

SPORTCLUBS

Kinderen die sporten zijn motorisch beter ontwikkeld



Kinderen die in clubverband sporten scoren 5 procent beter op motorische vaardigheden en 22,8 procent beter op een uithoudingstest in vergelijking met hun niet-sportende leeftijdsgenootjes. Beoefenen ze meerdere sporten, dan zijn ze nog fitter. Ook het aantal uur per week dat ze sporten is een belangrijke parameter voor de verbetering van hun fysiek en motoriek. Voor de onderzoekers van de vakgroepen Bewegings- en Sportwetenschappen van de UGent en de VUB is het dus duidelijk: "We moeten kinderen stimuleren om deel te nemen aan georganiseerde sport. Dat is beter voor hun ontwikkeling en voor hun gezondheid."

"Kinderen op jonge leeftijd laten proeven van meerdere sporten vergroot bovendien de kans dat ze ook later in hun leven blijven sporten", voegt Vlaams minister van Sport Ben Weyts (N-VA) eraan toe. "In Vlaanderen verruimen we de sportparticipatie bij sportclubs door een open sportaanbod en multisport bij kinderen te stimuleren. Zo wijst het Sportkompas kinderen tussen acht en tien jaar de weg naar de sporten die het best bij hen passen." (thv)