

Symposium Generation Beta:
een actieve basis voor een nieuwe generatie

ACT2ACT

Active systems to ACTivate young children

Prof. dr. Sanne de Vries

15-09-2026

ZonMw

DE HAAGSE
HOOGESCHOOL

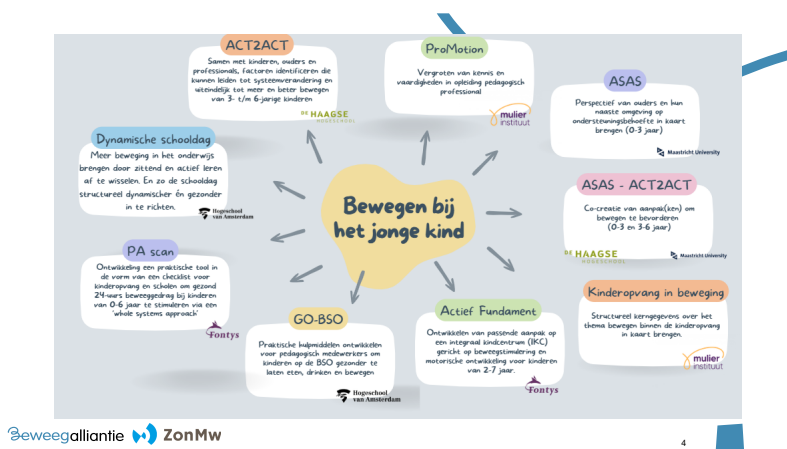
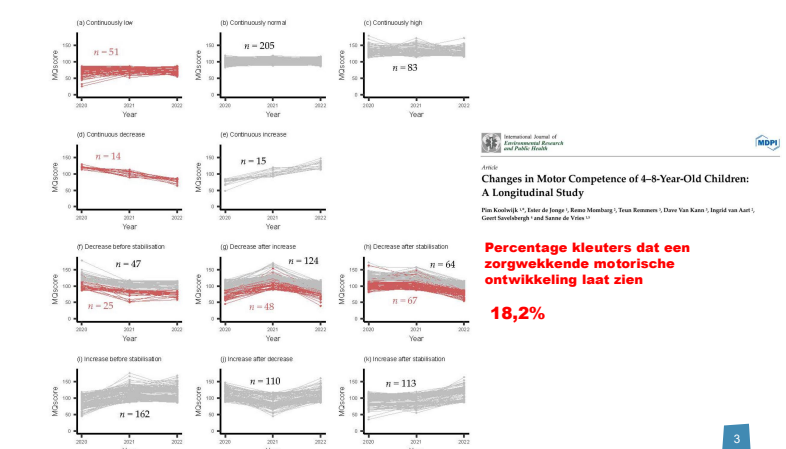
Het komt niet vanzelf goed!

2 op de 5 kleuters haalt de beweegrichtlijnen niet

1 op de 5 kleuters ontwikkelt zich motorisch zorgwekkend

NOS

1V



ACT2ACT kernteam

DE HAAGSE
HOOGESCHOOL

Health Campus

Den Haag

Hanzehogeschool Groningen
University of Applied Sciences

umcg

Fontys

Maastricht University

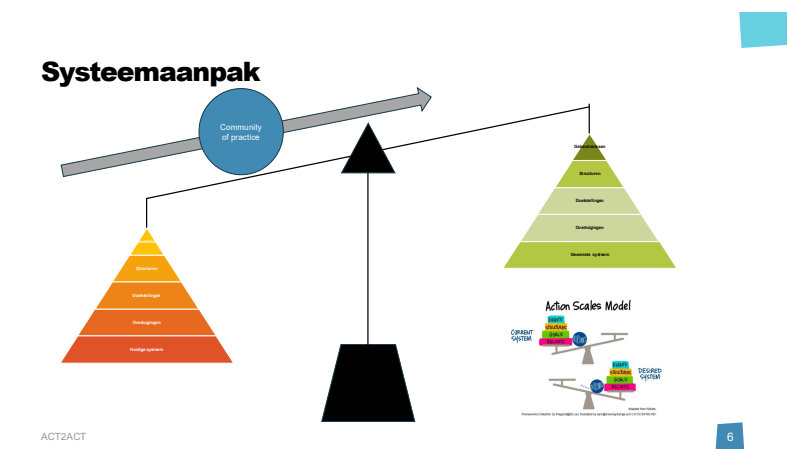
mulier
instituut

SOLUTION SAFARI

Alfa-college

MONDRIAAN

ACT2ACT



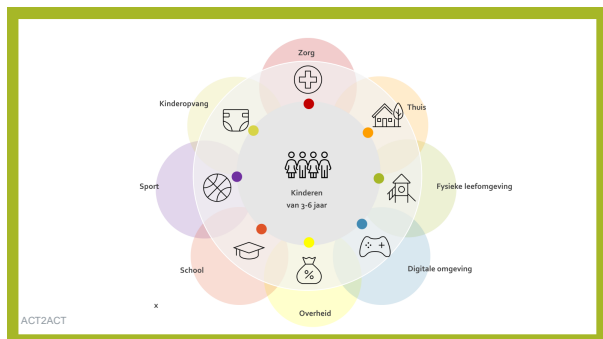


Communities of Practice, o.a.



Communities of Practices

Regio Haaglanden en regio Groningen



Adviesraad



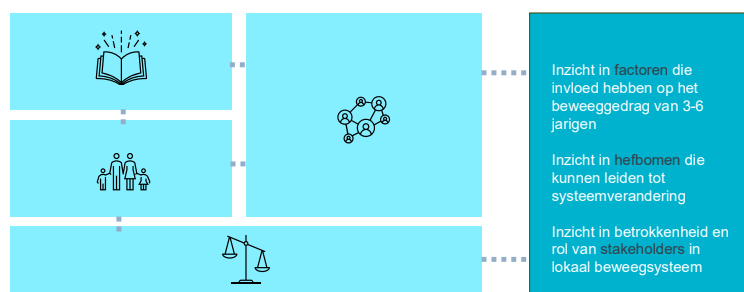
Hoe kunnen we de intrinsieke beweegdrang van kinderen van 3 t/m 6 jaar behouden?

Welke 'hefbomen' zijn te identificeren voor systemische verandering in het beweeggedrag van kinderen van 3 t/m 6 jaar?

Hoe kunnen we systemische verandering in het beweeggedrag van kinderen van 3 t/m 6 jaar in twee regio's faciliteren en volgen?

Hoe kunnen we de geleerde lessen uit twee regio's delen en verrijken in andere regio's?

Systeemverkenning



Resultaten

Literatuurstudie: review van reviews



LITERATUURSTUDIE

Welke factoren hebben invloed op de fysieke activiteit en motoriek van 3-6-jarige kinderen?

Meer dan **362** factoren!!!

Waar is consistent positief (+) en negatief (-) bewijs voor gevonden?



126 overkoepelende samenhangende factoren

Bas Nijenhuis et al., *under review*

Resultaten

Literatuurstudie



Ondersteuning om te bewegen door belangrijke naasten (ouders, leerkrachten, familieleden)



Speelmogelijkheden in de thuisomgeving



Technieken voor gedragsverandering t.b.v. bewegen:

- Doelen stellen
- Acties plannen
- Instructies hoe bewegingen uit te voeren
- Informatie over gezondheidsgevolgen
- Oefenen/herhalen van bewegingen
- Interventie op kinderdagverblijf
- Theorie-gevoerde interventie
- Aanpassingen aanbrengen in de sociale omgeving
- (Speel)objecten aan de omgeving toevoegen



Zitgedrag ouders

Hoe vaker ouders zitten, hoe minder de kinderen zelf bewegen



Van **kinderopvang** naar **basisschool**

Kinderen gaan minder bewegen wanneer zij van het KDV naar de basisschool gaan

41 overkoepelende samenhangende factoren met consistent positief of negatief bewijs

Bas Nijenhuis et al., *under review*

Resultaten

Ouders en kinderen aan het woord







Doeboekje

13. Wie helpt jou om te bewegen?

Wat een rol spelen de mensen rondom jou bij het bewegen? Denk aan de mensen die jou helpen om te bewegen, zoals ouders, broers en zussen.



Papa



Mama



Broer



Zuster



Opa



Oma



Vrienden en vriendinnen



Juf of meester

☐ Andere mensen: _____

Foto opdracht :

Met dit foto opdracht voor alle leuke plekken waar jullie bewegen en spelen. Dit foto opdracht is voor de foto die het meest leuk is van de foto's. Maak een foto van een plekje waar jullie het leukst vinden om te bewegen. Het kan een plekje zijn waar jullie vaak naar toe gaan, een plekje waar jullie vaak naar toe gaan, of een plekje dat het leukst is van de foto's.

En wat nu en wat later met jullie foto's op 18 november zien jullie elkaar dan? Het is leuk om te zien hoe het is gegaan.

De ouders met een foto van papa en oma die aan het spelen zijn op de 3 september zal het leukst zijn.



Regio Haaglanden: 33 doeboekjes
Regio Groningen: 28 doeboekjes

Photovoice – leuke plekken



Photovoice – niet leuke plekken



Kinderen aan het woord



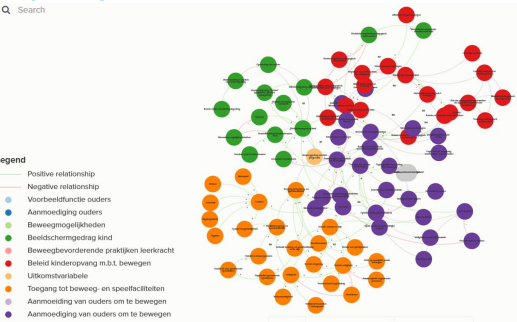
Katja Bel et al., in preparation



Geprioriteerde factoren en hefbomen



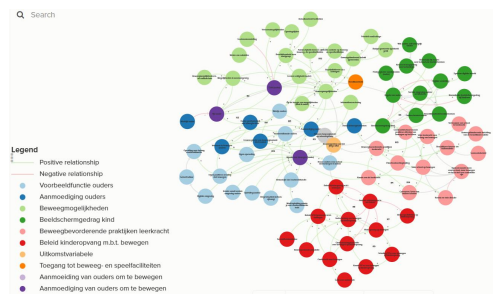
Systeendiagram
Regio Haaglanden



Bas Nijenhuis et al., in preparation



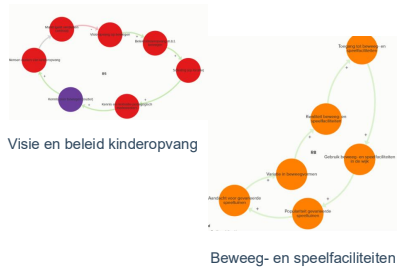
Systeendiagram
Regio Groningen



Bas Nijenhuis et al., in preparation

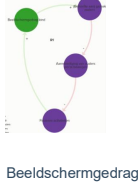


Feedback loops
Voorbeelden



Visie en beleid kinderopvang

Beweeg- en speelgelegenheden

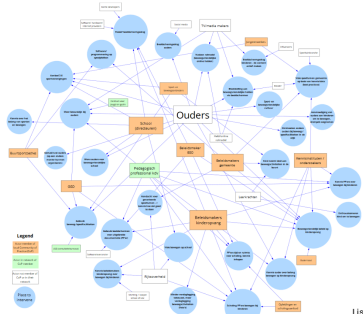


Beeldschermgedrag

Bas Nijenhuis et al., in preparation



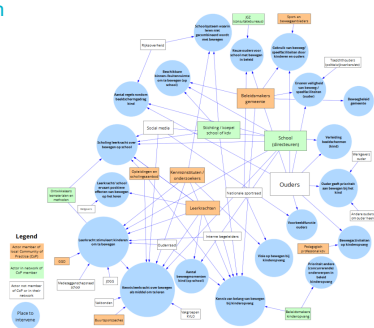
Powermap met actoren
Regio Haaglanden



Lisa Wilderink, Irma Hulberts, Bas Nijenhuis, Sanne de Vries & Amika Singh, in preparation



Regio Groningen



Lisa Wilderink, Irma Hulberts, Bas Nijenhuis, Sanne de Vries & Amika Singh, *in preparation*

[illegible]

Ingrediente:

- Korte bewegsmomenten gedurende de dag
- Training voor leerkrachten en pedagogisch professionals
- Workshops voor ouders
- Uitleenbak met spelmateriaal en beweeg

Elke dag in beweging: een beweegrijke start

Settings: buurtcentrum, kinderopvang en thuis

Ingrediënten:

- Training van pedagogisch medewerkers
- een digitale app voor ouders/verzorgers met dagelijkse beweegprikkels, inspiratie,
- lokale beweegmogelijkheden en monitoring;
- Fysieke activatiemomenten voor kinderen, ouders/verzorgers, pedagogisch
- professionals en andere betrokkenen in het buurtcentrum

Ouders

- Flexibele werktijden zodat ouders tijd hebben om kinderen lopend of fietsend naar opvang of school te brengen.
- Fietsregelingen en andere stimulansen voor actieve mobiliteit.
- Ouderschapsprogramma's die actief buitenspelen en samen bewegen stimuleren.
- Schermvrije gezinsmomenten en buitenspeelcampagnes.



Kinderopvang en onderwijs

- Beweegrijke kinderopvang als landelijke norm.
- Dagelijks buitenspelen ongeacht het weer.
- Schermvrije kinderopvang en peuteropvang.
- Dynamische schooldag als landelijke norm.
- Beweegvriendelijke school- en opvangpleinen.
- School- en opvangterreinen die ook buiten openingstijden toegankelijk zijn voor de buurt.



Gemeenten

- Speelplekken op loopafstand van iedere woning.
- Gevarieerde speelomgevingen
- Veilige en autoluwe woonstraten waar jonge kinderen kunnen spelen.
- Veilige loop- en fietsroutes naar opvang, school en sport- en speelvoorzieningen.
- Speelnormen opnemen in woningbouw- en gebiedsontwikkeling.
- Meer groen rond scholen, kinderopvanglocaties en woonwijken..



Systeemaanpak andere voorbeelden

Overheid en regelgeving

- Verankering van het recht op spelen en bewegen in beleid voor jeugd, onderwijs, kinderopvang, gezondheid en ruimtelijke ordening.
- Nationale beweegrichtlijnen voor 0-6 jaar gekoppeld aan kwaliteitskaders voor kinderopvang, peuteropvang en onderwijs.
- Schermtijdnormen voor jonge kinderen opnemen in gezondheids- en opvoedbeleid.
- Structurele monitoring van bewegen, spelen, buitenspelen en schermgebruik bij jonge kinderen.



Systeemaanpak andere voorbeelden

Sport

- Beweegaanbod voor peuters en kleuters gericht op plezier en brede motorische ontwikkeling.
- Open sportparken die ook toegankelijk zijn voor gezinnen met jonge kinderen.
- Structurele samenwerking tussen kinderopvang, basisscholen en sportaanbieders.
- Speel- en beweegactiviteiten die direct aansluiten op school- of opvangtijd.
- Meer ruimte voor vrij bewegen, ontdekken en spelen naast georganiseerd sportaanbod.
- Buurtsportcoaches die specifiek werken met jonge kinderen en hun ouders.



Reflectie

We hebben niet alleen kennis nodig over:

- Determinanten van beweeggedrag van jonge kinderen
- Werkingsmechanismen van effectieve (geïsoleerde) interventies
- Hoe het systeem in elkaar zit en wie er een rol zouden kunnen spelen

Maar vooral over:

- Hoe we de vertaalslag kunnen maken van inzicht naar actie en systeemverandering
- Hoe we dat in de praktijk met elkaar voor elkaar kunnen krijgen



Contactpersonen

Onderzoek

Sanne de Vries - s.i.devries@hhs.nl
Pim Koolwijk - p.koolwijk@hhs.nl
Katja Bel - k.m.bel@hhs.nl
Esther Hartman - e.hartman@umcg.nl
Bas Nijenhuis - s.b.nijenhuis@umcg.nl
Remo Mombarg - r.mombarg@pl.hanze.nl
Sanne te Wierike - s.c.m.te.wierike@pl.hanze.nl
Amika Singh - a.singh@mulierinstituut.nl
Lisa Wilderink - l.wilderink@mulierinstituut.nl
Irma Huiberts - i.huiberts@mulierinstituut.nl
Mirte Boelens - m.boelens@lumc.nl
Dave van Kann - d.vankann@fontys.nl
Thijs de Jong - th.dejong@fontys.nl
Teun Remmers - t.remmers@fontys.nl
Jessica Gubbels - jessica.gubbels@maastrichtuniversity.nl
Sanne Gerards - sanne.gerards@maastrichtuniversity.nl



Vragen?