

Actief Fundament: van jongs af aan vaardig in bewegen

Bewegen van kinderen op kindcentra in de peuter- én kleuterleeftijd

Voor vakleerkrachten LO ligt er een belangrijke kans in de vroege kindertijd. Juist bij peuters en kleuters wordt de basis gelegd voor motorische vaardigheden, beweegplezier en zelfvertrouwen. Tegelijkertijd blijkt dat dagelijkse beweegkansen in kindcentra en het kleuteronderwijs onder druk staan door tijd, ruimte en organisatorische grenzen tussen opvang en school. Dit artikel beschrijft hoe het project Actief Fundament integrale kindcentra ondersteunt bij het structureel versterken van bewegen bij peuters en kleuters. Aan de hand van onderzoek en praktijkervaringen wordt duidelijk welke rol vakleerkrachten en beweegprofessionals kunnen spelen: niet alleen als uitvoerder, maar vooral als coach en verbinder binnen het team.

| Jasper de Graef en Dave Van Kann



In de peutergroep zit Jaapje te wiebelen op zijn stoel. Hij wacht ongeduldig op het moment dat hij eindelijk naar buiten mag. Wanneer de pedagogisch professional zegt dat iedereen zijn jas mag aandoen, schiet Jaapje overeind. Maar eerst moet hij nog 10 minuten wachten tot de hele groep klaar is... Pas daarna mag hij eindelijk naar buiten. Zodra zijn voeten al rennend het plein raken, roept hij: "Jaaa! Eindelijk rennen en springen!"

Dit soort momenten laten zien hoe groot de beweegbehoefte van jonge kinderen is. Dagelijks bewegen draagt bij aan hun welbevinden, taalontwikkeling, motoriek en gezondheid (Hulteen et al., 2018; Lum et al., 2022). Toch staan beweegkansen vaak onder

druk, zowel gedurende de dag als in de overgang van kinderopvang naar school (Aadland et al., 2022; D'Anna et al., 2024).

Met het vierjarige project Actief Fundament (gestart in januari 2024) wordt onderzocht hoe integrale kindcentra (IKC's) ondersteund kunnen worden om het voor kinderen nog leuker en vanzelfsprekender te maken om elke dag actief te zijn (als ware een Actief Fundament). Het doel is het ontwikkelen en evalueren van een integrale aanpak waarin barrières tussen kinderopvang en basisschool worden weggenomen en kwalitatief én kwantitatief goed bewegen binnen IKC's wordt versterkt, zodat meer kinderen voldoende kunnen bewegen, motorische achterstanden worden voorkomen en het sociaal welbevinden wordt gestimuleerd.

Scan of klik naar www.actieffundament.nl



Methode

Opzet

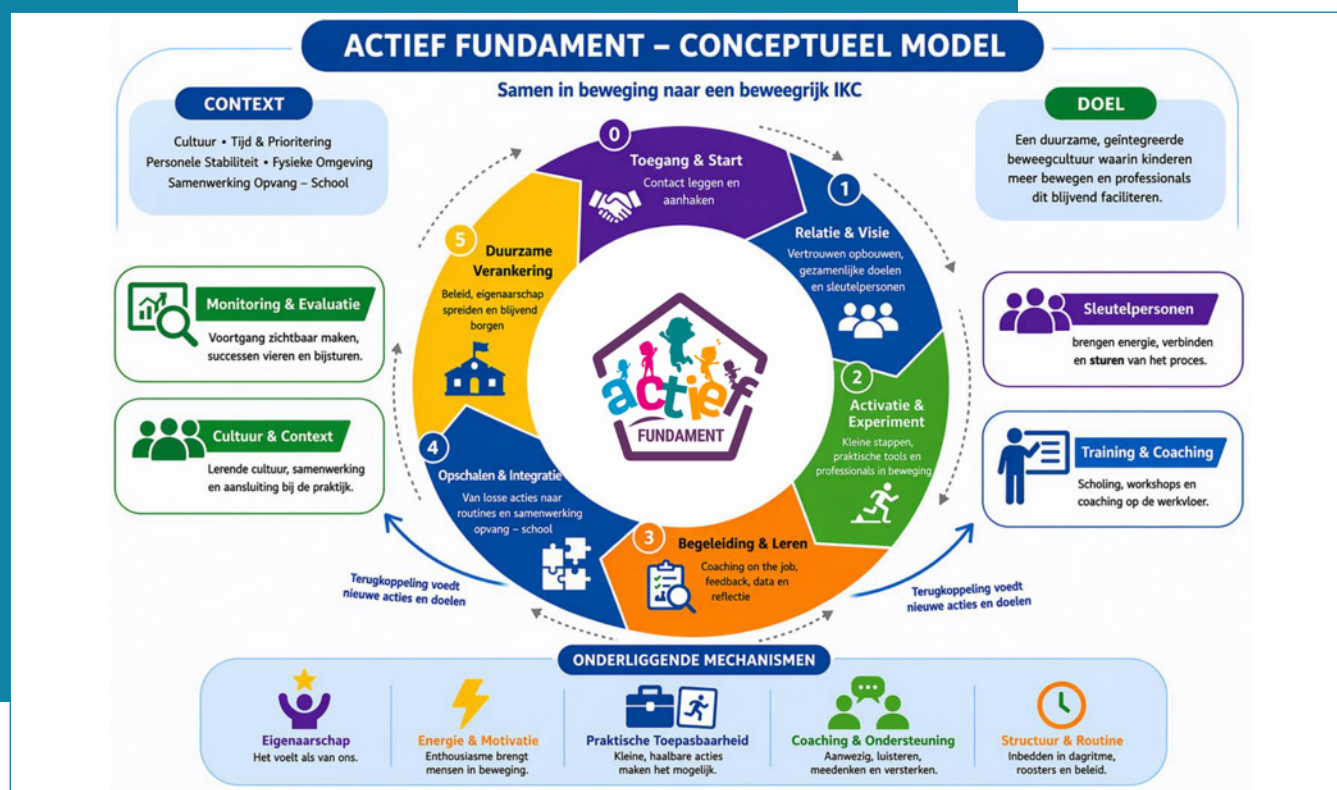
Actief Fundament wordt uitgevoerd op negen interventiecentra in Amsterdam,

Eindhoven, Maastricht en Sittard. Elk interventiecentrum is gekoppeld aan een controlecentrum. Op de interventiecentra werkt een procesbegeleider (vanuit het project) samen met een projectgroep van pedagogisch professionals, leerkrachten, vakleerkrachten en leidinggevendenden. Samen bepalen zij welke veranderingen haalbaar en wenselijk zijn, met een duidelijke richting: meer bewegen, meer motorische kansen en meer plezier.

De driejarige Actief Fundament-aanpak bestaat uit zes projectgroepbijeenkomsten per jaar, gericht op het ontwikkelen van een doorgaande leerlijn voor kinderen van twee tot zeven jaar. De aanpak start met relatieopbouw en gezamenlijke visieontwikkeling, waarna in de praktijk met kleine, haalbare stappen wordt geëxperimenteerd. Via *coaching on the job*, monitoring en intervisie wordt de ontwikkeling gevolgd en waar nodig bijgestuurd, met aandacht voor de fysieke omgeving (inrichting), de sociale omgeving (pedagogisch handelen en bekwaamheden van professionals) en de beleidsmatige kenmerken van het IKC. Procesbegeleiders maken bijsturing mogelijk, waarbij het onderzoek het proces inhoudelijk ondersteunt. Figuur 1 laat dit proces schematisch zien.



Figuur 1 Schematische weergave processtappen Actief Fundament



De werkwijze van het samenkomen in projectgroepen, gevolgd door het zelfstandig aan de slag gaan in de praktijk, vertoont overeenkomsten met de aanpak van de Dynamische Schooldag.

Metingen

Naast de ontwikkeling van de aanpak vindt ook onderzoek plaats op de centra. Jaarlijks tussen 2024 en 2027 worden metingen uitgevoerd bij pedagogisch professionals, kinderen, ouders en management. Tot nu toe:

- 438 kinderen droegen een week lang een beweegmeter (ActiGraph GT3X+);
- 36 groepen zijn geobserveerd met the Movement Environmental Rating Scale (MOVERS);
- 85 kinderen deden mee aan kindgesprekken (Mozaïek-methode);
- 196 pedagogisch professionals en leerkrachten vulden vragenlijsten in;
- 311 ouders vulden vragenlijsten in;
- 392 kinderen namen deel aan motoriek metingen (AST) (Hoeboer et al., 2018).

Daarnaast interviewden we locatie- en schoolleiders én verzamelden we verschillende beleidsdocumenten.

In de resultatensectie maken we gebruik van data uit MOVERS en de

Mozaïek-methode. MOVERS is een relatief nieuw instrument dat zich richt op de kwaliteit van de fysieke en sociale omgeving, welke belangrijke implicaties heeft voor de fysieke ontwikkeling en beweegervaringen (Archer & Siraj, 2023). Het instrument bestaat uit elf items die worden geobserveerd gedurende een hele dag; deze zijn verdeeld in vier onderdelen:

- 1 Curriculum, omgeving en materialen voor de fysieke ontwikkeling;
- 2 Pedagogiek voor de fysieke ontwikkeling;
- 3 Ondersteuning van bewegen en kritisch denken;
- 4 Ouders/verzorgers en professionals (informerende gezinnen over de fysieke ontwikkeling en de voordelen daarvan).

De Mozaïek-methode brengt in kaart hoe kinderen hun beweegcontext beleven (Clark, 2017). De methode bestaat uit vijf stenen (stappen) van het mozaïek:

- 1 spelobservatie;
- 2 walk-along interview (vertel eens over bewegen in het IKC);
- 3 fotografie (leg vast waar je graag beweegt);
- 4 draw & tell (droom over bewegen en teken dat op papier);
- 5 duiding.

Resultaten

Wat professionals al goed doen

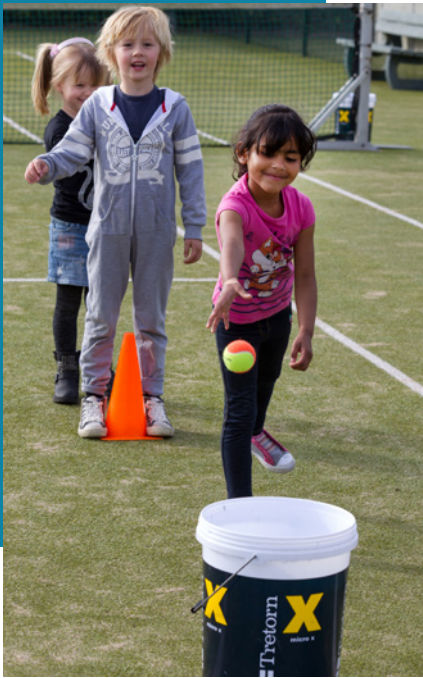
Uit de MOVERS-observaties blijkt dat kindcentra relatief hoger scoren op het stimuleren van de fijne motoriek. Ook het observeren en beoordelen van de fysieke ontwikkeling binnen en buiten valt op. Professionals laten zien dat zij observeren en vastleggen wat kinderen uitvoeren en kunnen.

Waar groeikansen liggen

Tegelijkertijd zien we dat andere items minder hoog scoren. Vooral:

- planmatig werken met de observatiegegevens en motorische resultaten;
- ruimte voor bewegen binnen in de groepen of lokalen creëren;
- het zelfvertrouwen van professionals in het begeleiden van beweegactiviteiten;
- taalontwikkeling rondom bewegen, zoals woordenschat en het gebruiken van begrippen;
- *sustained shared thinking* over bewegen: bijvoorbeeld doorvragen wat bewegen met je lijf doet of redeneren over bewegen;
- communicatie met ouders over motorische ontwikkeling en het belang van bewegen (thuis).

Professionals noemen regelmatig dezelfde belemmeringen: beperkte



binnen- en buitenruimte, tijdsdruk in het dagprogramma, beperkte kennis en vaardigheden en beschikbaarheid van personeel. Deze barrières sluiten aan bij de internationale literatuur (Hesketh et al., 2017; Martin et al., 2022; Terron-Perez et al., 2021).

Wat kinderen vertellen

Vanuit het kindperspectief zien we vooral natuurlijke elementen terug:

- bosjes om in te verstoppen;
- boomstammen om hutten mee te bouwen;
- heuvels om vanaf te rennen;
- bladeren om doorheen te schoppen of bosjes om te verstoppen.

Daarnaast worden fietsjes als populair geduid, waarbij parcoursjes en routes ook heel belangrijk zijn.

Discussie en conclusies

Wat betekenen deze inzichten voor de praktijk?

De eerste resultaten leveren een rijk en integraal beeld op van de behoeften en voorwaarden rondom de inrichting, het pedagogisch handelen en het (beweeg)beleid van het IKC. Tegelijkertijd laat het zien dat er nog veel winst te behalen valt.

De MOVERS-resultaten laten zien dat er ruimte is om planmatiger met bewegen aan de slag te gaan. Dit vraagt om begeleiding en scholing

van professionals, zodat observaties gericht kunnen worden benut in het handelen. Daarnaast ligt er een kans in het (meer) betrekken van ouders, door vaker te delen wat er rondom bewegen gebeurt en hen mee te nemen in waarom bewegen belangrijk is.

Het perspectief van de kinderen maakt duidelijk dat zij behoefte hebben aan een speelse omgeving met voldoende uitdagende mogelijkheden. Kinderen zoeken uitdaging, spelen graag samen en vinden het soms ook prettig om, binnen verantwoorde grenzen, wat meer buiten het directe zicht van professionals te spelen.

Procesbegeleiders signaleren dat vakleerkrachten en beweegspecialisten een belangrijke rol kunnen vervullen als coach binnen het IKC. Niet alleen door zelf beweegactiviteiten te verzorgen, maar vooral door collega's te ondersteunen en inspireren. Denk aan coaching op eenvoudig beweegactiviteiten in de klas/het speellokaal of het verbinden van speeluitdagingen uit de gymles met buitenspelletjes. Tegelijkertijd is het essentieel dat bewegen niet afhankelijk wordt van één specialist, wat ook vraagt om betere toerusting van toekomstige professionals door opleidingen zoals pedagogiek en de pabo (Westerbroek & Veldman, 2026).

Binnen de aanpak van Actief Fundament merken we dat er al veel gevraagd wordt van professionals. Bewegen integreren in de doelen in de kinderopvang en het kleuteronderwijs is hierbij essentieel; niet erbij, maar als hulpmiddel. IKC-teams kunnen succesvol zijn als zij binnen de eigen context ruimte krijgen om te bepalen welke doelen zij willen bereiken en kiezen voor een bewuste, planmatige aanpak waarin afstemming en (data)terugkoppeling centraal staan.

Wat betekent dit voor vakleerkrachten, buurt-sportcoaches en beweegprofessionals?

- Word partner van pedagogisch professionals: zoek samen kansen

dagelijkse routines, speelmaterialen en inrichting (gang, speellokaal, klas).

- Breng bewegen op een toegankelijke manier in het teamgesprek: gebruik kleine haalbare doelen, korte observaties en eenvoudige werkvormen.
- Werk aan een beweegvriendelijke omgeving: afwisseling tussen losse, vaste en natuurlijke materialen/elementen, niet altijd (te) overzichtelijk en (zelfgemaakte) fietsparcoursjes.
- Gebruik spelpedagogiek: laat kinderen redeneren, experimenteren en fantaseren tijdens bewegen.
- Verbind de leerlijnen van peuters en kleuters.
- Betrek ouders laagdrempelig: deel foto's, korte updates en beweegtips via oudercommunicatiekanalen.
- Neem het team mee: bewegen is van iedereen.

Vanuit Actief Fundament helpen we kindcentra om beweegkansen bewuster in te zetten. Samen met pedagogisch professionals, leerkrachten, vakleerkrachten en de kinderen zelf bouwen we aan een Actief Fundament voor kinderen! ●



Bronnen

Scan of klik hier naar de bronnen



Contact

j.degraef@fontys.nl

Jasper de Graef is docent-onderzoeker ALO Fontys Sport en Bewegen en promovendus binnen het Actief Fundament onderzoek – Lectoraat Move to Be

Dave Van Kann is Lector Leren bewegen in en rondom de school, Fontys Sport en Bewegen – Lectoraat Move to Be

Foto's

Anita Riemersma

Kernwoorden

jonge kind, bewegen, kindcentra, IKC, pedagogisch professionals, kinderopvang, peuters, kleuters