



**Ga voor koud: breng de Winterspelen naar
jouw school**



SPORT.
VLAANDEREN



• • Aandachtspuntjes

- Duurtijd: minder dan 1 uur
- Opname webinar
- Microfoon (& camera) uitzetten



Webinar

Vragen?

- deels verwerkt in webinar
- vragenronde op het einde
- via chat

• • Opvolging

Deelnemers krijgen nadien per e-mail

- opname webinar
- evaluatieformulier
- (powerpoint)presentatie
- aanwezigheidsattest

GAVVOOR
KLOUD

Uitgangspunten wintersportcampagne

- ✓ Momentum gebruiken van de Winterspelen.
- ✓ Doel: informeren, inspireren, activeren
 - ✓ Tonen dat je ook in Vlaanderen kan wintersporten en dat het leuk is.
 - ✓ wintersportclubs, wintersportinfrastructuur in Vlaanderen in de kijker plaatsen.
 - ✓ wintersporten actief laten ontdekken >>> sportparticipatie verhogen.
- ✓ Samenwerking met Sneeuwsport Vlaanderen & Vlaamse Schaatsunie.
 - ✓ MOEV
 - ✓ Skipistes en schaatsbanen (groot draagvlak)
 - ✓ IJshockey en curling
- ✓ 2 doelgroepen:
 - ✓ Scholen – lager onderwijs
 - ✓ Brede bevolking
- ✓ Timing: 25 januari – eind maart (Winterspelen: 6 tot 22 februari)

BREDE BEVOLKING

1. Wintersportinfrastructuur en clubs in de kijker

Sneeuwmap/ ijsmap

= overzicht van de wintersportinfrastructuur en –wintersportclubs

- Advertenties in De Zondag
 - Met CTA + incentive
 - Schaatsen: 500 duotickets
 - Ski- en snowboard initiaties: 30 duotickets
 - Timing: De Zondag 25 januari (ijs) en 1 februari (sneeuw)
- Advertenties op SoMe
- Het Laatste Nieuws



2. Schaatsbegeleiding tijdens publieke beurten

- 5 weken lang zijn er 2 lesgevers aanwezig tijdens een publieke beurt (start ± 01/02)
- Zij geven bezoekers tips en oefeningen om nog meer te kunnen genieten van hun schaatsbeurt.
- Geen echte lessen/ verwijzen naar bestaande lessen of clubs
- **Vermelding op website/ SoMe**



3. Activatie in de wintersportclubs

- SOME-campagne >>> initiaties
 - Influencer gaat verschillende wintersporten in Vlaanderen uitproberen.
 - Boodschap
 - Maak hier in Vlaanderen kennis met de sporten die je op de Winterspelen ziet.
 - Schrijf je in voor een initiatie!
 - Tonen hoe leuk het is.
- Timing:
 - Start promotie voor en tijdens de Winterspelen (van 01/02 tot 22/02)
 - Initiaties in de clubs (van 22/02 tem 15/03)
- Overzicht op de website
 - Discipline/ aantal plaatsen/ wanneer/ leeftijd/ vereist niveau/ ...



4. Olympic Festival

- Olympic Festival tijdens de WS (7 – 22 februari)
- Sport Vlaanderen
 - Ondersteunt activatie van Sneeuwsport Vlaanderen/ Vlaamse Schaatsunie
 - Initiaties/ shows/publieke beurten
 - Kids on snow



SCHOLEN

1. Lespakket

- Doelgroep?
 - Lager onderwijs
 - Differentiatie
- Doel?
 - Meer leren over de Winterspelen
 - Meer leren over maatschappelijke thema's
- Materialen?
 - Gratis downloadbare presentaties
 - Via website: <https://www.moev.be/rol-topsport-in-maatschappij/winterspelen-in-4-themas>



DE WINTERSPELEN IN 4 THEMA'S

DIVERSITEIT

MENTAAL WELBEVINDEN

TECHNOLOGIE

DUURZAAMHEID





Kim Meylemans
Gender(diversiteit)



Bart Swings
Sportwetenschappen



Nina Pinzarrone
Topsportgeluk



Evy Poppe
Biodiversiteit

1. Lespakket

- Opbouw?
 - 1) Filmpje atleet: Brug tussen de Winterspelen en maatschappelijke thema's
 - 2) Stellingen: Leuke weetjes met actieve werkvorm
 - 3) Opdracht: Verdiepen van thema (alternatieve opdracht i.f.v. differentiatie)
- Extra: ondersteunende en verdiepende materialen om verder in te gaan op een specifiek thema in je klas

Technologie en innovatie

Olympische wetenschap



www.moev.be/rol-topsport-in-maatschappij

moev
zet je school in beweging



SPORT.
VLAANDEREN

**GA
VOOR
KOUD**

**Wat bedoelt Bart
met slim sporten?**

**Wat helpt Bart
om slim te sporten?**

**Hoe zorgt wetenschap ervoor
dat sport verandert?**

Fout?

~~Op de Spelen gebruiken
sporters altijd dezelfde ski's.~~



Juist

Op de Winterspelen van 2026 doen bijna evenveel mannen als vrouwen mee.



www.moev.be/rol-topsport-in-maatschappij

moev
zet je school in beweging



SPORT.
VLAANDEREN

**GA
VOOR
KOUD**



Fout?

~~Topsporters zijn altijd
heel gelukkig na de Spelen.~~

Fout?

~~Kunstsneeuw is beter voor de
natuur dan echte sneeuw.~~

Opdracht: Actieve wetenschapstocht



EXPERIMENTEER EN LEER

4. Hoe warmer het ijs, hoe sneller je schaatst.

Fout, warm ijs is juist trager. Als het ijs te warm is, wordt het zachter en stroever, waardoor je minder goed glijdt. Koud en hard ijs zorgt ervoor dat je sneller kan schaatsen, omdat je minder weerstand hebt. Daarom is de temperatuur van het ijs heel belangrijk bij wedstrijden.

5. Bobsleeteams voegen soms extra gewichten toe aan hun slee om sneller te gaan.

Juist, een zwaardere bobslee gaat sneller omdat de zwaartekracht harder trekt op meer gewicht. Daardoor glijdt de slee sneller naar beneden. Maar er is een maximumgewicht, zodat het veilig en eerlijk blijft. Teams mogen extra gewichten toevoegen, maar alleen tot die limiet.

Opdracht: actieve wetenschapstocht

Locatie: Klas, turnzaal of speelplaats

Materiaal: Tennisbal, prop papier, extra voorwerpen om te laten vallen (bv. gum, boek), bal, schuurpapier, aluminiumfolie, stuk stof (bv. handdoek), skateboard of rolschaatsen (optioneel), papier, ventilator of haardroger (optioneel), groot en klein karton

Uitleg: Ga samen met de leerlingen op een actieve ontdekkingstocht over wetenschap in de sport met deze proefjes:

1. Zwaartekracht: Laat twee voorwerpen tegelijk vallen van dezelfde hoogte (bv. een tennisbal en een prop papier). Laat leerlingen zelf springen en voelen hoe ze naar beneden getrokken worden. Laat ze springen met en zonder voorwerp.

Vragen: Wat valt sneller? Waarom? Wat heeft gewicht met snelheid te maken?

Voorbeeld in sport: Een skiër glijdt vanzelf naar beneden op een helling, zelfs zonder af te duwen. Dat komt door de zwaartekracht die hem naar beneden trekt.

2. Wrijving: Laat een voorwerp glijden over verschillende ondergronden (bv. schuurpapier, aluminiumfolie, stof). Laat leerlingen met een skateboard of rolschaatsen rijden op een gladde ondergrond en daarna op gras of tapijt. Je kan dit ook doen door een bal te laten rollen over deze ondergrond.

Vragen: Welke ondergrond laat het voorwerp het verst glijden? Hoe beïnvloedt wrijving je snelheid?

Voorbeeld in sport: Schaatsers glijden vlot over ijs dankzij weinig wrijving. Skiërs gebruiken wax om hun ski's sneller te laten glijden.

3. Luchtweerstand (aerodynamica): Laat verschillende vormen van papier door de lucht vallen (bv. een plat blad, een prop, een vliegtuigje). Gebruik eventueel een ventilator of haardroger als 'wind'. Laat leerlingen rennen met een groot karton vs. een klein karton.

Vragen: Welke vorm valt het snelst? Waarom? Wat gebeurt als je tegen de wind in beweegt? Waarom maken sporters zich 'klein' om sneller te gaan?

Voorbeeld in sport: Wielrenners maken zich klein om minder lucht te vangen en sneller te rijden. Ook skiërs gebruiken aerodynamische pakken en houdingen om luchtweerstand te verminderen.

Differentiatie:

- **Jongere leerlingen:** Laat hen vooral voelen, kijken en vergelijken. Gebruik eenvoudige vergelijkingen zoals veer vs. steen, glad vs. ruw, groot vs. klein. Gebruik kindertaal en laat hen spelenderwijs ontdekken zonder te veel nadruk op meten of moeilijke begrippen.
- **Oudere leerlingen:** Laat leerlingen een hypothese formuleren voor elk experiment: "Ik denk dat de prop sneller valt dan het blad omdat...". Introduceer wetenschappelijke termen en principes:
 - **Zwaartekracht:** aantrekkingskracht van de aarde.
 - **Wrijving:** kracht die beweging tegenwerkt.
 - **Luchtweerstand:** kracht die lucht uitoefent op bewegende objecten.
 - **Aerodynamica:** hoe de vorm van een object de luchtweerstand beïnvloedt.
 - **Windtunnel:** testomgeving om luchtstromen te bestuderen.

Laat hen eventueel een filmpje maken van hun experiment met uitleg.

Actief alternatief: bouw je eigen aerodynamische recordbreker

Verdeel de leerlingen in groepjes en geef hen materiaal zoals papier, karton, rietjes en plakband. Laat hen een object ontwerpen dat zo ver mogelijk kan vliegen of glijden (bv. een papieren vliegtuig of mini-slee). Ze formuleren eerst een hypothese over waarom hun ontwerp het snelst zal gaan. Ga naar buiten en test alle ontwerpen in een wedstrijd waarbij leerlingen ook zelf kunnen meten hoe ver hun object gaat. Bespreek achteraf welke eigenschappen zorgden voor minder luchtweerstand of wrijving en hoe ze het zouden verbeteren.

Andere materialen:

- 💡 Wil je meer weten over hoe materialen en technologische hulpmiddelen prestaties verbeteren? Bekijk dan de fiche van Alexander Doom uit het eerste deel van dit educatief pakket, '[De Spelen in 4 thema's](#)'. Benieuwd naar het beroep van een sportwetenschapper? Ontdek het in de fiche van Arne Jaspers in het derde deel '[Ontdek 8 inspirerende topsportberoepen](#)' van dit educatief pakket.
- 💡 Ontdek meer over technologie en slim bewegen in sport in de inspiratiesessies '[Slim bewegen: AI en ChatGPT als jouw sportieve assistent op school](#)' en '[digitale innovatie in de sportles](#)'.
- 🌐 Op zoek naar leuke wetenschappelijke proefjes voor in de klas om meer te leren over technologie, fysica, biologie...? Neem een kijkje op deze [website van Technopolis](#).

1. Lespakket

- Flexibiliteit fiches?
 - Keuzevrijheid thema en volgorde
 - Integratie in lessen
 - Creatieve opdracht in les knutselen, wetenschappelijke opdracht in les techniek
 - Stellingen als bewegingstussendoortje
 - Opdracht als huiswerk vb. biodiversiteitswandeling
 - Winterspelen als themaweek (samenwerking met leraar L.O.)
- Andere contexten
 - Training
 - Vakantiekamp of sportkamp

2. Uitleenpakketten

- Snow to school
- Skate to school
- Doel
 - Inpasbaar in de les LO
 - Leerlingen warm maken voor de Winterspelen
 - Skills/ vaardigheden aanleren
 - Kennismaken met deze wintersporten >>> prikkelen om dit op ijs of sneeuw te doen
- Win-actie
 - Elke klas die Skate of Snow to school heeft ontleend, maakt kans (voor 27 maart)
 - 3 x initiaties op het ijs + 3 x in de sneeuw

Uitleenpakketten – Snow to school

- Voor de 1^{ste} graad
- Sneeuwsport Vlaanderen
 - Bestaand pakket
 - Innovatief
- Lessenbundel met 4 lessen
 - Kijkwijzers
 - Eindtermen en doelstellingen
- Innovatief
 - Laagdrempelige kennismaking met snowboarden
 - Volledig uitgewerkte lessen, geen voorkennis nodig
 - Speels én leerrijk
 - Toegankelijk voor scholen zonder sneeuwsportervaring
 - Sterke focus op motorische ontwikkeling: evenwicht, coördinatie, reactie, oriëntatie, kracht en creativiteit



Uitleenpakketten – Snow to school

- Lesopbouw
 - Opwarming – altijd thematisch rond snowboarden
 - Doorschuifstelsysteem – 4 tot 6 standen per les, elk met een specifieke vaardigheid
 - Eindspel – speelse groepsactiviteiten
- Materiaal pakket
 - Laten leerlingen veilig glijden, draaien, springen en basistricks nabootsen in zaal.
- Hoe aanvragen? Extra service?
 - <https://www.moev.be/winterspelen-scholenactie>
- [Snow to School - Missie 1 on Vimeo](#)



Uitleenpakketten – skate to school

Skate to school

- Les voor de 2^e en 3^{de} graad
- Vlaamse Schaatsunie
- Aanleren van schaatsvaardigheden
 - Schaatspas
 - Zweefje
 - Pirouette
 - Sprong met landing op één been
 - Zitje
- Opbouw
 - Opwarming (5 vaardigheden), hoekenwerk en slot



1. De schaatspas (glijden)

Iedereen voert tegelijkertijd uit:

- Afzetten
- Armen mee bewegen
- Knieën licht gebogen

8x schaatspassen ter plaatse



Uitleenpakketten – skate to school

- **Hoekenwerk**
 - Sprong
 - Glijden
 - Pirouettes
 - Synchroon samenwerken
- **Materiaal**
 - spinners/ doekjes/weerstandsbanden/dobbelsteen/opdrachtkaartjes
- **Hoe aanvragen? Extra service**
 - <https://www.moev.be/winterspelen-scholenactie>
- **Video**

<https://media.sport.vlaanderen/asset/2588e33c-ec60-444f-ba89-c1261fe6ea75/mp4/Skate-to-school.mp4>

HOEKENWERK

Hoek 1: Sprongen van trampoline naar dikke mat (6 minuten)

Doelstellingen:

- Controle en stabiliteit
- Balans en coördinatie
- Oriëntatie en lichaamscontrole
- Lef, timing en controle
- Meerdere vaardigheden combineren

Materiaal:

- 1 of 2 trampolines
- 1 of 2 dikke matten



Oefeningen startend vanop de trampoline:

- **LEVEL 1 - Power Landing 3x:**
Spring van de trampoline, land op twee voeten, knieën vangen de landing op, blijf 2 tellen stilstaan.
Gebruik je evenwicht door 1 arm naar voren en 1 arm opzij te bewegen.
Variaties: armen boven het hoofd.
- **LEVEL 2 - Half Spin 3x:**
Spring, maak een halve draai (180°), land stabiel op 2 voeten.
Gebruik je evenwicht door 1 arm naar voren en 1 arm opzij te bewegen.
Variaties: armen boven het hoofd.
- **LEVEL 3 - Full Spin 3x:**
Maak een hele draai (360°) in de lucht, land rechtstaand op 2 voeten.
Gebruik je evenwicht door 1 arm naar voren en 1 arm opzij te bewegen.
Variaties: armen boven het hoofd.

Oefeningen met aanloop naar de trampoline

- **LEVEL 1 - Power Landing 3x:**
Neem een aanloop en spring van de trampoline, land op twee voeten, knieën vangen de landing, blijf 2 tellen stilstaan.
Gebruik je evenwicht door 1 arm naar voren en 1 arm opzij te bewegen.
Variaties: armen boven het hoofd.
- **LEVEL 2 - Half Spin 3x:**
Neem een aanloop en spring van de trampoline, maak een halve draai (180°), land stabiel op 2 voeten.
Gebruik je evenwicht door 1 arm naar voren en 1 arm opzij te bewegen.
Variaties: armen boven het hoofd.
- **LEVEL 3 - Full Spin 3x:**
Neem een aanloop en spring van de trampoline. Maak een hele draai (360°) in de lucht, land rechtstaand op 2 voeten.
Gebruik je evenwicht door 1 arm naar voren en 1 arm opzij te bewegen.
Variaties: armen boven het hoofd.
Extra: indien een dubbele opstelling mogelijk is, kunnen de leerlingen de oefeningen synchroon uitvoeren.

3. Beweegbuddy



- **Aangepast aan de Winterspelen**
 - Achtergrond
 - Gadgets
 - Oefeningen

Bedankt & fijne avond!