

Een vaardige start voor kleuters

'Jong geleerd is oud gedaan' is al jaren het motto van sport- en beweegprofessionals. Zij zorgen dat kinderen een goede start krijgen en al op jonge leeftijd motorische vaardigheden ontwikkelen en plezier ervaren in bewegen. Deze goede start komt niet vanzelf aanwaaien. Daarvoor is het nodig dat kinderen al op jonge leeftijd voldoende en gevarieerd bewegen. Maar hoe is het gesteld met de motorische vaardigheid van kleuters? En hoe stimuleer je de motorische ontwikkeling?

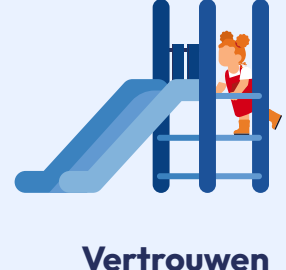
Belang van motorische ontwikkeling bij kleuters

Kinderen die zich breed motorisch ontwikkelen, plukken daar op korte én lange termijn de vruchten van: ze bewegen meer, zijn vaker lid van een sportvereniging, zijn fitter, hebben een gezonder gewicht, voelen zich sociaal en mentaal beter en hebben een positiever zelfbeeld. Er zijn ook aanwijzingen dat een goede motoriek de taalontwikkeling en cognitieve ontwikkeling van kinderen bevordert, het zelfvertrouwen verhoogt en gevoelens van angst vermindert.

Zorg daarom voor een breed en gevarieerd beweegaanbod van kinderen waarin met plezier gewerkt wordt aan de vier kernelementen van beweegvaardigheid:



Competentie



Vertrouwen



Motivatie



Kennis

10 redenen waarom motorische vaardigheid belangrijk is voor kleuters



Motorisch vaardige kinderen bewegen over het algemeen meer.



Kinderen die zich motorisch goed ontwikkelen, hebben vaak ook een gezonde taalontwikkeling.



Motorisch vaardige meisjes zijn over het algemeen vaker lid van een sportvereniging.



Motorisch vaardige kinderen sporten over het algemeen meer, ook als ze ouder worden.



Jonge kinderen die zich motorisch goed ontwikkelen, laten vaak ook een goede cognitieve ontwikkeling zien.



Motorisch vaardige kinderen zijn over het algemeen fitter.



Kinderen die meer bewegen tijdens hun jeugd, hebben een grotere kans ook veel te bewegen als zij volwassen zijn.



Motorisch vaardige kinderen hebben over het algemeen een gezonder gewicht.



Motorisch vaardige kinderen voelen zich over het algemeen mentaal en sociaal beter.



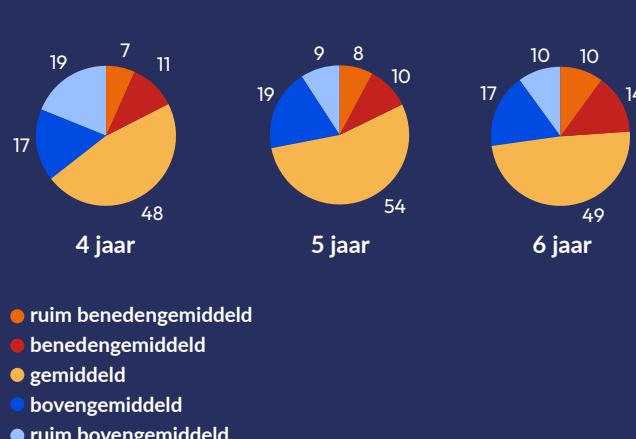
Motorisch vaardige kinderen hebben over het algemeen een positiever zelfbeeld.



Hoe is het gesteld met de motorische vaardigheid van kleuters?

Jaarlijks worden landelijke cijfers van de MQ scan in kaart gebracht. In 2022 was de laatste motoriek peiling, met daarin de motorische vaardigheidsscores van kleuters uit 1.150 basisscholen. Landelijk scoort 18% van de 4- en 5-jarige kleuters en 24% van de 6-jarige kleuters motorisch beneden gemiddeld. Er is nog geen verbetering zichtbaar in vergelijking met de eerdere peilingen (vanaf 2019).

Prestaties per leeftijd (in %)

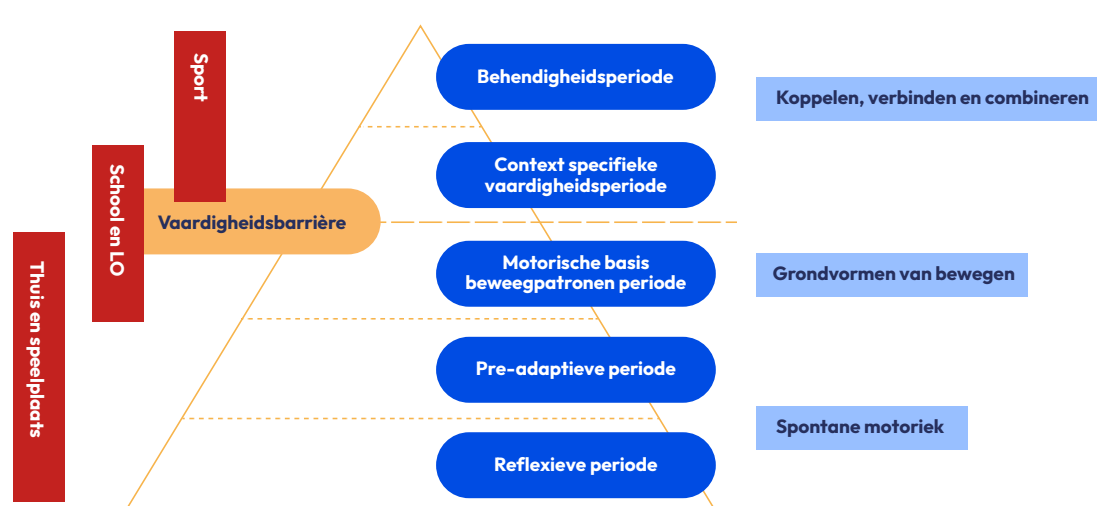


Zo ontwikkelt de motorische vaardigheid van kleuters zich over de tijd

De ontwikkeling van de motorische vaardigheden van kleuters over de tijd kent sterke verschillen. Bij veel kinderen is een positieve trend in beweegvaardigheid zichtbaar, echter zien we bij bijna 20% van de kinderen tussen 2020 en 2023 een negatieve trend in het verloop van motorische vaardigheid.

Een gezonde motorische ontwikkeling is essentieel om mee te doen met sport en bewegen, omdat dit helpt om over de vaardigheidsbarrière heen te stappen. Deze vaardigheidsbarrière houdt in: voldoende beheersing van de grondmotorische vaardigheden.

Berg van Motorisch Leren



Hoe zijn verschillen in motorische ontwikkeling te verklaren?

Verskillende dingen kunnen de motorische ontwikkeling versterken of juist belemmeren. Overgewicht kan de ontwikkeling belemmeren. Ook ervaren kinderen met overgewicht minder plezier in bewegen en zijn zij minder actief. De volgende factoren kunnen de ontwikkeling juist versterken:

- ➔ Een fysieke thuisomgeving die bewegen mogelijk maakt (denk aan een tuin)
- ➔ Actief transport naar school (denk aan lopen of fietsen)
- ➔ Een opvoedstijl waarin sport en bewegen worden gestimuleerd

Jij als professional kunt ouders bewust maken van deze factoren.



Aan de slag met motorische vaardigheid

De volgende tips helpen je op een effectieve wijze de motorische vaardigheden van jonge kinderen te verbeteren:

- ➔ Zorg voor een breed aanbod van fundamentele motorische vaardigheden. Oftewel: zorg dat iedere les een mix heeft van zowel locomotie- (zoals rennen, huppelen, springen, etc.), manipulatieve- (zoals gooien en vangen) en balansvaardigheden. Probeer deze ook gevarieerd aan te bieden in je activiteit. Zie [hier](#) meer inspiratie.
- ➔ Differentieer in je les. Zorg dat kinderen een moeilijkere en/of makkelijkere uitvoering kunnen kiezen om aan te sluiten op het beweegniveau van ieder kind.
- ➔ Deel je les in waarbij je kiest voor een combinatie van doelbewust trainen (deliberate practice) en doelbewust spelen (deliberate play)
- ➔ Probeer meerdere korte beweegmomenten in te richten (3 tot 4x per week) in plaats van 1 langer beweegmoment
- ➔ Kruip in de belevingswereld van het jonge kind en pas je didactiek hierop aan
- ➔ Breng de motorische vaardigheid van het jonge kind met enige regelmaat in kaart. Dit helpt bij het stellen van de juiste doelen
- ➔ Zorg voor veel beweegtijd en voorkom stilzitten!
- ➔ Werk samen en creëer een '1+1=3 effect' samen met ouders en partners uit het onderwijs, de opvang, sport, zorg en wijk.

TIP: Kijk hierbij ook eens naar de [erkende sport- en beweeginterventies voor jonge kinderen](#).

Wil je meer inspiratie en handvatten?

Ga dan naar de [Toolbox](#) beweegstimulering jonge kinderen.



Deze infographic is opgesteld door De Haagse Hogeschool in samenwerking met Kenniscentrum Sport & Bewegen. Wil je meer weten over de onderzoeksresultaten van Start (V) aardig, lees dan [hier](#) meer over het project en de achterliggende wetenschappelijke publicaties. Start(V) aardig is een consortium van meerdere hogescholen: De Haagse Hogeschool, Fontys Hogeschool, Hanzehogeschool Groningen en Hogeschool Windesheim.

