# Tuimelen, vallen en opstaan

## IN DE KINDEROPVANG

Speelse beweegactiviteiten waarbij kinderen leren vallen, tuimelen en opstaan

Beweegkriebels

In samenwerking met
Consument en Veiligheid

# Tuimelen, vallen en opstaan

## IN DE KINDEROPVANG

# Speelse beweegactiviteiten waarbij kinderen leren vallen, tuimelen en opstaan

***Kinderen leren bewegend de wereld en zichzelf ontdekken. Door deze ontdekkingsdrang is het simpelweg verbieden van springen, stoeien en klimmen niet gewenst en ook niet afdoende. Een kind wil nu eenmaal graag bewegen en leert met vallen en opstaan. Er zijn verschillende manieren om ernstige valongevallen te voorkomen. Naast het wegnemen van gevaar en het geven van voorlichting aan ouders over risico's, is het zinvol om kinderen spelenderwijs te leren vallen.***

Voor professionals in de kinderopvang en jeugdgezondheidszorg heeft het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) daarom in samenwerking met Consument en Veiligheid het thema 'Tuimelen, vallen en opstaan' ontwikkeld. Dit thema maakt deel uit van het beweegprogramma Beweegkriebels en leert jonge kinderen op speelse wijze hoe ze een val kunnen opvangen en daardoor zichzelf (onbewust) beter beschermen.

'Tuimelen vallen en opstaan' is bedoeld voor professionals in de kinderopvang en jeugdgezondheidszorg. NISB heeft trainers in het land opgeleid om dit thema te verzorgen.

### ONGEVALLEN

Elke dag worden gemiddeld zo'n 70 kinderen onder de 10 jaar behandeld op de afdeling spoedeisende hulp van een ziekenhuis na een val van hoogte. Dit betekent jaarlijks 25.000 slachtoffers. Jaarlijks hebben 3.000 kinderen na een val van hoogte dusdanig ernstig letsel dat een opname in het ziekenhuis nodig is. Bron: LIS 2002-2006, Consument en Veiligheid en LMR 2002-2006, Prismant.

### CONTACTINFORMATIE

Meer informatie over 'Tuimelen, vallen en opstaan' vindt u op de website van Beweegkriebels: www.beweegkriebels.nl. Hier vindt u ook een overzicht van trainers die dit thema voor u kunnen verzorgen.
Meer informatie over de campagne 'Vallen van hoogte' vindt u op www.veiligheid.nl.

NISB Nederlands Instituut voor Sport & Bewegen

NISB is het Nederlands kennis- en innovatie-instituut dat aanzet tot sport en bewegen om participatie, leefbaarheid en gezondheid te bevorderen

Horapark 4, 6717 LZ Ede **P** Postbus 643, 6710 BP Ede **T** (0318) 49 09 00 **F** (0318) 49 09 95 **E** info@nisb.nl **W** www.nisb.nl