



Kom je mee buitenspelen?



Yolanda de Lange

Buitenspelen is het leukste wat er is

'Kinderen spelen te weinig buiten.' 'Waarom spelen kinderen niet meer buiten?' 'Eén op de zes kinderen speelt nooit buiten.' Al jarenlang tonen diverse onderzoeken ons deze resultaten. Daar moeten we toch iets mee? We weten namelijk allemaal hoe belangrijk buitenspelen is voor de sociale ontwikkeling en (mentale) gezondheid van onze jeugd. En we hebben het ook allemaal gedaan (of doen het hopelijk nog steeds). En toch gaan de cijfers van buitenspelende kinderen elk jaar harder naar beneden. Wij, van OBB spelmakers + ruimtedenkers, en tal van collega's in ons vakgebied, maken ons hard voor het buitenspelende kind. Want buitenspelen is het leukste wat er is, maar dan moet de openbare ruimte daar wel geschikt voor zijn. En dat blijkt steeds vaker een lastige opgave.

Auteur: Yolanda de Lange

De essentie van buitenspelen.

Buitenspelen is ontzettend leuk. Lekker de buurt in en op ontdekking gaan. Van speelplek naar speelplek en natuurlijk ook hutten bouwen in de bosjes of die grote boom beklimmen. Maar behalve dat buitenspelen leuk is, is het ook ontzettend belangrijk voor de ontwikkeling van het kind. Kinderen worden fysiek sterker en het verbetert de motoriek. Daarnaast is het goed voor de sociale en emotionele ontwikkeling. Ze leren rekening te houden met anderen of op te komen voor zichzelf. Ze leren

te overleggen en problemen op te lossen bij bijvoorbeeld het bedenken van een spel. En buiten hebben kinderen de ruimte en bevinden ze zich in een omgeving waar ook anderen zijn en waar natuur is om te ontdekken. Allemaal essentiële levenslessen die je niet terugvindt binnen de muren van je huis. Historicus Johan Huizinga legt dit mooi uit aan de hand van de magische cirkel. Een magische cirkel is een wereld waarin alles mogelijk is, de spelwereld. De spelers bedenken zelf de kaders en de regels in deze wereld. Zij bepalen wat

kan en wat niet kan. Het is een ideale plek om dingen uit te proberen die in de 'echte' wereld niet altijd mogelijk zijn. Zo spelen kinderen vaak vadtje en moedertje, zijn ze piraten of robots etc. Nadat ze uit de spelwereld zijn gekomen, hebben ze weer nieuwe inzichten gekregen. Eigenlijk zou je de openbare ruimte kunnen beschouwen als ons eigen speelveld. Daarin zijn oneindig veel magische cirkels mogelijk. Deze zijn niet te ontwerpen. Spel is niet te ontwerpen. Maar de dingen die leiden tot spel wel.

VN-Kinderrechtenverdrag

Sinds 1989 bestaat het Kinderrechtenverdrag. Bijna alle landen hebben dit verdrag ondertekend, zo ook Nederland in 1995. Hierin staan alle afspraken en rechten van kinderen en jongeren tot achttien jaar. Dit verdrag is ontzettend belangrijk in onze maatschappij. Want een derde van de gehele wereldbevolking is kind. En kinderen vormen vaak een kwetsbare doelgroep die nog aan het leren is wat onze maatschappij inhoudt en die afhankelijk is van ouders/verzorgers. Maar het is vaak ook een doelgroep die over het hoofd wordt gezien als het gaat om het inrichten van de openbare ruimte. Ieder kind heeft recht om een mening



te geven en heeft vrijheid van meningsuiting over de zaken die hem aangaan, dus zeker ook over de openbare ruimte en de inrichting daarvan. Vergeet dus niet om de mening van kinderen te vragen, want ook zij zijn hoofdgebruiker van de openbare ruimte.

Als het gaat om (buiten)spelen, is artikel 31 in het Kinderrechtenverdrag belangrijk: 'Ieder kind heeft recht op vrije tijd, spelen en het recht om mee te doen aan culturele of artistieke activiteiten.' Dit houdt in dat spelen dermate belangrijk is voor de ontwikkeling van het kind, dat de overheid moet zorgen dat ieder kind gelijke kansen heeft, dat er voldoende speelplekken in de buurt zijn met een gevarieerd aanbod en dat ieder kind tijd en ruimte moet krijgen om te kunnen spelen.

Toch zie je vaak dat kinderen niet altijd tijd en ruimte krijgen om te spelen. Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie moet een kind minimaal twee uur per dag buitenspelen. Maar wat als je ook nog naar school gaat, op een sport zit of een muziekinstrument bespeelt? Heb je dan vaak nog wel voldoende tijd om buiten te spelen? Het drukke leven dat ouders hebben, wordt soms ook opgelegd aan kinderen. Terwijl wij ook allemaal weten dat als je altijd maar druk bent, dat ook niet goed voor je is. Veel mensen krijgen hierdoor last van een burn-out. En dit gebeurt steeds vaker en ook

steeds meer bij jonge mensen. Maar juist even de rust pakken, genieten van je dag, en dan het liefst buiten natuurlijk, kan al een hele verbetering geven.

Dus misschien moeten we met zijn allen, niet alleen de kinderen, maar ook de ouders/verzorgers, iedereen, eens wat vaker buitenspelen of beginnen met buiten zijn. Laten wij als volwassenen het goede voorbeeld geven, of nog beter: laat kinderen het goede voorbeeld geven en zie hoeveel plezier zij beleven aan buitenspelen en hoeveel zij daarvan leren. Dat wil je toch stimuleren? En daar wil je toch aan meedoen? Gelukkig hebben we binnenkort niet één, maar twee (buiten)speeldagen, achter elkaar. Op 11 en 12 juni draait het om spelen en dan natuurlijk het liefst lekker buitenspelen. Doe je ook mee?

International Day of Play

Op 11 juni is het International Day of Play. Deze dag staat in het teken van spelen. Niet alleen in Nederland, maar in veel meer landen. Day of Play is opgericht samen met kinderen en jongeren en staat voor een wereld waarin het recht van elk kind om te spelen wordt gerespecteerd, beschermd en vervuld. Het doel is om een internationale bewustwording te creëren, zodat iedereen toegang krijgt tot de tijd, ruimte en ondersteuning die ze nodig hebben om te

spelen. Dit kan bewerkstelligd worden door ouders/verzorgers, maar ook door mensen die gaan over de inrichting van de buitenruimte door het volgende te doen: **INVESTEER** in het welzijn van kinderen door het recht om te spelen te beschermen. **GEEF** kinderen meer tijd en mogelijkheden om te spelen, ook op school. **BESCHERM** het recht om te spelen door veilige en toegankelijke speelplekken te creëren, ook voor degenen onder ons met speciale behoeften. **RESPECTEER** de rechten om gehoord te worden bij beslissingen die van invloed zijn op het recht om te spelen. Geef **STEUN** bij het ontwikkelen van sociale vaardigheden door middel van spel.

Buitenspeeldag 2024

De volgende dag, op 12 juni, is het de buitenspeeldag van 2024. Jantje Beton en kinderzender Nickelodeon organiseren deze buitenspeeldag al een aantal jaar, waarin zij zich hardmaken voor het kind en laten zien hoe belangrijk en leuk buitenspelen is. Tijdens de buitenspeeldag wordt Nederland één grote speelplek, hoe gaaf is dat. Door heel Nederland worden activiteiten georganiseerd die buitenspelen stimuleren, zoals huttenbouwen in de buurt of springkussens in de straat. Ook worden er buitenspeeltips meegegeven, over hoe je bijvoorbeeld buitenspeelbingo kunt doen of hoe je de olympische straatspelen organiseert. Aan scholen wordt gevraagd om die dag geen huiswerk mee te geven, zodat kinderen de tijd hebben om lekker buiten te kunnen spelen. En door buiten te spelen leer je ontzettend veel, dus een keer geen huiswerk kan geen kwaad, lijkt ons.

Ook komt er ieder jaar een nieuw lied uit. Dit jaar het lied 'Iedereen naar buiten'. En dat is precies waar OBB spelmakers + ruimtedenkers voor staat. Want buitenspelen is niet alleen belangrijk en leuk voor kinderen, maar wij denken dat volwassenen er ook nog steeds baat bij hebben. Dus wellicht is het een idee om ook mee te doen met de International Day of Play en/of de buitenspeeldag, door bijvoorbeeld een lunchwandeling naar de speeltuin te maken of een leuk buitenspel te doen met je collega's.

Wij wensen jullie alvast veel plezier met buitenspelen, zowel de kinderen als volwassenen!

'Toch zie je dat kinderen niet altijd tijd en ruimte krijgen om te spelen'



Scan, lees & deel!