

Ideetjes om je kleuter structuur en plezier te bieden

Door Ellen Disery



Om te beginnen

Elk kind is anders en elke ouder is anders... elke situatie is anders.

Wees mild voor elkaar... Laat wat ruimte in deze weken, niet alles hoeft perfect te lopen.. je huis zal er wat rommeliger bij liggen, de televisie zal eens meer aangaan, de tablet of gsm worden misschien ook wel meer ingeschakeld dan je oorspronkelijk zou wensen.

Leg je tempo lager. Plan niet te veel:

1 of 2 activiteiten afgewisseld met een wandeling, buitenspelen, een klusje.. bijvoorbeeld.

Wissel wel wat af in actief zijn en rust brengen. Of in samen of alleen activiteiten.

Ik wil graag een aantal ideetjes aanbieden om je peuter/ kleuter de komende weken te stimuleren zodat die lange dagen invulling krijgen. Uiteraard zullen er dingen tussen staan die je al gedaan hebt, hopelijk kunnen er ook een paar goede ideetjes naar boven komen uit dit inspiratiedocument. Een paar kanttekeningen:

- Bouw voor jezelf ook even een momentje van rust in.
Spreek bijvoorbeeld duidelijk af wanneer er wel of geen schermtijd is. Op deze manier heb je niet de hele dag gezeur om je hoofd of het nu al wel of nog niet mag.
Je kan dat momentje gebruiken om zelf even rust te vinden, op te ruimen, iets te bedenken, klaar te maken...
- Verveling stimuleert creativiteit...

- choose your battles..

Peuters

Peuters zijn in volle ontwikkeling om een eigen persoontje te worden. Het gaat in op zichtbaar aanbod, maar kiest niet bewust. Een peuter wil direct aan de slag gaan. Als de keuze aanslaat kan hij/zij er even mee bezig zijn voor een korte tijd.

Bij deze leeftijd werkt een impliciet aanbod ook goed. Begin zelf en toren te bouwen of te kleuren op een groot papier... ze staan meestal snel naast je: ikke ook doen.

- Zet materiaal klaar op de plaats waar het kind er direct mee kan gaan spelen (bv: een bouwplaat en een doos blokken op de grond)
- Geef je peuter een idee van de dag: eerst gaan we dit, dan gaan we dat.... Straks eten we... Voor je gaat slapen mag je..
- Probeer een patroon in te bouwen van actie, rust, actie, rust,...

CONSTRUCTIE/ FIJNE MOTORIEK

- Kartonnen dozen zijn toppers. Misschien heb je die wel in huis na de online bestellingen ;-)
- Een auto maken van een doos.
Eventueel kan je hiermee een autocinema met popcorn maken (ook het popcorn maken in een glazen pot met deksel is een topactiviteit)
- Gaatjes prikken in een doos om rietjes in te stoppen.
Eventueel kan je de randjes van de gaten kleuren zodat ze de juiste (hoofd)kleur rietje in het juiste gaatje steken.
(knip de rietjes in 3 of 4 stukken zodat je niet té veel rietjes hoeft te gebruiken want dat is dan ecologisch weer niet oke)
- Samen kneden met plasticine (of met zoutdeeg: zie recept bij kleuters hieronder)
Je kan samen eenvoudige figuurtjes maken zoals een slak, een pannenkoek, een bal,...) OF figuurtjes voor de paasboom
- Maak samen een kamp onder de tafel.
- Heb je een lange kartonnen buis liggen van één of andere levering?
Super om een zelfgemaakte ballenbaan van te maken.
Leg de buis schuin op de zetel of de tafel en laat het balletje er doorheen rollen

- Heb je een leeg blik? Trek er een ballon overheen en je hebt een trommeltje
- Op www.amant.be/gratisdownloads vind je gratis kleurplaten van de boeken van Katleen Amant
- Wordt het mooi weer?
Je kind laten schilderen met water is superfijn!
- Wil je met je peuter kleuren?
 - Gebruik grote papieren of karton.
 - Stimuleer hen om beide handen te gebruiken
 - laat hen IN een doos kleuren:
- gekend buitenspeelmateriaal: bellen blazen, krijt, steentjes en stokjesteekening
- Spelen met scheerschuim.
 - Knip een grote vuilniszak open om op de tafel te leggen
 - kleef hem vast zodat hij niet gaat verplaatsen.
 - wil je de kleding van je kind beschermen en heb je geen schort? Knip dan aan de onderkant van een tweede vuilniszak een gat voor het hoofd en de armen en trek dit over hun lijfje.
 - spuit (goedkoop) scheerschuim op de vuilniszak (voeg eventueel een drupje verf toe)
 - en wrijven maar met grote bewegingen en twee handjes
 - je kan het kunstwerk bijhouden door er een papier op te drukken. (een leuk idee voor vaderdag ;-)



WERELDORIËNTATIE:

- Handen wassen:
<https://www.youtube.com/watch?v=ILB2kBgxUI> filmpje van Jules
<https://www.youtube.com/watch?v=zDbnnvEhhuI> liedje handen wassen
- Tijd om hen zelf de jas te leren aandoen. Dit zal je nadien extra handig vinden.



- Badspeeltjes:
doe een speelgoedje met water in een ballon. Leg dit in de diepvriezer. Als je kindje in bad gaat haal je de ballon er van af... heerlijk ontdekken (natuurlijk niet te veel ijsballen in het water leggen ;-)
Heb je geen ballonnen in huis of gebruik je dit liever niet... je kan het ook in een

doosje stoppen (de ijsblokjesvormen om in te vriezen met speelgoed zijn voor deze leeftijd nog te klein).

- Samen koken biedt niet alleen motorische kansen, maar omvat eigenlijk de gehele ontwikkeling én jouw eten is al wat voorbereid. Ideaal.

Wat kan je je peuter laten doen?

- De groentjes die jij gesneden hebt in de pot laten doen.
- Samen een vloeistof ergens inkappen (bv: melk in de pot voor de pannenkoeken)
- Roeren, mengen,...

Wat kan je maken?

- pizza
- pannenkoeken
- soep (op het knopje van de mixer duwen is wonderbaarlijk)
- broodpudding (heerlijk kneden en nadien lekker warm in de oven zodat alle beestjes zeker verdwenen zijn)
- fruitsla
(misschien kan je peuter de banaan eens proberen snijden samen met jou?)
- popcorn in een ovenschaal met deksel
- koekjestaart <https://www.colruyt.be/nl/lekker-koken/petit-beurretaart>

TAAL

- Zing samen liedjes met je kind
(op youtube kan je Juf Roos kinderliedjes zien uitbeelden en zingen)
- Speel met de poppenkastpoppen of knuffels een verhaaltje
Bij peuters is het goed om samen te zitten, maar je niet te verstoppen achter een poppenkast. Ze vinden het veiliger om de verteller te zien. Als verteller kan je de beleving groter maken door naar je handpop/ knuffel te kijken.
- Bekijk samen foto's van vroeger.. toen je kind nog kleiner was.
- gezelschapselletjes uiteraard
- Verhaaltjes voorlezen.

Voor welk boekje kies je best?

- korte verhaaltjes
- 1 of 2 personages
- 1 ruimte (geen andere landen of verre reizen)
- 1 of 2 zinnestukjes per prent.
- grote herkenbaarheid
- hier en nu verhalen

- Voorbeelden van zulke verhaaltjes zijn: De boekjes van Jules, Anna, Karel, Dribbel,...
- Voorlezen is nog steeds het beste, maar lukt het nu niet om ze voor te lezen of heb je graag eens een ander boekje?
https://www.youtube.com/watch?v=OKKuYyTW73A&list=PLPdYkkyDtusap77Nz_nxuhRdTnmv6aefB8
- Kan je op de televisie you tube bekijken? Dan is het leuk om de tiktakfilmpjes van kleuterjuffen te bekijken. Ze zijn meestal in een thema uitgewerkt.

BEWEGING

- Uiteraard zijn de voor de hand liggende dingen niet nodig om te vermelden: in de tuin spelen met de bal, iets bouwen met takken, eventueel springen op de trampoline of schommelen als je dat hebt,...
- Ballontennis met een vliegenmepper of een krantenrol
- Maak met papiertape een superlange autobaan op de grond met veel kronkels. Dit stimuleert de grote bewegingen vanuit de schouders en doet peuters kruipen. Beide zaken zijn belangrijk voor de groot motorische ontwikkeling.
- Ballonnen in een dekbedovertrek en dan maar kruipen en rollebollen
- Bewegingsliedje: de bumbastopdans
- Krijten op de stenen
- Sensomotorisch spel is belangrijk voor jonge kinderen. Heb je een zandbak? Ideaal. Heb je dat niet, maar wel een tuin... met wat kommen of potjes kan je heerlijk modder maken.
- krantenproppen maken om in de mand te gooien.
-



WISKUNDE:

- puzzelen
 - insteekpuzzel= de doos om figuurtjes in te steken
 - inlegpuzzel = houten puzzels waar je figuurtjes in de plaat moet passen.
 - eventueel een puzzel van 2 of 3 stukjes die je aan elkaar moet passen.
 - heb je geen puzzels? dit kan ook op de tablet
 - Dek samen de tafel: geef iedereen een beker, een bord,...
- Dit is de 1-1 relatie. Het is de basis om te leren tellen later.

Kleuters

Uiteraard kan je voor kleuters de ideetjes van hierboven ook nog gebruiken. Kleuters spelen graag en dit is ook nodig voor de ontwikkeling.

Wat zijn aanvullende ideeën voor kleuters?

CONSTRUCTIE/ FIJNE MOTORIEK

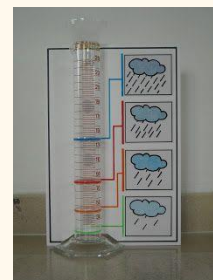
- Zelf klei maken: <https://jufbianca.nl/2011/10/zelfgemaakte-klei/>
- Zoutdeeg maken en figuurtjes schilderen: <https://njam.tv/recepten/zoutdeeg-voor-de-kinderen>
- Een huis bouwen met blokken. Hoe doe je dat zodat de muren niet omvallen? Wat is er nodig voor een huis? Welke kamers zijn er? Hoeveel poppetjes wonen er en hoeveel stoeltjes zijn er nodig?
- Instappertjes knippen nog niet...
 Wil je toch iets aanbieden dan kan je hen leren scheuren (één handje aan de buik en één handje dat naar voren gaat).
 Wil je hen heel graag leren knippen? Oefen dan eerst met plasticine. Zorg er zeker voor dat de vingers op de juiste plaats in de schaar zitten.
- Kleuren mengen:



-

WERELDORIËNTATIE:

- Het weermannetje:
Zet een maatbeker neer op de tuin en bekijk hoeveel regen er is gevallen.
Hang een plastic zak aan een stok in de tuin om te zien vanwaar de wind komt en hoe hard het waait.
- Je neus leren snuiten met een versje:



Gedichtje neuzen snuiten:

Hatsjie, hatsjie, ik nies
en mijn neus is heel vies.
Even wachten...
Zakdoek ... snuiten....
alle snottebellen buiten!



- Dierenspeurtocht:
<https://www.heutinkvoorthuis.nl/nl/op-safari-in-eigen-tuin-hoeveel-dieren-zie-je/news/243/>
- Was de poppenkleedjes eens en laat hen ze zelf ophangen aan een lange touw tussen stoelen.
Dit is goed voor de fijne motoriek en voor het rollenspel. Het gebruiken van een wasknijper vraagt concentratie, kracht en coördinatie.
- Handen grondig leren wassen:
deze kan je afdrukken en bij de wasbak hangen.

Liedje om je handen te leren wassen: https://www.youtube.com/watch?v=IXleBPw_iAU

- Samen koken is een topactiviteit voor kleuters. Ze leren meten en wegen (wiskunde), ze gebruiken taal, leren over hygiëne en gezondheid, leren hoe voedsel er voor of na een bewerking anders kan uitzien, voelen of proeven,...

Kinderen die (tijdelijk) minder goed willen eten worden vaak gestimuleerd.

Waarom?

- Ze hebben het zelf gemaakt, dus zijn best wel trots.
- Ze zien hoe een wortel er uit ziet als die van de winkel komt en hoe die eruit ziet als die in het gerecht verwerkt is (dit kan per gerecht verschillen)



Wat kan je kleuter al?

- Vanaf 3 jaar: al de ingrediënten klaarzetten, groenten wassen, smeerbaar beleg uitsmeren, vloeistoffen shaken in een afgesloten recipiënt, de bladeren van bladgroenten verscheuren, bloemkool in roosjes breken, ingrediënten mengen.
- Vanaf 4 jaar: hardgekookte eieren pellen, balletjes rollen, bananen prakken en de tafel dekken.
- Vanaf 5 jaar: ingrediënten afwegen, een garde gebruiken.
- Vanaf 6 jaar: snijden met een mes en voor kinderen met al wat ervaring omgaan met een warmtebron (kookplaat en oven) en kijken of vlees of vis gaar is.

Concrete tips

- Een **goede voorbereiding** is alles. Lees het recept met de kinderen door en zet samen alle ingrediënten klaar.
- Vertel over de ingrediënten waar je mee gaat werken. Kinderen hebben vaak een fout idee waar ingrediënten vandaan komen. Laat hen aan de **ingrediënten voelen en ruiken**.
- Begin met **gerechten** waarvan je zeker weet dat ze het gaan **lusten**. Als het kind merkt dat het dat kan maken, geraakt het zeker gemotiveerd om daarna ook andere lekkere dingen klaar te maken.
- Gebruik keukengerei aangepast aan de leeftijd van het kind.
- Heb **geduld**, neem voldoende tijd. Kinderen laten helpen in de keuken is niet altijd een goed idee als je gehaast bent. (Bedenk je: mijn kind is iets aan het leren en vind het fijn... met een beetje geluk is mijn taakje straks afgerond => win-win situatie)

Samen een kindvriendelijk gerecht koken?

Op de website van colruyt: <https://www.colruyt.be/nl/lekker-koken/alle-recepten?extra=Koken%20met%20kinderen&page=1>

Op Nice Info:

<https://www.nice-info.be/recepten/kindvriendelijke-recepten>

TAAL

- Kimspelletjes: leg een aantal spullen op de grond, je kleuter draait zich om. Als hij/zij kijkt is de vraag... Wat is er weg? Je kan dit zo moeilijk maken als je wil... met 3 spulletjes of met 6 spulletjes. Je kan er meer wegnemen, je kan zelf ook eens proberen,... Is je kleuter erg geïnteresseerd in cijfers of letters en heeft hij/zij nood aan uitdaging? Dan kan je dit doen met getalletjes of letters.
- De ketnet app: <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2018/10/22/ketnet-junior/>
- voorlezen (Hoe ouder hoe meer zinnen per prent en hoe meer verschillende ruimtes en personages in het verhaal mogen komen)
- digitale prentenboeken (fundels, youtube,...)

BEWEGING

- Maak een slee:
Neem een oud laken, je kindje mag er op gaan zitten en kan verder getrokken worden op de slee. Wel oppassen in de bochten :-)
- Regent het?
Deze filmpjes stimuleren je kind om te bewegen. Leuk om samen te doen. ZE zijn gemaakt door de mensen van Bodymap. Misschien ken je Bodymap wel van school of de kinderopvang?
<https://www.ketnet.be/kijken/biba-loeba>
- met een krant tegen je buik supersnel lopen zodat die blijft kleven;
- Heb je een oude binnenband van een fiets liggen?
 - tegenover elkaar gaan zitten en bootje varen
 - samen lopen in de band
 - sowieso gaan de kinderen er creatief mee spelen
- Bewegen met ballonnen
 - Alleen: wandel met een ballon tussen je benen
 - Met 2 of meer :
 - Een ballon tussen jullie buiken, ruggen, schouders,..;
 - Dan kan je met een laken en een ballon een spel spelen.
Houd het laken allemaal samen vast en leg er een ballon op.
 - Estafette: om ter snelst naar de overkant met een ballon tussen je benen
 - Om de beurt de ballon tikken om hem zo lang mogelijk in de lucht te laten

WISKUNDE:

- Puzzelen:
Puzzelen is erg goed voor de ruimtelijke oriëntatie.
Maar voor nog veel meer dan dat:
Ook om het innerlijk taaldenken te stimuleren (zeer goed voor kinderen dit het lastig hebben met taal) en voor de fijne motoriek.
- Bowlen: Vul petflessen met water (of als je creatief wil zijn met water en verf) en speel bowling. Eventueel kan je opdrachten verzinnen voor de oudste kleuters: Hoeveel flessen gooide je om? is dat meer of minder?
Wil je het nog moeilijker maken? Maak dan een rode fles en een blauwe 1. Een rode omgooien is 2 punten, een blauwe 1 punt. Als je samen met hen streepjes zet kan je optellen.
- Maak een schatkaart. Verstop het vieruurtje in huis. Teken samen met je kleuter een kaart van de woonkamer en duid aan waar je je schat verstoppt hebt. Samen kan je op zoek gaan.

APPS: toch even tabet tijd?

- app op www.kleutersdigitaal.nl per leerdomein
- www.computermeester.be/0kleuters.htm
- <http://codescooljr.be/overzicht-apps>
- ketnet junior app
- je kan ook tekenapps vinden om de fijne motoriek te stimuleren

Goed om rekening mee te houden:

Een aantal zaken zijn goed om rekening mee te houden voor zowel peuters als kleuters:

- Kinderen zitten beter op de grond dan op een stoel.
- Vermijd de W-zit
Voor veel kinderen is de W-zit een comfortabele houding, echter kan deze houding op lange termijn voor gewrichts- en spierklachten zorgen. Deze klachten kunnen ontstaan in de heupen, rug, benen en voeten. Hierdoor kunnen problemen ontstaan bij bijvoorbeeld het lopen, rennen, zwemmen etc.



- Vitamines en dan vooral vitamine C zijn nu nog belangrijker dan anders. Wil je je kleuter stimuleren om elke dag twee stukken fruit te eten?
<https://www.nice-info.be/sites/default/files/uploads/Fruitkaartje.pdf>
- Laat kinderen helpen bij jouw taakjes... Dit geeft hen een fijn gevoel en je taakje geraakt klaar zonder al te veel gezeur.
- Wil je je kleuter leren omgaan met tijd?
 - Korte tijd:
Met de app: childrens countdown kan je tijd visueel maken.
Je kan hiervoor je gsm of tablet gebruiken, maar nog handiger is om het via screen mirroring op de tv te schijnen.
 - De dagen:
maak samen met je kind een kalender waarop je de dagen aangeeft en begrippen als vandaag (1e kk), morgen en gisteren (2e kk) en overmorgen en eergisteren (3e kk) gebruikt. Ben je echt heel gedreven kan je ook het weer registreren of activiteiten aan de dagen koppelen (wanneer ga je wafeltjes bakken?. Wanneer ga je fietsen?..)



- dagstructuurkaarten : www.amant.be/gratisdownloads
-