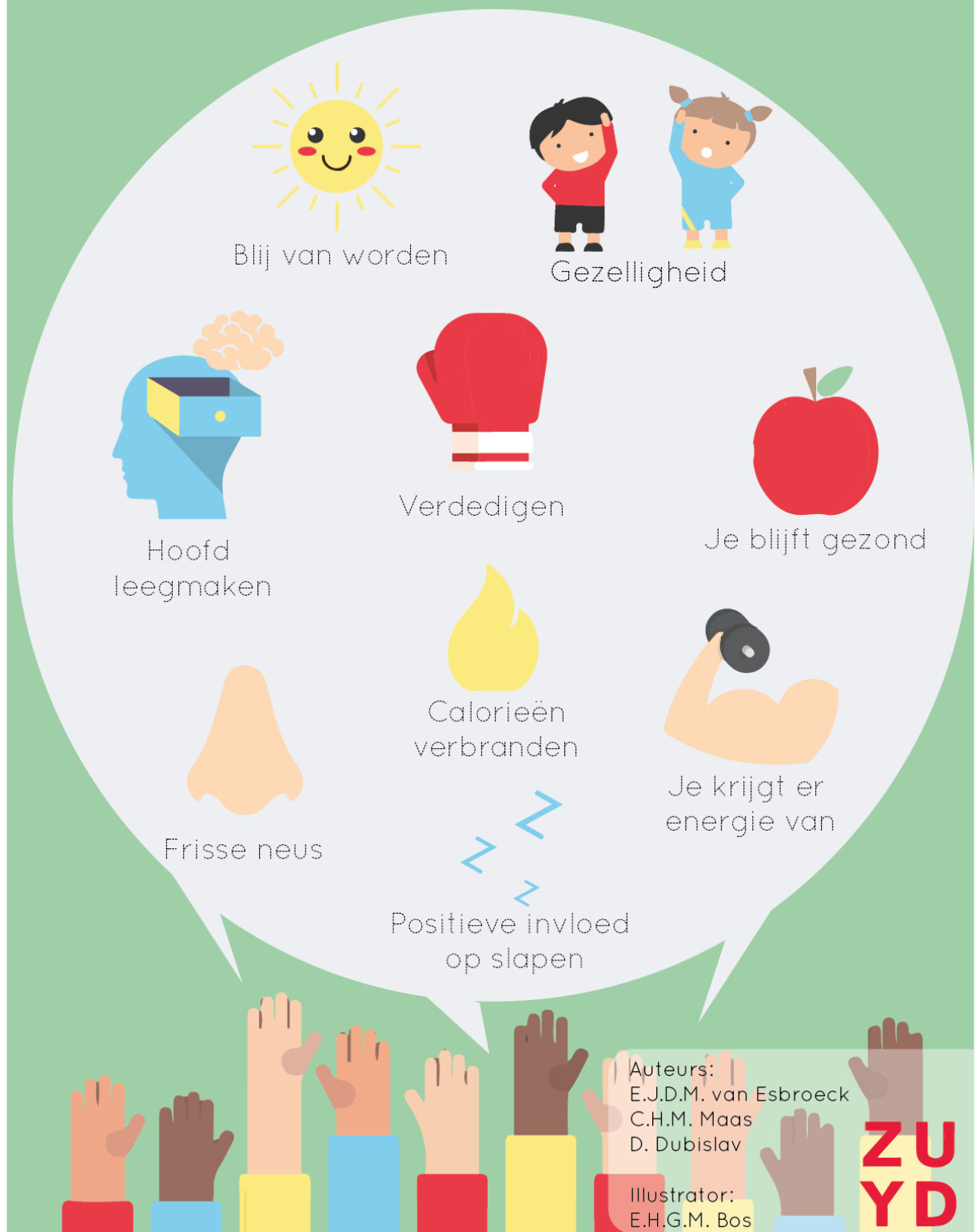
			want mama kan ons daar ook niet zien (...) dus mama kan daar niet echt op ons letten eigenlijk.”
		Promotie	“(...) maar ja, het wordt niet echt heel veel verteld ofzo welke sporten er allemaal zijn.”
		Openingsseizoen	“(...) een speeltuin waar ik niet altijd heen kan en die is dicht in de winter.”
	Politieke omgeving	Gebouwen waar niks mee wordt gedaan	“(...) een oude school De Gracht en daar doen ze gewoon letterlijk niks mee (...)”
		Belangen speelomgeving	“(...) ze zeiden: ‘Ja, er komt een nieuwe speeltuin.’, maar dat is er nooit van gekomen.” “Nee, ze hadden er vroeger meer aandacht voor en nu besteden ze er eigenlijk steeds minder aandacht aan, doordat ze ook steeds toestellen en zo weghalen.”

			<i>“(...) dat gele klimrek en op de een of andere manier is het gewoon weggehaald.”</i>
		Invloed gemeente	<i>“(...) met de wijk hadden we besloten om daar iets te plaatsen, maar er was één iemand die het niet wou, want die zat in de gemeenteraad (...)”</i>



Figuur 3: Wensen en ideeën

WAT ZIJN DE REDENEN WAAROM KINDEREN IN KERKRADE WEL BEWEGEN?



Figuur 4: Redenen om wel te bewegen

WAT ZIJN DE REDENEN WAAROM KINDEREN IN KERKRADE NIET BEWEGEN?



Figuur 5: Redenen om niet te bewegen

Bijlage 14: Overzicht wensen en ideeën

Tabel 16: Wensen en ideeën ten aanzien van de fysieke, economische en maatschappelijke omgeving

Fysieke omgeving (n ¹)	Economische omgeving (n)	Maatschappelijke omgeving (n)
• Meer sportclubs (3) • Meer buitenspeelplekken (2) • Klimpark (4) • Meer natuur (3) • Freerunbaan (1) • Activiteiten op de markt (2) • Kinderfitness (2) • Meer binnenspeelplekken (1) • Outdoor winkels (1) • Betere voetbalvelden (2) • Kinderplek, -huis of -park (1) • Skatepark (8) • IJshockeyclub (1) • Meer kickboksclubs (1) • Basketbalveld (1) • Cheerleadingvereniging (1) • Renbaan met daarin speeltoestellen (1) • Stormbaan (1) • Battles (1) • Volleybal vereniging (1) • Handbalvereniging (1) • Hockeyclub (1) • American Football (1) • Nieuw zwembad (2) • Springkussen (1) • Hangplek (2)	• Materialen die je kunt lenen tijdens het sporten (1) • Tijden waarop je gratis kan spelen • Goedkopere activiteiten	• Meer promotie voor beweeg- en sportactiviteiten (3) • Betere leeftijdsgrens bij bepaalde sporten (1) • Meer vrijwilligers

• Genoeg plek op de wegen, zoals een skate- of skeelerbaan (1) • Buitenfitness (1) • Meer vechtsporten (2) • Meer sporten verdeeld over Kerkrade (1) • Betere ontwerpen van speeltoestellen (1) • Meer variatie in beweegactiviteiten (1) • Kleine sportzaal • Honkbalvereniging • Rugbyvereniging • Speelschuur • Spellenmiddag of – avond • Kidsclub • Ieder weekend leuke activiteiten • Meer mogelijkheden voor kleinere en oudere kinderen • Trampoline over de hele straat • Grote gebouwen met sporten • Sporten op één plek centreren		
---	--	--

¹ N: aantal personen die een wens of idee hebben benoemd

Bijlage 15: Aangepaste interviewleidraad

Introductie:

- Welkomstwoord
- Voorstellen onderzoekers en tekenaar
- Uitleggen dat we wat willen leren van de kinderen en dat de kinderen in ons onderzoek de experts zijn.
- Inhoudelijke inleiding
 - Het gaat over sporten en/ of bewegen
 - Leuke ideeën met betrekking tot bewegen in Kerkrade (bestaande activiteiten in Kerkrade, zoals 'Spacejump', laser gamen, etc. benoemen)
- Voorstelronde deelnemers

Vragen:

1. Waarom beweeg je wel of niet?
2. Waarom vind je bewegen wel of niet leuk?
3. Waarom vind je bewegen wel of niet belangrijk?
4. Hoe kom jij naar school?
5. Is er genoeg aanbod in Kerkrade om te bewegen/sporten voor jou?
6. Wat zou jij in Kerkrade willen zien waardoor je blijft bewegen of meer zou gaan bewegen?

Afsluiting:

- Dankwoord