

Perstekst

Met 'beweeglandschap' in Hal 5 creëren Stad Leuven en Sporty extra ruimte voor kinderen om te bewegen.

Bewegen: jong geleerd is oud gedaan

Uit onderzoek blijkt dat Vlaamse peuters en kleuters te weinig bewegen en de internationale gezondheidsnorm van drie uur beweging per dag niet halen. Als ze actief zijn, zijn het activiteiten van korte en onregelmatige duur of van 'lage' intensiteit, zoals wandelen. Doordat ze minder bewegen, ontwikkelen ze ook hun motorische vaardigheden minder sterk: ze lopen moeilijker, kunnen moeilijker met een bal gooien en minder goed springen.

Er zijn wetenschappelijk gezien 12 fundamentele bewegingsvaardigheden die een kind op jonge leeftijd zou moeten verwerven om de motorische ontwikkeling te bevorderen: dribbelen, glijden, heffen en dragen, klimmen, roteren, slaan, springen en landen, trappen, trekken en duwen, vangen en werpen, wandelen en lopen, en zwaaien. Deze bewegingsvaardigheden zijn cruciaal om op latere leeftijd sportspecifieke vaardigheden te leren en kunnen dus de start betekenen van een levenslange gezonde en plezierige deelname aan sport en beweging.

Stad Leuven zet dan ook al jaren in op een gezonde, speelse en open leefomgeving op maat van jonge kinderen, waar ze de kans krijgen om zich fysiek uit te leven: via de aanleg van prikkelende speelterreinen of spelprikkelers in de openbare ruimte; via een laagdrempelig beweegaanbod in de naschoolse opvang, waarbij Kinderkuren samenwerkt met Tofsport; via de organisatie van workshops 'beweegkriebels' waaraan 2-jarigen samen met hun ouders kunnen deelnemen en via het ondersteunen van het bewegingsprogramma Multimove.

Permanent beweeglandschap: na één maand een succes!

Sinds september startte Stad Leuven in samenwerking met sport- en jeugdvereniging Sporty een permanent 'beweeglandschap' in Hal 5, waar kinderen van 2 tot en met 8 jaar in gezins- of in groepsverband (vb. klas, kinderopvang, kinderwerking ...) kunnen klimmen, rollen, met de bal spelen, glijden, vangen, lopen, draaien ...

Het beweeglandschap bestaat uit een reeks grote toestellen. De kinderen doorlopen een parcours en oefenen zo verschillende vaardigheden. De opstelling verandert elke week, om de variatie en de leerkansen te maximaliseren.

De lessen voor kinderen of kinderen samen met (groot)ouders vinden plaats op woensdagnamiddag, donderdagavond of zaterdagvoormiddag. Het gaat over een reeks van tien lessen. Er is kansentariaef voorzien via de UITPAS zodat iedereen gelijke kans heeft om deel te nemen.

Daarnaast is het beweeglandschap beschikbaar voor (kleuter)klassen, kinderwerkingen, peutergroepen ... die hiervoor een beperkte deelnameprijs van 1 euro per kind betalen, professionele begeleiding inbegrepen.

De ruimte is één maand na de lancering al een groot succes te noemen: al **120 kinderen** komen wekelijks bewegen. Omwille van het grote succes onderzoeken stad Leuven en Sporty of er na de winter extra bewegingslessen georganiseerd kunnen worden. Ook open-‘beweeg’-momenten voor gezinnen staan op het programma.

Multimove: zelfde filosofie, andere uitwerking

Naast investeren in een beweeglandschap ondersteunt stad Leuven ook Multimove. Dat is een gevarieerd en uitdagend bewegingsprogramma gericht op de ontwikkeling van de 12 fundamentele bewegingsvaardigheden bij kinderen van 3 tot 8 jaar. Om deze doelstelling te bereiken organiseerde Tofsport in samenwerking met Sport Vlaanderen al driemaal **Multimove-opleidingen** in Leuven. Enerzijds om de drempel naar de oprichting van een Multimove-school voor de Leuvense sportclubs zo laag mogelijk te maken, anderzijds om de Leuvense kinderen en ouders met het concept te laten kennismaken. *“Deze ondersteunende aanpak werpt zijn vruchten af”*, stelt Erik Vanderheiden, schepen van sport, *“aangezien al 8 Leuvense sportclubs (Blauwput Omnisport, Lizards Lubbeek Leuven, TTC Meerdaal Leuven, Notre Dame basketbalclub dames Leuven, Leuven Bears, Pump, Danshuis en Sporty) Multimove-lessen aanbieden. Heel wat Leuvense kleuters en lagere schoolkinderen krijgen zo de kans om hun fundamentele bewegingsvaardigheden te oefenen”*.

Hoewel de achterliggende filosofie van het beweeglandschap en Multimove dezelfde zijn, is de opstart van een permanente bewegingsruimte zeker complementair aan het bestaande aanbod:

- De ruimte is permanent ingericht als bewegingsruimte, en omvat veel grote beweegmaterialen. Hierdoor leren kinderen hun **locomotie** of ‘het bewegen van het eigen beweegapparaat’ te oefenen, waar in de Multimove-lessen de focus meer ligt op objectcontrole;
- In het beweeglandschap doorlopen de kinderen een **parcours**, bij Multimove wordt niet noodzakelijk gewerkt met een parcours maar ook met individuele opdrachten of losse oefeningen
- In de bewegingsruimte krijgt het kind **individuele begeleiding** van een ouder die of een ander familielid dat ook zelf kan meedoen. De ouders motiveren en stimuleren hun kind om te bewegen. Hierdoor staat de ruimte ook open voor jonge kinderen. Er wordt samen geëxperimenteerd bij de verschillende oefenmaterialen. Bij Multimove zijn er één of twee begeleiders aanwezig. De kinderen worden gestuurd waar nodig, maar hebben geen één-op-éénbegeleiding.

Het beweeglandschap als nieuwe troef van Leuven als kind- en gezinsvriendelijke stad

“Het beweeglandschap is een nieuwe troef van Leuven als kind- en gezinsvriendelijke stad”, zegt Bieke Verlinden, schepen van sociale zaken, werk en studentenzaken. *“Niet alleen de bewegingsvaardigheden van jonge kinderen worden er gestimuleerd, de kinderen doen nieuwe ervaringen op, krijgen uitdagende exploratiekansen, ontwikkelen hun sociale vaardigheden en*

zelfvertrouwen, maar beleven bovenal een fijne tijd samen met leeftijdsgenoten of (groot)ouders”.

“Onderzoek bewijst het keer op keer: hoe meer kinderen bewegen, hoe beter ze zich voelen en hoe beter ze ontwikkelen. Maar bewegen is vooral fijn” vult Steffi Swennen van Sporty aan.

Meer info

Bieke Verlinden
Schepen van sociale zaken, werk en studentenzaken
Tel.: 016 27 22 03
Mobiel: 0485 59 79 11
Bieke.verlinden@leuven.be

Erik Vanderheiden
Schepen van sport
Tel.: 016 27 22 02
Mobiel: 0471 54 43 19
erik.vanderheiden@leuven.be

Jan Vansantvoet
Diensthoofd sportpromotie
Tel. 016 27 24 59
Jan.vansantvoet@leuven.be

Murielle Mattelaer
beleidsadviseur kinderopvang en opvoedingsondersteuning
Tel. 016 27 26 13
murielle.mattelaer@leuven.be