

Themacertificaat Sport en bewegen: een actieve leefstijl bevordert de gezondheid!



Kinderen vinden het leuk om te sporten en bewegen. Tijdens de gymles leren ze goed bewegen. Met een gevarieerd sport- en beweegaanbod kan de school een belangrijke bijdrage leveren aan een gezonde ontwikkeling en een duurzame en actieve leefstijl van kinderen. Kinderen leren tijdens beweegactiviteiten ook samenwerken en zich beter concentreren, waardoor ze met meer zelfvertrouwen betere prestaties kunnen neerzetten. Het themacertificaat 'Sport en bewegen' helpt om kinderen met plezier het beste uit zichzelf te laten halen.

Werken aan een gezonde school!

Om het themacertificaat 'Sport en bewegen' van vignet Gezonde School te behalen, moet uw school aan verschillende criteria voldoen. Voor scholen die sport en bewegen belangrijk vinden en een breed en gevarieerd aanbod hebben, is de kans groot dat zij al in aanmerking komen voor het themacertificaat. Hieronder volgt een overzicht.



1. Staan er genoeg lessen bewegingsonderwijs op het rooster?

De grootste winst behaalt u natuurlijk als u kinderen voldoende kans geeft om te bewegen. Dit houdt voor groep 1 en 2 in: dagelijks (minimaal) een beweegmoment en voor groep 3 tot en met 8: (minimaal) twee keer 45 minuten bewegen per week.

2. Worden de lessen bewegingsonderwijs gegeven door goed opgeleide bevoegde groepsleerkrachten of een vakleerkracht?

Dit komt de kwaliteit van de lessen ten goede. Bovendien leren kinderen niet alleen goed bewegen, ze gaan uitdaging aan, leren grenzen verleggen en zichzelf ontdekken. Juist dat zorgt voor het beleven van meer plezier aan bewegingsactiviteiten.

3. Biedt de school een structureel naschools sport- en beweegaanbod in samenwerking met de gemeente, sportverenigingen of andere sportaanbieders?

Het is belangrijk dat kinderen kennismaken met verschillende sporten. Door de mogelijkheden te verkennen, ontdekken ze waar hun interesse ligt. Zo kunnen zij beter kiezen welke sport bij hen past.

4. Is het schoolplein zodanig ingericht dat het kinderen uitdaagt tot bewegen?

Een bewegingsvriendelijk ingericht schoolplein met voldoende sport- en spelmateriaal stimuleert kinderen om in de pauzes of voor en na schooltijd meer te bewegen.

5. Heeft de school aandacht voor kinderen met een motorische achterstand en kinderen die te weinig bewegen?

Juist op deze leeftijd is het goed mogelijk om door middel van extra aandacht motorische achterstanden weg te werken of het gedrag te beïnvloeden zodat kinderen meer en beter gaan bewegen en meer zelfvertrouwen krijgen.

6. Is het stimuleren van sport en bewegen ook opgenomen in het schoolbeleid?

Voor het stimuleren van een duurzame en actieve leefstijl van kinderen is het belangrijk om tot een structurele aanpak te komen die is opgenomen in het schoolplan en/of de schoolgids.

Snel weten hoe uw school er voor staat?

Doe de test op www.hoegezondisjouwenschool.nl voor het onderdeel 'sport en bewegen'.

Op www.gezondeschool.nl vindt u de volledige criteria en meer informatie.

www.gezondeschool.nl

Voor meer informatie over vignet Gezonde School en Gezonde School-aanpak.

Contact

KVLO: www.kvlo.nl

NOC*NSF: www.nocnsf.nl

NISB: www.nisb.nl