

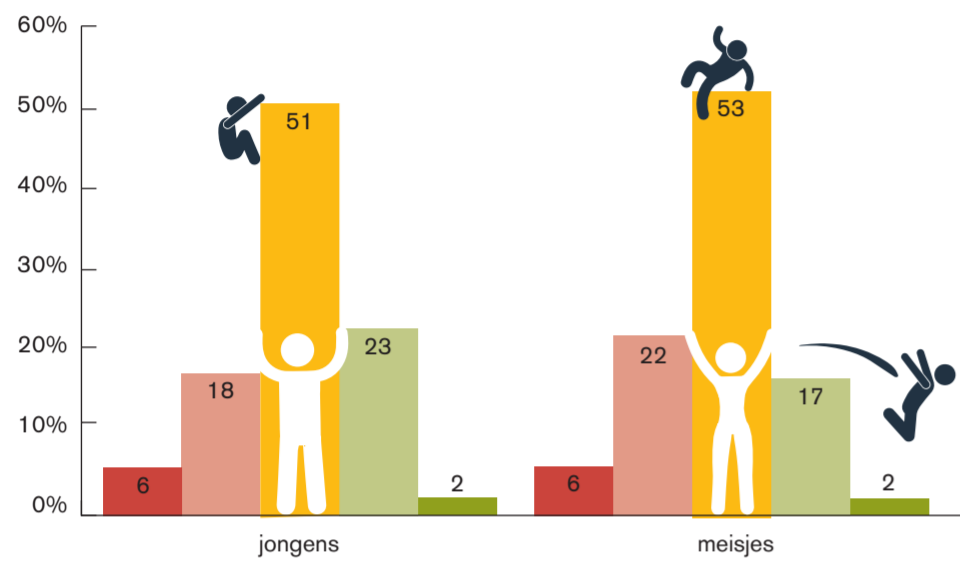
# Motorische vaardigheid voor een leven lang bewegen

Motorische vaardigheid is het vermogen van een persoon om verschillende motorische handelingen uit te voeren, inclusief coördinatie van motorische vaardigheden die nodig is om dagelijkse taken te volbrengen. [Henderson & Sugden, 1992].

## Huidige stand van zaken

### Huidige stand van zaken rondom motorische vaardigheid landelijk

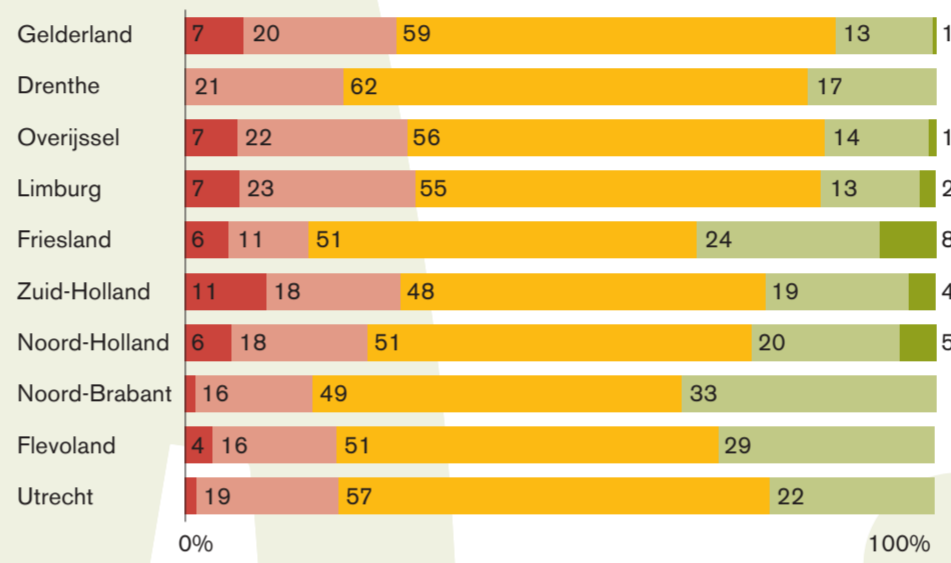
■ ruim onder gemiddeld  
■ onder gemiddeld  
■ gemiddeld  
■ boven gemiddeld  
■ ruim boven gemiddeld



Data afkomstig uit de landelijke dataset MQ Scan, 2018 (N = 13.659)

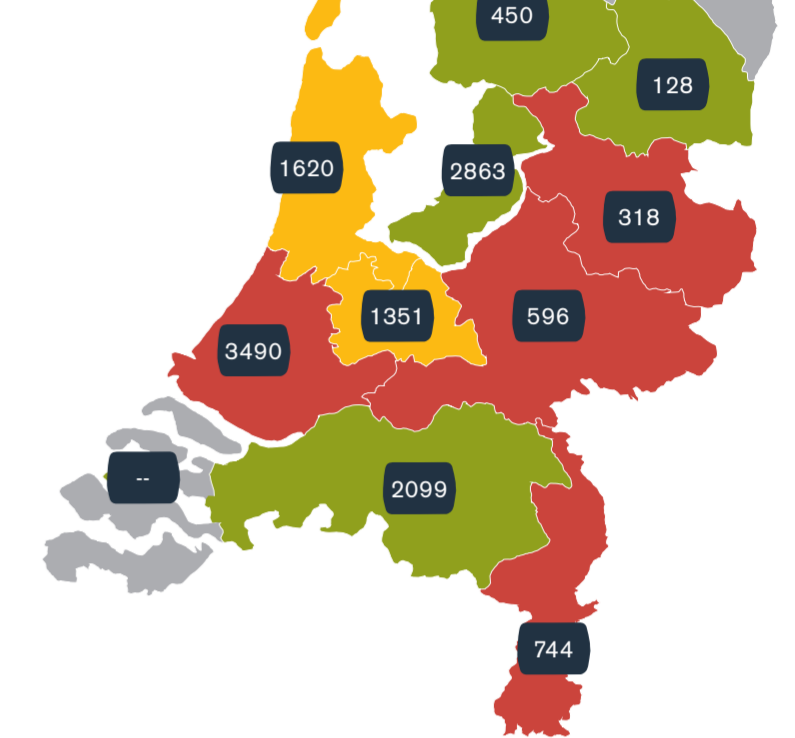
### Huidige stand van zaken rondom motorische vaardigheid per provincie

■ ruim onder gemiddeld  
■ onder gemiddeld  
■ gemiddeld  
■ boven gemiddeld  
■ ruim boven gemiddeld



### Aantallen onderzochte kinderen per provincie

■ scoort relatief hoog  
■ scoort relatief gemiddeld  
■ scoort relatief laag  
■ nvt



### Basisschoolleerlingen in 2016 minder vaardig dan in 2006 op vijf van de acht onderdelen



Balanceren op een instabiel vlak



Mikken op een verhoogd doel



Touwzwaaien met landing halve draai



Werpen en vangen met kleine bal via de muur



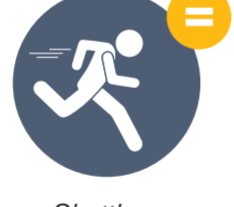
Tennissen via de muur



Wendsprong over de kast



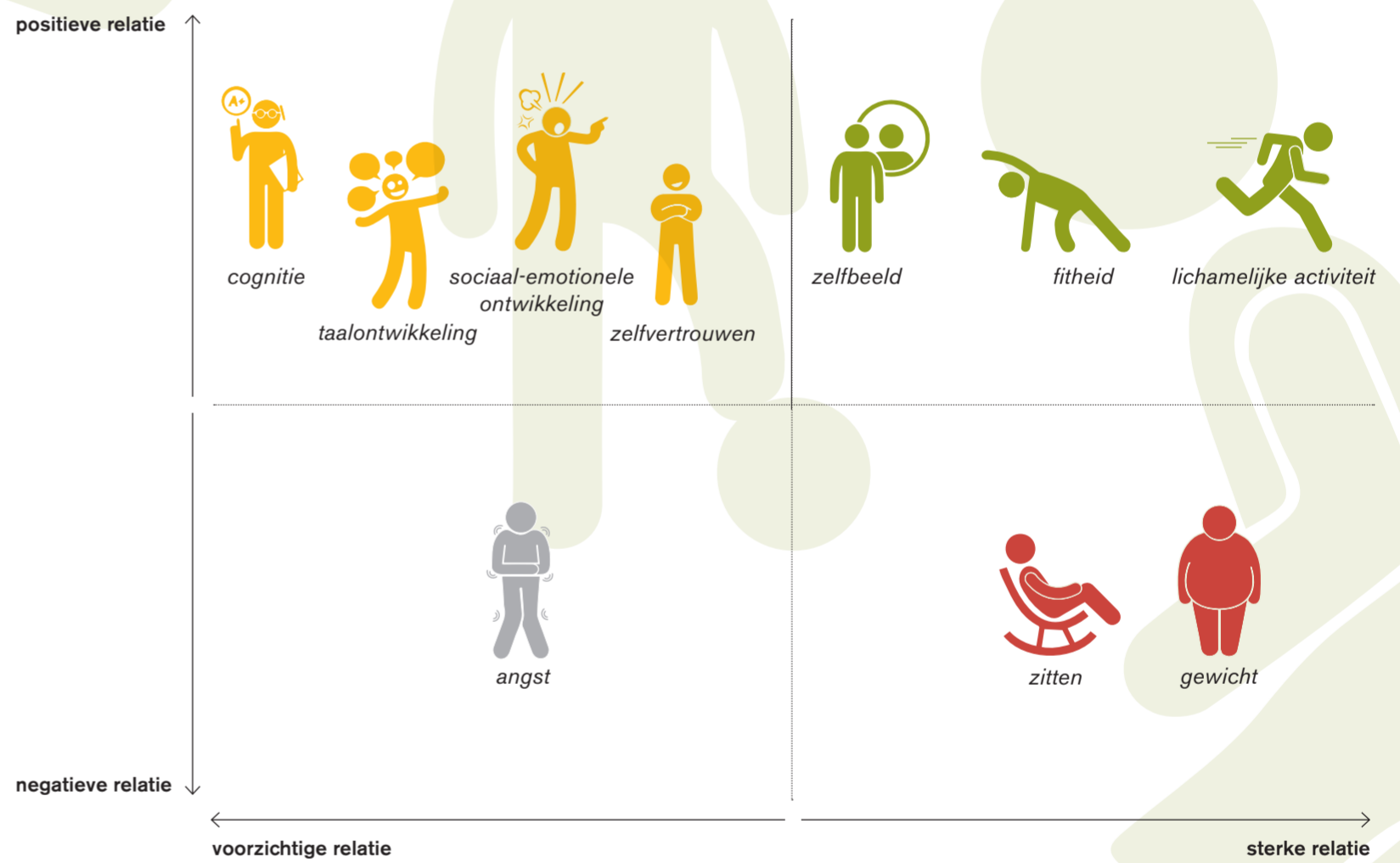
Rollen over een verhoogd vlak



Shuttle-runttest

Data afkomstig uit peil bewegingsonderwijs, 2018 (N = 1.939)

### Relatie tussen motorische vaardigheid en gezondheidsparameters



Data afkomstig uit wetenschappelijke literatuur

## Aanbevelingen voor het verbeteren van de motorische vaardigheid van kinderen

### Competentie om deel te nemen aan uiteenlopende bewegingsituaties

- Zorg voor een brede basis met een gevarieerd bewegingsaanbod.
- Zorg voor inzicht in de motorische vaardigheid van elk individu.
- Zorg voor interventies op maat.
- Zorg voor veel verschillende bewegingscontexten zowel formeel als informeel.
- Beweeg minimaal een uur per dag matig intensief en voer 3x per week versterkende activiteiten uit.
- Zorg voor beperking van schermtijd en langdurig zitten.
- Zorg ervoor dat jong begonnen wordt met bewegen.

### Kennis over het belang van sport en bewegen

- Zorg voor de ontwikkeling van zelfregulatieve vaardigheden.
- Zorg voor de ontwikkeling van een reëel zelfbeeld op de eigen motorische vaardigheid.

### Vertrouwen in de eigen bewegingsmogelijkheden

- Zorg voor effectieve communicatie met alle individuen.
- Zorg voor positieve coaching met alle individuen.
- Zorg ervoor dat alle individuen zich op hun eigen niveau verbeteren.

### Motivatie om de eigen 'motorische mogelijkheden' verder te ontwikkelen

- Zorg voor plezier in bewegen bij alle individuen op alle niveaus.
- Creëer een veilig pedagogisch klimaat voor alle individuen.
- Zorg ervoor dat prestatie en competitie niet op de voorgrond staat.

Voor meer informatie, neem contact op met:  
Joris Hoeboer, j.j.a.a.hoeboer@hhs.nl  
Sanne de Vries, s.i.devries@hhs.nl

Physical literacy is een concept dat bestaat uit vier verschillende, samenhangende elementen: competentie, vertrouwen, motivatie en kennis.

DE HAAGSE  
HOGESCHOOL