

## Wat biedt Multimove?

plezier

succesbeleving

1000 kansen  
om te bewegen

gevarieerd  
bewegen,  
spelen en  
sporten

creatief  
omgaan met  
eenvoudig  
materiaal

Multimove legt de basis voor een breed en gevarieerd bewegen en rekt er op dat de ouders dit in de thuisomgeving verderzetten.

meer info [www.multimove.be](http://www.multimove.be)

## Voor wie?

Kleuters van 3 tot 6 jaar

## Waar?

Wolfsdonk Sport  
Volkensvoortstraat 58  
3201 Wolfsdonk

## Wanneer?

Tweewekelijks op zondag vanaf  
4 september 2016 tussen 10u00 en  
11u00  
Maximum 15 deelnemers per groep

## Kostprijs

€ 57,00 voor 20 lessen (4 september is gratis!!)

## Meer info en inschrijven op

[www.wolfsdonksport.be](http://www.wolfsdonksport.be)

Na de inschrijving volgt een bevestigingsmail met betalingsinfo

## Vragen?

[I\\_laraderijdt@hotmail.com](mailto:I_laraderijdt@hotmail.com)



er beweegt iets!



**Multi**move  
VOOR KINDEREN

een gevarieerd bewegingsaanbod  
voor jonge kinderen

## Wat is Multimove voor kinderen?

Multimove voor kinderen biedt Vlaamse kinderen tussen 3 en 8 jaar een gevarieerd bewegingsprogramma aan, waarin de focus op de algemene ontwikkeling van vaardigheden ligt en waarbij de sporttak niet noodzakelijk onmiddellijk herkenbaar is. De fundamentele bewegingsvaardigheden zijn van cruciaal belang en moeten al op jonge leeftijd geprikkeld worden. Dat gebeurt op een pedagogisch verantwoorde en wetenschappelijk onderbouwde manier.

**Multimove voor kinderen is de start van een gezonde levensstijl met veel beweging en sport, je hele leven lang.**



## Wat zijn fundamentele bewegingsvaardigheden?

Dit zijn basis bewegingsvaardigheden die een kind reeds op jonge leeftijd moet verwerven om de motorische ontwikkeling te bevorderen. Voorbeelden van fundamentele bewegingsvaardigheden zijn heffen, slaan, trappen, trekken en glijden. Alle bewegingen die een kind nu – en later als volwassene – zal gebruiken, zijn hierop gebaseerd.

**De fundamentele bewegingsvaardigheden zijn cruciaal om op latere leeftijd sportspecifieke vaardigheden te leren.**



## ALS JE NIET KAN

springen  
landen  
lopen  
vangen  
werpen

...



## KAN JE NIET

voetballen  
zwemmen  
tafeltennissen  
(omni)sporten

...

## Waarom is gevarieerd bewegen zo belangrijk?

Gevarieerd bewegen heeft een positief effect op:

beter en efficiënter bewegen en sporten

zelfvertrouwen

meer fysiek actief zijn

mentale ontwikkeling

sport-specifieke vaardigheden

positieve ingesteldheid



probleem-oplossend vermogen

algemene gezondheid

respect en begrip voor anderen

goede sociale ontwikkeling