



I Van advies naar actie

BRON: Expertisecentrum Kinderopvang, 2025

Mogelijk gemaakt met een projectsubsidie van Ministerie Sociale Zaken en Werkgelegenheid

Bekijk gezamenlijk de video van het Kenniscentrum Sport en Bewegen en ontdek het beweegadvies voor kinderen tussen de 0 – 4 jaar en wat dit betekent voor de dagelijkse praktijk.



VOOR WIE

Pedagogisch coaches en pedagogisch professionals



DOEL

Bewustwording creëren over het belang van dagelijks voldoende bewegen bij jonge kinderen bij pedagogisch professionals.



WAT

Bekijk met de pedagogisch professionals de video met het beweegadvies en vertaal deze naar de eigen praktijk.



WERKWIJZE

Bekijk met de pedagogisch professionals de video “Beweegadvies 0–4 jaar” (waarbij de focus ligt op 0–2 jarigen) en bespreek in kleine groepjes wat opvalt en wat beter kan. Vertaal de inzichten naar de praktijk door beweegmomenten en ouderbetrokkenheid in kaart te brengen en actiepunten vast te leggen.



GOED OM TE WETEN

- Veel ouders en pedagogisch professionals zijn zich nog onvoldoende bewust van het belang van beweging bij jonge kinderen, zeker in de eerste 2 levensjaren. Het beweegadvies is bedoeld om dit bewustzijn te vergroten en tegelijkertijd praktische handvatten te geven.
- Beweging draagt niet alleen bij aan de motorische ontwikkeling, maar ook aan de sociaal-emotionele en cognitieve ontwikkeling.
- Juist door beweging in dagelijkse routines te verweven, wordt bewegen vanzelfsprekend en haalbaar.

1. Voorbereiding

- Zoek en open de video “Beweegadvies 0–4 jaar” van het Kenniscentrum Sport & Bewegen. Klik hier: [Beweegadvies 0-4 jarigen](#)

2. Samen kijken en bespreken

- Kijk de video in teamverband en focus met name op de 0-2 jaar leeftijdscategorie.
 - Bespreek in kleine groepjes:
 - Wat valt op?
 - Wat doen we al?
 - Wat kunnen we meer of anders doen?
-

3. Vertaling naar de praktijk

- Maak samen een lijstje met voorbeelden van beweegmomenten die al in de dagelijkse routine zitten.
 - Bedenk waar meer beweegkansen gecreëerd kunnen worden. Denk aan:
 - Opruimen
 - Naar buiten gaan
 - Aankleden
 - Fruitmoment
 - Bespreek hoe ouders hierin betrokken kunnen worden (via nieuwsbrieven, oudergesprekken, flyers, apps, etc.)
-

4. Actiepunten vastleggen

Vul onderstaand formulier in.

- Beschrijf een top 3 van acties die op dit moment al beweging stimuleren bij 0-2 jarigen (wat we blijven doen)
 - Beschrijf een top 3 van acties om beweging bij 0-2 jarigen te stimuleren op de groep (voor meer beweging gaan we aan de slag met)
 - Noteer suggesties voor oudercommunicatie
-

	Wat we blijven doen:	Voor meer beweging gaan we aan de slag met:	We communiceren dit op deze manier met de ouders:
1.			
2.			
3.			