

FIT & VAARDIG van start

Bewegend leren in het nieuwe schooljaar (2025-2026)

Het nieuwe schooljaar staat voor de deur! De perfecte tijd om je rustig voor te bereiden op een nieuw schooljaar. Of je nu nog op het strand ligt of juist thuis aan het ontspannen bent, Fit & Vaardig is er om je te helpen straks goed van start te gaan met bewegend leren in de klas. En om je op weg te helpen naar een beweeglijke start van het schooljaar, hebben we een Fit & Vaardig van start checklist gemaakt. Zo ben je op en top voorbereid op een leuk en 'bewogen' schooljaar!



FIT & VAARDIG

Van start in het nieuwe schooljaar (2025-2026)

Met deze 'Fit & Vaardig van start' **checklist** begin je goed en beweeglijk aan het nieuwe schooljaar. Zet een vinkje als je deze actie hebt voltooid en GO!

☐

1. Log in met jouw Fit & Vaardig account

☐

2. Markeer Fit & Vaardig als favoriet

☐

3. Fris van start: maak een nieuwe klas/groep

☐

4. Neem Fit & Vaardig mee in je weekplanning

☐

5. Zet een aantal Fit & Vaardig lessen klaar

☐

6. Gebruik de Fit & Vaardig dagritmekaarten

☐

7. Creëer beweegruimte in het klaslokaal

☐

8. Ga voor een (goede) generale repetitie

☐

9. Kies jouw eigen game instellingen

☐

10. Deel Fit & Vaardig momenten met collega's



FIT & VAARDIG checklist

Voor de start van het nieuwe schooljaar (2025-2026)

1 Log in met jouw Fit & Vaardig account

Ga naar app.fitenvaardigopschool.nl/login
Weet je jouw inloggegevens nog? Top! Ben je het wachtwoord vergeten? Geen probleem! Klik op de 'wachtwoord vergeten' knop, voer je e-mailadres in en kies een nieuw wachtwoord.



TIP!

Gebruik je een CloudWise digibord?
Dan staat Fit & Vaardig standaard als tegel op het welkomstscherm!

2

Markeer Fit & Vaardig als favoriet

Als je dan toch in de Fit & Vaardig omgeving bent, voeg de website dan meteen toe aan je favorieten of bookmarks in jouw favoriete browser. Zo heb je alle 800+ lessen snel bij de hand.

3

Nieuw schooljaar = een nieuwe groep

Via het menu aan de linkerkant in de Fit & Vaardig omgeving kun je een nieuwe groep toevoegen aan je school. Klik op groepen > groep toevoegen en geef je groep een naam en selecteer het groepsniveau.

4

Neem Fit & Vaardig mee in de weekplanning

Neem de Fit & Vaardig lessen direct vanaf de start van het schooljaar op in jouw weekplanning. Advies is om 3x per week 10-15 minuten een actieve taalles en 3x per week een actieve rekenles in te plannen. Plannen dus!

5

Zet de Fit & Vaardig lessen alvast klaar

Een goede voorbereiding is het halve werk. Bespaar tijd door de Fit & Vaardig lessen van de week alvast klaar te zetten in de app. Dit doe je via het menu aan de linkerkant. Klik op het plusteken achter de les om deze toe te voegen aan het Fit & Vaardig startscherm. Je kunt de lessen altijd eerst zelf uitproberen. Dan weet je vast wat de leerlingen te wachten staat (en kom jij alvast aan jouw dagelijkse beweging ;).

Gebruik Fit & Vaardig dagritmekaarten

Als bijlage hebben we een aantal leuke Fit & Vaardig dagritmekaarten toegevoegd. Print deze uit, lamineer ze en hang ze op het bord van jouw klaslokaal. Zo weet iedereen wanneer het tijd is om te gaan bewegen (en leren) met Freddie & Femke!

6

TIP!

Werk je voor het eerst met Fit & Vaardig?
Leg dan hoepels op de grond, zodat ieder kind de ruimte heeft!

7

Creëer beweegruimte in de klas

Heeft iedereen in de klas wel voldoende ruimte om te bewegen? Voor de actieve lessen van Fit & Vaardig heb je niet veel ruimte nodig, maar is het wél fijn als er een vrije plek achter de stoel en/of tafel wordt gecreëerd. Dit kunnen de leerlingen natuurlijk zelf ook doen.

8

Customize jouw game instellingen

Check of de game instellingen naar behoren zijn en passen bij jouw groep of klas. De game instellingen vind je in het menu aan de linkerkant van de Fit & Vaardig omgeving. Hier kun je instellingen voor muziek, geluid en tijd aanpassen. Ga jij voor disco? Of drum 'n bass?



4

Ga voor een (goede) generale repetitie

Heb je de lessen voor de komende week of dag klaargezet? Goed gedaan! Je kunt ze altijd nog even bekijken of testen door op het oog-icoontje te klikken. Het is handig om vooraf even de hoofd- en oefenbeweging te kijken, zo weet je vast welk beweeg-antwoord bij de vraag past, zonder dat je de scores van de kinderen beïnvloedt.

10

Sharing is caring!

Deel de Fit & Vaardig momenten en ervaringen met jouw klas ook met je collega's en andere juffen en meesters. Gebruik [#fitenvaardigopschool](#) op Facebook en Instagram en tag @Springlabnl. Dat vinden wij erg leuk!



Vragen?

Ben je nog niet bekend met Fit & Vaardig, het leukste actieve lesprogramma van Nederland? Ik help je graag op weg!

Wouter van Gilst



085 - 104 68 80



wouter@springlab.nl



Fit & Vaardig



Fit & Vaardig



Fit & Vaardig

Rekenen



Fit & Vaardig

Taal & Spelling

