

# Onderzoek

hoe laat je peuters meer bewegen?

Kids  
Foundation

## De eerste resultaten

*UvA-student Marjolein Looijen wil meer inzicht krijgen in het beweeggedrag onder peuters en hoe je ze kunt stimuleren tot meer bewegen.*



### Waarom bewegen?

- Voldoende beweging zorgt voor een goede motorische ontwikkeling, goede conditie en gezond gewicht
- Verbetert de concentratie, leggen van verbanden en switchen tussen leertaken
- Samen met andere kinderen bewegen, is goed voor de sociale ontwikkeling
- Is leuk om te doen en bij extra aandacht een mogelijke reden voor ouders om voor die kinderopvang te kiezen

### Hoeveel bewegen?

- Hoe meer beweging, hoe beter!
- Dagelijks, met plezier en gevarieerd
- Verschillende soorten beweging: dansen, springen, rennen ...



### Wat vinden...

#### ... ouders

- Kinderen bewegen dagelijks gemiddeld 30-50 min. doordeweeks en 40-60 min. in het weekend
- Bewegen op de kinderopvang is erg belangrijk: 9/10
- 70% verwacht op de kinderopvang meer dan een uur beweging per dag, zoals rennen en dansen

#### ... pedagogisch medewerkers

- Bewegen gemiddeld 40-50 minuten per dag met de kinderen
- Bewegen is niet heel moeilijk: gemiddeld 4/10, de invulling verschilt per medewerker
- Bewegen is leuk: 7.5/10

### Rol van pm'ers

*Niet alleen het bewegen, maar ook het aanmoedigen leidt tot meer beweging!*



### Lekker bewegen!

We onderzoeken twee nieuwe beweeginitiatieven: de Beweegvloer en de Beweegkanjer (parcours).

#### Wat kiezen de ouders: Beweegvloer of Beweegkanjer?

*De meeste ouders hebben de voorkeur voor de Beweegkanjer (35/45).  
Waarom?*

- Diversiteit van de bewegingen
- Goed voor de motoriek
- Zorgt voor een groepsgevoel
- Makkelijker inzetbaar
- Past beter bij peuters

