

De voordelen van een brede motorische ontwikkeling bij kinderen.

De motorische vaardigheden van Nederlandse kinderen gaan al decennialang achteruit. Deze achteruitgang baart zorgen, omdat de gezondheid, de sportdeelname en de persoonlijke ontwikkeling van kinderen gebaat zijn bij een goede motorische ontwikkeling.

Wat is brede motorische ontwikkeling (BMO) precies?

Kinderen moeten voldoende en gevarieerd bewegen om motorisch vaardig te worden. Hierbij ligt de nadruk op de ontwikkeling van goede motorische basisvaardigheden, zoals balans, lopen, rennen, springen, gooien, vangen, slaan en schoppen van een bal. Het (aan)leren van een grote diversiteit aan goed ontwikkelde basisvaardigheden wordt ook wel brede motorische ontwikkeling genoemd.

Welke voordelen brengt een brede motorische ontwikkeling met zich mee?



Gezondheid

- + Vaardige kinderen sporten en bewegen meer en zijn daardoor fitter.
- + Vaardige kinderen krijgen minder blessures.
- + Vaardige kinderen blijven en zijn actiever, ook als ze ouder zijn.
- + Vaardige kinderen hebben minder overgewicht, ook als ze ouder zijn.



Sportdeelname

- + Vaardige kinderen doen makkelijker mee aan (nieuwe) sport en beweegactiviteiten.
- + Vaardige kinderen kunnen makkelijker switchen van sport en ontdekken sneller een sport die bij hen past.
- + Vaardige kinderen kunnen ook de route naar topsport volbrengen.



Persoonlijke ontwikkeling

- + Vaardige kinderen creëren meer succeservaringen, hebben meer zelfwaardering en leren makkelijker nieuwe vaardigheden aan.
- + Vaardige kinderen hebben meer plezier in sporten en bewegen.
- + Vaardige kinderen leren makkelijker samenwerken en omgaan met teleurstellingen en successen.

Meer lezen over de voordelen van BMO bij kinderen?

www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/producten/infographic-bmo/