

Kleuters in beweging!

Kinderen, maar zeker kleuters vinden bewegen doorgaans leuk. Het is namelijk de natuurlijke behoefte van kleuters om in beweging te zijn; zo ontdekken ze de wereld! Ze leren door te spelen en bewegen waarbij de spraak- en taalontwikkeling, cognitieve, sociaal-emotionele, én de motorische ontwikkeling hand in hand gaan. | Tekst Pim Koolwijk, Mirka Janssen en Sanne de Vries

Spraak- en taalontwikkeling

Bewegen ondersteunt bijvoorbeeld de taalontwikkeling: kleuters die bij het praten veel gebaren maken, krijgen gemakkelijker grip op de woorden (Goldin-Meadow, 2006). Bij het praten worden ondersteunende gebaren gebruikt, zoals groot (armen wijd uit

elkaar) en klein (duim en wijsvinger dicht bij elkaar). Ook bij volwassenen zie je dat terug: mensen praten vloeiender als ze gebaren maken tijdens het presenteren en zelfs blinden gebruiken ondersteunende gebaren (Özçaliskan, Lucero, & Goldin-Meadow, 2016). Kinderliedjes, zoals

hoofd-schouder-knie-en-teen en bewegingsversjes waarin woorden aan bewegingen gekoppeld worden, helpen in de taalontwikkeling. Ook weten we dat jonge kinderen complexere en rijkere taal gebruiken in interacties met andere kinderen tijdens spel. Ze kondigen bijvoorbeeld aan wat ze straks gaan doen of nemen een rol aan in fantasiespel. Ze formuleren regels en denken hardop over de dingen om zich heen na. Ze beloven elkaar dingen en geven uitgebreid antwoord op vragen (Deunk, 2009). Ook andere vormen van bewegen stimuleren de ontwikkeling van kleuters.

Cognitieve en sociaal-emotionele ontwikkeling

Bewegingsbaantjes lenen zich goed voor de stimulering van de cognitieve ontwikkeling: bij een bewegingsbaantje gaan kleuters bijvoorbeeld hoog en laag, moeten ze afstanden inschatten met springen en moeten ze zich ruimtelijk oriënteren. Bovendien krijgen ze zo makkelijker vat op begrippen als erin, erdoor, erop, erover, eronder, voor, achter, naast etc. Bewegingssituaties hebben ook een positieve invloed op de sociaal-emotionele ontwikkeling. Kleuters die langer in een groepje spelen zijn in staat om diepere contacten te leggen, beter emoties te herkennen bij andere kinderen en beter conflicten op te lossen (Veiga et al., 2016).

Motorische ontwikkeling

Dat de motorische vaardigheden van kleuters een belangrijke sleutel vormen in het beweeggedrag van kleuters, daar is niet iedereen zich bewust van. Als kinderen voldoende en gevarieerd bewegen, ontwikkelen zij een goede basis aan motorische vaardigheden en hebben daardoor meer plezier in bewegen. Want als het lukt is het leuk en omdat het leuk is gaan kleuters vaker bewegen, wat een positief effect heeft op de lichamelijke gezondheid, maar dus ook op de andere ontwikkelingsgebieden van kleuters. Het omgekeerde gebeurt ook: als kleuters niet goed leren bewegen en dus te weinig succeservaring opdoen, doet dat ook wat met hun



//
"Grote motorische verschillen tussen kinderen in groep 3"



//

"Bewegingssituaties hebben ook een positieve invloed op de sociaal-emotionele ontwikkeling

zelfvertrouwen. Dus een goede motorische vaardigheid is belangrijk voor kleuters: voor het zelfvertrouwen, voor de cognitieve ontwikkeling, voor de sociaal-emotionele ontwikkeling en voor de spraak- en taalontwikkeling.

Verschillen tussen kinderen in groep 3

Helaas zien we al grote motorische verschillen tussen kinderen die in groep 3 komen, bijvoorbeeld tussen kinderen die gymles hebben gehad van een groepsleerkracht ten opzichte van kinderen die gymles hebben gehad van

een vakleerkracht bewegingsonderwijs (Schipper et al., 2014). Volgens het Mulier rapport (Vrieswijk et al., 2021) hebben kleuters in de eerste lockdown door Covid-19 een achterstand opgelopen in hun motorische ontwikkeling. Deze resultaten worden echter niet gevonden in de MAMBO-data (HvA) of de MQ-data (HHS). Uit onderzoek van het RIVM (Databron geanalyseerd door het RIVM, op verzoek van het Kenniscentrum Sport en Bewegen) blijkt overigens dat nog geen 60% van de kleuters in 2019 aan de beweegrichtlijn van 60 minuten per dag voldeed.

Zowel groepsleerkrachten als vakleerkrachten ervaren de nodige uitdagingen wanneer het aankomt op lesgeven aan kleuters. Het ontbreken van de juiste didactische vaardigheden voor deze specifieke doelgroep alsmede de geringe aandacht die er in het curriculum van de beroepsopleiding(en) is voor kleuters, kan leiden tot handelingsverlegenheid bij de professional. Ook het bepalen van de juiste lesinhoud om motorische ontwikkeling voor ieder kind te waarborgen is geen uitgemaakte zaak.

Tips voor de praktijk

De uitdagingen over hoe de motorische vaardigheid bij kleuters zo efficiënt en effectief mogelijk aangeboden kan worden, is voor ons aanleiding geweest om hiervoor enkele richtlijnen op te stellen. Deze richtlijnen zijn gebaseerd op een (internationale) literatuurstudie (Koolwijk et al., 2022 artikel in voorbereiding). De belangrijkste bevindingen zijn uiteengezet in waardevolle tips voor de praktijk.



Probeer zo veel én zo gevarieerd mogelijk alle fundamenteel motorische vaardigheden aan te bieden tijdens de les. Een mix van locomotorische vaardigheden (zoals hardlopen, huppelen, hinkelen, springen en glijden) al dan niet in combinatie met manipulatieve vaardigheden (zoals gooien, vangen, stuiten, schoppen, slaan en rollen) aangevuld met balanceren/stabiliseren, vormt de basis van waaruit het jonge kind op latere leeftijd specifieke sport- en spelvaardigheden kan ontplooiën. Gebruik als lesmethode zowel 'deliberate practice' als 'deliberate play' (Riethmuller, Jones, & Okely, 2010). Het doelbewust en gericht oefenen van een vaardigheid (deliberate practice) afgewisseld met een arrangement waarbij het kind als het ware wordt uitgenodigd om zelf te ontdekken/leren (deliberate play) is belangrijk. Op deze manier vergroot je het

leerresultaat van het kind met behoud van beweegplezier. Verdiep je in de belevingswereld en wensen en behoeften van het jonge kind en sluit hier in de beweegactiviteiten op aan. Inhoudelijke kennis van de doelgroep met alle specifieke kleuterkenmerken is cruciaal. Hoe kruip je in de belevingswereld van jonge kinderen, in welke ontwikkelingsfase bevindt een kleuter zich en hoe zorg je ervoor dat alle kinderen een waardevolle les hebben gehad (Koekoek & Walinga, 2021)? Monitor de motorische ontwikkeling en voortgang van het kind. Hoe waarborg je de progressie van de leerlingen, ook op deze jonge leeftijd? Een vroege signalering van afwijkend motorisch gedrag biedt meer mogelijkheden voor de beweegprofessional om hier naar te handelen. Kies daarom voor een meetinstrument dat de motorische vaardigheid van kleuters op objectieve wijze kan weergeven (Hulst et al., 2020).

Creëer samen een veilige en beweegvriendelijke omgeving die uitnodigt tot beweging (zoals het schoolplein, de gymzaal, de speelzaal, etc.). De brede ontwikkeling van kleuters vraagt om een multidisciplinaire aanpak. Bovenstaande maakt duidelijk hoe belangrijk het is dat groepsleerkrachten, vakleerkrachten, buurtsportcoaches en andere professionals zien wat de kleuters nodig hebben in hun motorische ontwikkeling en daar ook hun aanbod op aanpassen. Daarom is het van belang dat we zorgen dat de omgeving van kleuters continu uitnodigt tot een variatie in beweging, waarbij het beleid en de fysieke omgeving ondersteunend zijn aan de sociale omgeving, namelijk de ouders, familie en professionals, zodat hij/zij bij alle kleuters de optimale ontwikkeling kan stimuleren voor nu en voor later. ●



Bronnen

Scan de QR-code naar de bronnen



bit.ly/360KL61

Contact

p.koolwijk@hhs.nl

Pim Koolwijk is als docent-onderzoeker verbonden aan de HALO en het lectoraat Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving aan de Haagse Hogeschool (HHS) en bezig met zijn promotie onderzoek naar de beweegvaardigheid van jonge kinderen getiteld *Start(V)aardig*.

Mirka Janssen is verbonden aan de Hogeschool van Amsterdam (HvA) als Lector Lectoraat Bewegen In en Om School (BIOS) en themaleider *Gezond Opgroeien van het Centre of Expertise Urban Vitality*.

Sanne de Vries is verbonden aan de Haagse Hogeschool (HHS) als Lector Gezonde Leefstijl in een Stimulerende Omgeving (GLSO) en tevens directeur van het Kenniscentrum Health Innovation.

Foto's

Anita Riemersma

Kernwoorden

kleuters, cognitieve ontwikkeling, sociaal-emotionele ontwikkeling, spraak- en taalontwikkeling, motorische ontwikkeling