

Doe mee met het nijntje Beweegdiploma bij KDO D.A.G.

Goed leren bewegen doen kinderen het makkelijkst op een leuke manier. Daarom kunnen peuters en kleuters bij KDO Dance Aerobics Gymnastiek (D.A.G.) het nijntje Beweegdiploma halen!

Wat is het nijntje Beweegdiploma?

Het nijntje Beweegdiploma biedt jonge kinderen wekelijks speelplezier, terwijl ze op hetzelfde moment alle essentiële basisvormen van bewegen leren. Kortom, het is een combinatie van plezier met een flinke dosis gezonde ontwikkeling.

Bewegen met plezier

In de lessen van het nijntje Beweegdiploma kunnen peuters en kleuters bijvoorbeeld naar hartelust balanceren, rollen, huppelen, klauteren, springen, zwaaien, vangen, gooien en schoppen! Alle basisonderdelen van bewegen komen aan bod via leuke oefeningen en spelletjes. Zo leren kinderen op een verantwoorde manier bewegen met veel variatie. Dit is essentieel om fijn te kunnen bewegen en sporten. Ook leren ze sociale vaardigheden als samen spelen, op je beurt wachten en goed met elkaar omgaan. En wist je dat goed en gevarieerd bewegen het belangrijkste hulpmiddel is bij de ontwikkeling van hun hersenen? Zo draagt het nijntje Beweegdiploma bij aan de gezondheid en het geluk jonge kinderen.

Meedoen

Het nijntje Beweegdiploma is er voor kinderen van 2 t/m 6 jaar. Het programma is zorgvuldig samengesteld door de KNGU en wordt alleen gegeven door speciaal opgeleide trainers. Na het doorlopen van de lessen ontvangen de kinderen het nijntje Beweegdiploma tijdens een beweegfeestje. Daarop staat waar ze mee hebben geoefend. Een diploma om trots op te zijn en wat je kind een leven lang voordelen geeft in sport, op school, met vriendjes en thuis!

De lessen bij KDO D.A.G.

Leer je kind op een leuke manier de basis van bewegen! Het nijntje Beweegdiploma bestaat uit twee lessenseries:

Beweegdiploma 1 voor kinderen van 2 tot 4 jaar. Start woensdag 9 januari 2019 van 15.15 uur tot 16.00 uur. Kosten € 35,00 voor 15 lessen.

Beweegdiploma 2 voor kinderen van 4 tot 6 jaar. Start op maandag 7 januari 2019 van 15.30 tot 16.00 uur. Kosten € 40,00 voor 20 lessen.

Meer informatie over onze lessen en het aanmelden staat op KDO.nl/Dance, Aerobics, Gymnastiek

Meer weten?

Neem gerust contact op via gymnastiek@kdo.nl Ook op www.beweegdiploma.nl staat meer informatie.





WAAROM HET NIJNTJE BEWEEGDIPLOMA?

Als ouder wil je het beste voor je kind. Daarbij denk je het eerst aan gezonde voeding, maar zodra het mogelijk is leg je je baby al op de buik. Je baby leert zo het hoofdje op te tillen, waardoor het de spieren van de nek, rug, buik, armen en benen oefent. Het is dus goed voor de motorische ontwikkeling. De grootste motorische ontwikkeling vindt in de eerste levensjaren plaats. Als je vanaf jongs af aan veel en gevarieerd beweegt, leer je hoe je je lichaam moet gebruiken en ontwikkel je de belangrijkste spiergroepen. Die spieren komen op latere leeftijd heel goed van pas.

Zo is het in de toekomst makkelijker om bewegingen sneller en gecontroleerder uit te voeren. Vroegtijdig goed leren bewegen heeft ook invloed op het opnemen, het begrijpen en het verwerken van kennis. Kinderen die op jonge leeftijd op een leuke manier voldoende beweging krijgen, hebben meer kans om gezond en evenwichtig op te groeien.

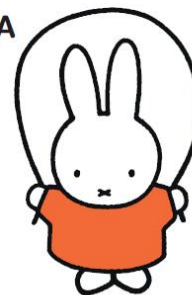
Naast plezier en een goede motorische ontwikkeling draagt het nijntje Beweegdiploma bij aan het ontwikkelen van sociale vaardigheden, omdat de lessen in groepsverband plaatsvinden.



Er zijn twee nijntje Beweegdiploma's die gehaald kunnen worden in de leeftidsperiode van 2-6 jaar. Wanneer een kind start en hoe lang het duurt, verschilt per individu. Gemiddeld zijn 10 tot 20 lessen nodig per diploma.

NIJNTJE, AMBASSADEUR VAN HET BEWEEGDIPLOMA

Goed leren bewegen is niet alleen belangrijk, het is ook leuk! Nijntje is gek op bewegen: wanneer zij met haar vriendinnetjes naar school loopt of spelletjes doet. Daarom is zij ambassadeur geworden van het Beweegdiploma. Als rolmodel hoopt nijntje op deze manier heel veel kinderen te stimuleren een gezonde levenswijze te ontwikkelen en bewegen vooral leuk te vinden!



HET NIJNTJE BEWEEGDIPLOMA, WAAR HAAL IK DAT?

Om het nijntje Beweegdiploma te halen, schrijf je jouw kind in bij een gymclub of beweegaanbieder met het keurmerk nijntje Beweegdiploma van de KNGU, de Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie. Op de website www.beweegdiploma.nl kun je gemakkelijk zien welke club of beweegaanbieder dat bij jou in de buurt is, of neem contact op met:

Wanneer jouw kind het nijntje Beweegdiploma heeft gehaald, ontvangt hij of zij een officieel diploma en een leuke verrassing.



Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie

Lage Bergweg 10
7361 GT Beekbergen
0555058700
beweegdiploma@kngu.nl



Illustrations Dick Bruna © copyright Mercis bv. 1953-2018



HET BEWEEGDIPLOMA

Omdat goed en samen bewegen van belang is voor de motorische en sociale ontwikkeling van ieder kind



Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie