

# “Een leven lang sporten met plezier, voor iedereen!”

## Kinderen die met plezier sporten, blijven sporten

Bewegen heeft vele positieve effecten op de ontwikkeling van kinderen. Niet alleen op hun fysieke ontwikkeling maar ook op hun mentale, sociale en emotionele ontwikkeling. Daarom is het belangrijk dat kinderen een sport vinden die bij hen past. Uit onderzoek blijkt namelijk dat het cruciaal is om op jonge leeftijd regelmatig te sporten. Dat is de beste garantie om een leven lang in beweging te blijven.

## Jong geleerd oud gedaan

Het begint dus bij de jeugd. Vaak beginnen kinderen met sporten op school of met zwemles. Daarna gaan kinderen op een BSO of na school op zoek naar een leuke sport. De reikwijdte van het aantal sporten waaruit zij kunnen kiezen blijft vaak beperkt tot de voor de hand liggende sporten zoals voetbal, hockey of de sport die hun vriendjes of ouders beoefenen.

“Welke sport past bij jou?” is een programma om leerlingen in beweging te krijgen en te houden.



## Samenwerking met scholen

In de lessen lichamelijke opvoeding leren kinderen te bewegen, te spelen en hun basis bewegingsvaardigheden te ontwikkelen. Maar hoe worden ze gestimuleerd, geïnteresseerd en geënthousiasmeerd om ook buiten school te bewegen en te sporten?

Met dit programma helpt de school de leerlingen een sport te vinden die ze leuk vinden, zodat ze deze in hun eigen tijd gaan beoefenen. En dat niet alleen, want een fitte leerling presteert ook beter op school.

## Hoe vinden kinderen een sport die bij hen past?

Onze visie is dat een sport bij een kind past als hij of zij de sport leuk vindt én deze aansluit bij zijn of haar fysieke en mentale aanleg.

Het programma bestaat daarom uit twee onderdelen:

1. Het sportboek voor kinderen “Welke sport past bij jou?” helpt leerlingen in hun zoektocht naar welke sporten ze leuk vinden. Dit boek biedt op een luchtige manier heel veel informatie over bijna veertig sporten, gezondheids- en sociale aspecten. Ondersteund met plaatjes, vragen, meningen van andere kinderen, testjes en oefeningen voor in en om huis. Kinderen worden zo geënthousiasmeerd voor sporten en geactiveerd om te proberen welke sport ze LEUK vinden.



Sportanalytik Nederland onderzoekt welke sporten fysiek en mentaal passen bij de aanleg van de kinderen. Onder begeleiding van de instructeurs gaan de kinderen in groepen een ochtend of middag een aantal oefeningen en testjes doen, speciaal ontwikkeld om hun aanleg voor sporten te bepalen. Achteraf ontvangen ze een rapportage waarin staat welke sporten fysiek en mentaal bij hen passen. De sporten die kinderen leuk vonden (in fase 1) krijgen speciale aandacht in de rapportage.



Dit unieke programma voor scholen is een samenwerking tussen “Sport eens, wat anders!” en “Sportanalytik Nederland”.

*Sport eens, wat anders!*

**WELKE  
SPORT  
PAST BIJ  
JOU?**

  
**SportAnalytik™**  
Vind de beste sport voor je kind

**Voor meer informatie, neem contact op met:**

Victor van den Hoogen (auteur van het boek) via [sporteenswatanders@gmail.com](mailto:sporteenswatanders@gmail.com) of  
Walter Hebben (oprichter van Sportanalytik Nederland) via [walter@sportanalytik.nl](mailto:walter@sportanalytik.nl).

**“Een leven lang sporten met plezier, voor iedereen!”**

