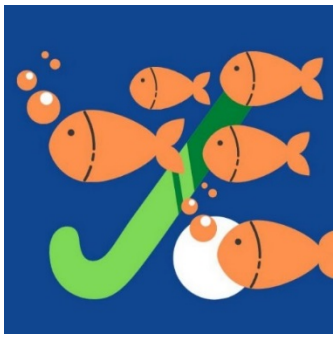
Beste ouders,



Het afgelopen jaar hebben wij bij Saxenburg de Guppy-lijn opgestart voor 4- en 5-jarigen. Deze lijn volgt het programma dat door de Hockeybond is ontwikkeld voor deze leeftijdscategorie onder de naam Funkey hockey. Dit programma is afgelopen maanden vernieuwd om beter in te spelen op de nieuwe inzichten omtrent Breed Motorisch Onderwijs (“BMO”). Aangezien jullie zoon/dochter meedoet bij de Guppies vinden wij het belangrijk jullie graag wat achtergrond geven bij het belang van breed motorisch onderwijs.

BMO gaat er vanuit dat het van essentieel belang is dat kinderen op jonge leeftijd goed leren bewegen en door middel van brede sportoriëntatie kunnen ontdekken dat bewegen en sport leuk is en spelenderwijs hun mogelijke sportvoorkeur leren kennen en ontdekken.

Het belang van BMO is drieledig:

1. Gezondheid
    - Vaardige kinderen bewegen en sporten meer en zijn daardoor gezonder
    - Kans op blessures verkleint
    - Grotere kans op actieve leefstijl op oudere leeftijd
    - Kleinere kans op overgewicht

2. Persoonlijke ontwikkeling
    - Meer zelfwaardering door creëren meer succeservaringen
    - Meer zelfvertrouwen
    - Leren daardoor makkelijker nieuwe vaardigheden aan
    - Meer plezier in sport en bewegen
    - Spelen met andere kinderen is eenvoudiger

3. Sport deelname
    - Vaardige kinderen doen eenvoudiger mee met sport en spelactiviteiten
    - Maken bewuster een keuze van een sport die echt bij hen past
    - Kinderen met een brede motorische basis en die pas na 12 jaar focussen op 1 sport maken grotere kans op weg richting topsport
        - Late specialisatie vs. vroege specialisatie

Het vernieuwde Funkey programma zet in op 10 van de 11 basis motorische vaardigheden (zwemmen afwezig). De basis motorische vaardigheden zijn hieronder opgesomd. De percentages achter de basis motorische vaardigheden geven weer hoe vaak deze vaardigheden terugkomen in het Funkey lesprogramma:

1. Wandelen en rennen (15%)	2. Zwemmen (-)
3. Springen en landen (12%)	4. Gooien, vervangen, slaan en dribbelen (14%)
5. Kruipen, klauteren en klimmen (10%)	6. Schoppen en dribbelen (7%)
7. Rollen en duiken (11%)	8. Stoeien (7%)
9. Zwaaien (4%)	10. Balanceren, vallen, glijden en rijden (15%)
11. Bewegen op muziek en ritme (6%)	

Een Guppy training bestaat uit vier oefeningen en in elke oefening ligt het accent op twee basis motorische vaardigheden. De basis motorische vaardigen die belangrijker zijn voor de ontwikkeling richting hockey komen vaker terug.

De trainers proberen tijdens de training het gevoel van een speeltuin te creëren, waarbij plezier voorop staat en zij hier en daar een tip geven. De kinderen worden gestimuleerd de oefeningen zelf te ontdekken. Kinderen mogen vallen (in een veilige omgeving), want dit helpt hun ontdekkingstocht.

Hockey is motorisch en cognitief gezien een moeilijke sport. Om de kinderen een succeservaring te geven (wat resulteert in meer zelfwaardering, meer zelfvertrouwen etc), is het van belang dat eerst de basis op orde is. Pas als dit het geval is kunnen de lessen moeilijker gemaakt worden met bal en stick. Oefeningen met de knotshockeystick zijn de eerste stap in de ontwikkeling van oog-hand coördinatie. De hockeybond raadt de verenigingen af om te jong af te stappen van BMO, omdat ervaring leert dat je pas een goede hockeyer kunt worden als je eerst een goede beweger bent.

Om kinderen kennis te laten maken met de verschillende beweegvaardigheden heeft de KNHB een kinderboek uitgebracht. Dit boek: “Stockey wil op hockey” vertelt het verhaal van de Funkey mascotte Stockey. Stockey heeft één grote wens: hij wil op hockey! Zijn vrienden in het bos helpen hem daarbij. Samen beleven ze allerlei avonturen. Ze springen, stoeien, klimmen en kruipen en dat is leuker dan sommige dieren denken. Dit boek is beschikbaar voor alle Guppy-ouders in digitale vorm. Het boek zal worden rondgestuurd via de Guppy whatsapp groep.

Wij hopen dat bovenstaande jullie een gevoel heeft gegeven voor de filosofie achter de Guppy-trainingen. Mochten hier vragen over zijn, schiet het Guppy team aan op Saxenburg of stuur een e-mail naar Frockeys@saxenburg.nl.

De Jeugdcommissie