

# Brede motorische ontwikkeling: voor ieder kind van belang

Helaas zien we een trend in Nederland dat kinderen motorisch steeds minder vaardig zijn. Dit baart zorgen, omdat de gezondheid, sportdeelname en de persoonlijke ontwikkeling van kinderen gebaat zijn bij een goede motoriek.



Voor een goede motorische ontwikkeling is het van groot belang dat kinderen voldoende, maar vooral ook gevarieerd bewegen, trainen én spelen. Goed ontwikkelde basisvaardigheden zoals balans, rennen, springen, gooien, vangen, slaan en het schoppen van een bal vormen bovendien weer een belangrijke voorwaarde om verdere sport specifieke vaardigheden effectief aan te leren. Het aanleren van de basisvaardigheden wordt ook wel Brede Motorische Ontwikkeling (BMO) genoemd.

**“Een veelzijdige manier van bewegen zorgt voor meer plezier, meer preventie en uiteindelijk ook voor beter opgeleide sporters. De Nevobo integreert BMO in de strategie om zoveel mogelijk mensen te laten genieten van onze sport door goede programma’s, zoals de Volleybalspeeltuim, maar natuurlijk ook in bekwame trainers en begeleiders.”**

**Guido Davio**  
Directeur Nevobo

## Brede motorische ontwikkeling en gezondheid

Motorisch vaardige kinderen bewegen en sporten over het algemeen meer waardoor deze kinderen fitter zijn en nog vaardiger worden; een positieve spiraal van meedoen. Uit onderzoek blijkt dat kinderen, die een bredere motorische basis hebben, een kleinere kans hebben op het oplopen van blessures omdat ze beter kunnen reageren op onvoorspelbare situaties en dus beter kunnen anticiperen. Daarnaast blijkt dat actieve kinderen ook op oudere leeftijd meer sporten en bewegen en daardoor minder last hebben van overgewicht. Een brede motorische basis bij jonge kinderen geeft dus meer kans op een leven lang sporten en bewegen mét plezier.

**“Bij de KNGU werken we nu ruim 8 jaar met het nijntje Beweegdiploma. Het wetenschappelijk onderbouwde programma dat wij hebben ingezet om het plezier in bewegen en de breed motorische ontwikkeling van kinderen zo optimaal mogelijk te stimuleren. Ouders ervaren een sprong in de ontwikkeling van hun kind op alle gebieden. Motorisch, maar ook cognitief en sociaal emotioneel. Met ruim 10.00 diploma’s per jaar blijven we hier ons hard voor maken!”**

**Marieke van der Plas**  
Directeur KNGU

## Brede motorische ontwikkeling en sportdeelname

Om verscheidene sporten te kunnen beoefenen heeft een kind een brede basis nodig van motorische vaardigheden. Als die worden beheerst, kunnen kinderen, indien ze dat willen, gemakkelijker van de ene naar de andere sport switchen. Om een brede motorische basis te vormen kan de eigen sport aangevuld worden met ontbrekende vaardigheden, maar kinderen kunnen ook meerdere sporten naast elkaar doen. Op die manier vinden kinderen ook gemakkelijker een sport die ze leuk vinden en écht bij hen past. Onderzoek laat zien





dat kinderen, die zich al op jonge leeftijd motorisch breed ontwikkelen en zich pas na 12-jarige leeftijd focussen op één sport, de reis richting topsport ook uitstekend kunnen volbrengen.

## Brede motorische ontwikkeling en persoonlijke ontwikkeling

Een goede motorische ontwikkeling vormt een belangrijke basis voor de ontwikkeling op persoonlijk en sociaal-emotioneel vlak. De (motorische) zelfwaardering groeit op basis van succeservaringen en waardering van ouders, vriendjes, vriendinnetjes en begeleiders. Hierdoor voelen kinderen zich zekerder, leren ze gemakkelijker nieuwe vaardigheden aan en ervaren ze meer plezier in sporten en bewegen.

Een brede motorische ontwikkeling heeft daarnaast een positief effect op de sociale vaardigheden. Dit geldt met name voor team- en duosporten. Kinderen, die bijvoorbeeld goed



**“Als KNVB vinden wij het heel belangrijk dat ieder kind zich breed motorisch kan ontwikkelen. Dit zou wat ons betreft op allerlei plaatsen en momenten voor kinderen gefaciliteerd moeten worden, waaronder binnen de georganiseerde sport en dus ook in het voetballen! Wij dragen als KNVB hier dan ook graag ons steentje aan bij door middel van extra aanbod op dit thema voor verenigingen, hoofden opleiding en trainers. Zo faciliteren we voor ieder kind nog meer voetbal- en beweegplezier een leven lang!”**

**Jorg van der Breggen**  
Hoofd voetbalontwikkeling KNVB

met een bal kunnen dribbelen, gaan sneller samenspelen en dagen elkaar eerder uit. Daarnaast doen vaardige kinderen vaker mee aan verschillende sport- en spelactiviteiten waardoor ze sociaal vaardiger met situaties om leren gaan. Denk aan het verwerken van telleurstellingen en het vieren van successen.

## Een brede motorische ontwikkeling van belang voor ieder kind!

Een brede motorische ontwikkeling zorgt ervoor dat ieder kind met plezier gaat en blijft sporten en bewegen, een leven lang! Gelukkig is er zowel landelijk als lokaal veel aandacht voor de brede motorische ontwikkeling van kinderen. Het is één van de thema's uit het sportakkoord en er zijn tal van verenigingen en lokale sportaanbieders, die aandacht hebben hiervoor. Zo gaan we samen op weg naar een duurzame, gezonde, vrolijke en fitte generatie.



**“Bij de KNHB pleiten we ervoor dat alle kinderen tot in ieder geval de leeftijd van 12 jaar dezelfde basis krijgen op het hockeyveld. Hierin staat plezier maken, spelen en ontdekken centraal waarbij we als doel hebben kinderen breed motorisch op te leiden en op die manier enthousiast te houden voor onze sport. BMO is hier onlosmakelijk mee verbonden.”**

**Karien Meuleman**  
Manager Expertise Centrum KNHB

## Dit zijn de voordelen van BMO bij kinderen

[Bekijk hier de infographic](#)

Bron: Hoofwijk M, Koedijker J, Benjaminse A & Mombarg R (2020). Brede motorische ontwikkeling van kinderen. Nut en noodzaak. SPORTgericht, 74 (6), 2-7.

[Meer lezen? Klik hier om het hele artikel te lezen.](#)