

Beweegkriebels

Beweegplezier vanaf 4

www.sportservicemiddennederland.nl

Bewegen

kinderen

Gezond

Workshops

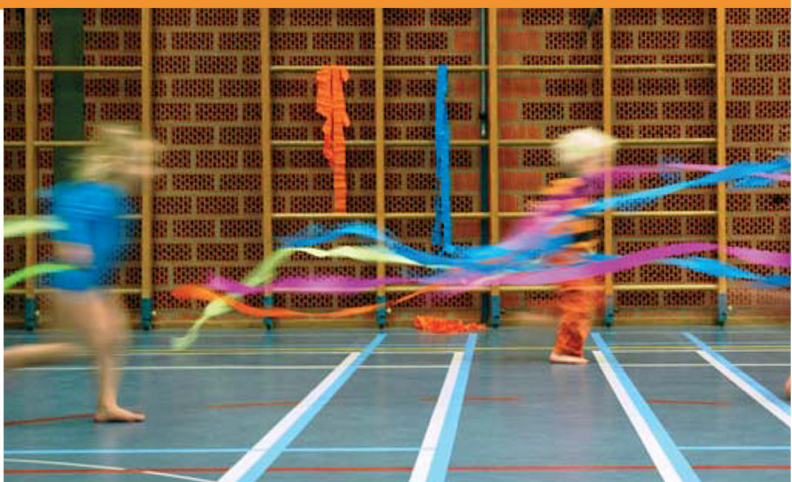
Tips

Spel

Cursus

Plezier

Uitdgend



SPORTSERVICE
MIDDEN NEDERLAND

NISB Nederlands Instituut
voor Sport & Beweging

Bewegen is belangrijk

Iedereen weet dat het voor kinderen belangrijk is om voldoende te bewegen. Toch is één op de zes kinderen te dik. Dit komt door te weinig beweging en een verkeerd voedingspatroon. Meer dan driekwart van de dikke kinderen heeft ook op latere leeftijd last van overgewicht. Voor komen is dus beter dan genezen. Sportservice Midden Nederland biedt daarom de trainingen en workshops 'Beweegekriebels' en Beweegeplezier' aan. Deze methoden zijn ontwikkeld door het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB).

De methoden hebben 5 uitgangspunten:

- Plezierbeleving
- Andersoortig materiaal en creativiteit
- Combineren van praktijk en theorie
- Het uitleggen van een spel
- Loslaten van een vaste activiteitenstructuur

Beweegekriebels (0-4 jaar)

De workshopleider leert de groepsleiding van kinderdagverblijven en peuterspeelzalen hoe zij kinderen een op hun leeftijd afgestemd en uitdagend beweegaanbod kunnen bieden. Er wordt aandacht besteed aan plezier in bewegen, organisatievormen, de manier waarop je een activiteit uitlegt, materiaalkeuze en niet te vergeten de motorische ontwikkeling van het jonge kind. De training geeft zoveel inzicht in spelen en bewegen dat deelnemers vanuit hun eigen fantasie varianten en nieuwe originele activiteiten kunnen bedenken.

Beweegeplezier (4-12 jaar)

De training Beweegeplezier vanaf 4 leert leerkrachten, groepsleiding en sport- en

spelbegeleiders hoe ze een voor deze doelgroep aantrekkelijk, uitdagend en verantwoord spel- en beweegaanbod kunnen ontwikkelen en uitvoeren. Deelnemers aan de training leren in de praktijk vaardigheden als creativiteit, begeleiding en spelinzicht. De training inspireert de deelnemers tot het zelf bedenken van spelletjes en het aanpassen van bestaande activiteiten aan de groep.

Overzicht workshops en trainingen

Kinderdagverblijf

- Training Beweegekriebels
- Ouderavond Beweegekriebels
- Workshop Beweegekriebels
- Workshop Eetplezier

Basisscholen en Buitenschoolse Opvang

- Training Beweegeplezier (maatwerk maximaal 7 bijeenkomsten)
- Ouderavond Beweegeplezier
- Workshop Beweegeplezier
- Workshop Eetplezier

Tussenschoolse Opvang

- Training Beweegeplezier
- Workshop Beweegeplezier

Informatie

Voor informatie over de mogelijkheden voor uw organisatie kunt u contact opnemen met projectleider Edith Horsting van Sportservice Midden Nederland.

Telefoon: 030-7513855

E-mail: [edith.horsting@](mailto:edith.horsting@sportservicemiddenederland.nl)

sportservicemiddenederland.nl