

Invullen van vrije tijd met kleuters – TANDERUIS VZW

Hallo!

Fijn dat je dit document leest. Wij bij Tanderuis VZW zijn ons ervan bewust dat 5 weken thuis met jouw kleuter met ASS een werkelijke uitdaging is. Om jullie zoveel mogelijk te ondersteunen hierbij, hebben we dit document opgesteld.

Je zal hier een activiteitschema vinden, zowel in woorden als in sclera-picto's, een tussendoortjes-schema, handige knutseltips, leuke websites en toffe kindvriendelijke apps.

Dit document is een leidraad, je hoeft dus zeker niet alles letterlijk over te nemen. We willen je met dit document zoveel mogelijk inspireren om er leuke weken van te maken met jouw zoon/dochter. Probeer een duidelijke structuur aan te houden maar leg de lat niet te hoog voor jezelf. Het is voor elke ouder moeilijk om zijn kinderen op een zinvolle manier bezig te houden. Kinderen zijn onvoorspelbaar, en er zullen dus wijzigingen in jullie schema plaatsvinden. Dit is helemaal oké! We hopen dat je aan de hand van dit document en de bijlagen een fijne, gestructureerde tijdsinvulling kan vinden voor zowel jou als jouw kind(eren). En bovenal: zorg goed voor elkaar & blij gezond!

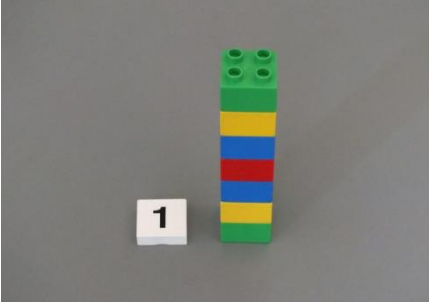
Algemene tips

- Pas activiteiten aan aan het niveau van je kind
- Laat hem/haar niet met kleine/gevaarlijke materialen alleen spelen
- Gebruik voor overgangen de app 'activity switch'
- Gebruik zoveel mogelijk de time timer
- Maak gebruik van tekenen op een whitboard, blocnote... om iets uit te leggen of te verduidelijken aan je kind
- Zeg bij verbod ook wat wel mag
- Verduidelijk per moment/ halve dag, afhankelijk van het niveau van je kind
- Maak gebruik van digitale platformen zoals Sclera of zoek afbeeldingen op google, maak foto's om een dagschema te maken dat aangepast is aan jouw kind
- Heeft je kind vragen over Corona/ waarom hij/zij niet naar school mag, neem dan een kijkje op: <https://www.youtube.com/watch?v=VADCv4FOPwA>. Dit verhaal 'de corona's op vakantie' werd gemaakt door onze collega Eline Claeys van thuisbegeleidingsdienst Het Raster VZW.

WANNEER?	WAT?	MET WIE?	WAAR?
7u -7u30	Opstaan Kleren aandoen Wassen	Mama/ Papa	Badkamer
7u30-8u	Ontbijt	Mama/ papa	Keuken aan tafel
8u-8u30	<p>Spelmoment 1</p> <p>Zelfstandig spel (in mate van mogelijk)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Probeer zoveel mogelijk je living/ speelkamer op te delen in hoekjes - Stop speelgoed in dozen en geef niet alle dozen/ al het speelgoed tegelijk - Laat je kind kiezen uit 2 dozen (bv. auto's en blokken) en wissel af - Geef met de time timer de tijd aan - Download de time timer app op je smartphone of de app 'Countdown' <p>Zelfstandig knutselen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kleurplaten afprinten (zie bijlage) - Prikplaat (zie bijlage) 	Alleen	Living Speelruimte
8u30-9u 30	<p>Momentje met mama/ papa</p> <ul style="list-style-type: none"> - Speeldeeg maken: https://www.speelbank.be/363-speeldeeg - Knutselen rond Pasen (zie bijlage) - Memoryspel met voorwerpen onder (drink)bekers - Fysiek spel: kiekeboe spelletjes, kriebelen, knuffelen - Paasboom zetten (tak versieren met mannetjes) - Samen muziek maken met materialen in huis (met stokjes op de tafel) 	Mama/ papa	Keukentafel



	<ul style="list-style-type: none"> - Vingerverven, waterverven of schilderen - Verhaaltje voorlezen - Kamp maken in huis met lakens, knuffels, dekens, stoelen - Parcours maken in de living met stoelen, kussens, lakens... - Plasticine met tandenstokertjes, deegrol.. - Experimenteren met water in de wasbak: potjes, kommen, lepels... 			
	Bron: mamavanvijf.be			
9u30-10u	<p>Spelen in de tuin (zelfstandig of met mama/papa)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spelen met natuurmaterialen - Soep maken met natuurmaterialen, een grote pot, een soeplepel, en water - Tekenen met stoepkrijt - Tekenen met een borstel en een potje water op het terras 			
	Bron: jufjanneke.nl			
10u-10u30	<p>Tussendoortje: gebruik het tussendoortjesschema (zie bijlage)</p> <p>Eventueel aangevuld met spelletjes aan tafel (zie hierboven)</p>		Mama/ papa	Aan de tafel
10u30-11u	<p>Tablet / televisie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gebruik de youtube kids app om te bepalen naar welk filmpjes je kind wel/ niet mag kijken - Gebruik de 'schermtijd' van je apple iphone/ tablet om tijdslijmieten op bepaalde apps/ spelletjes te zetten. De telefoon/ tablet schakelt dan automatisch na een bepaalde tijd uit. 		Alleen	Zetel/ slaapkamer

	<ul style="list-style-type: none"> - Laat je kind naar educatieve dingen kijken zoals TICTAC, zoek bij youtube 'schimmenspel' op, karrewiet - Laat je kind naar digitale prentenboeken kijken via de Fundels- app (zie bijlage & https://www.fundels.com/nl-nl/) 		
11u- 11u30	<p>Spelmoment 2</p> <p>Zelfstandig spel (in mate van mogelijk)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laat je kinderen spelen met duplo en gebruik bouwkaarten, zoals deze van juf Sanne: https://www.jufsanne.com/lesidee/werkles-materiaal/ - Voor jonge kleuters zijn vaak een ballenbad een leuk idee (kartonnen doos met allerlei balletjes of haal je zomer zwembadje boven) - Plak met tape een lijn op de grond die kleuters moeten volgen - Maak met tape een autobaan op de grond waar kleuters moeten tussen rijden met de auto's - <p>Zelfstandig knutselen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stickers kleven in een stickerboek - Kleurplaat kleuren, uitknippen en weer opkleven (zie bijlage) - Stempelen met kurken, wattenstaafjes,... en verf - Aan de slag met strijkparels - Rijgen met rietjes (in stukjes geknipt) op een draad - Knutselen met lege rollen van keukenpapier 	Alleen	Living/ speelkamer/ slaapkamer
	 <p>Bron: jufsanne.com</p>		
11u30 – 12u	<p>Meehelpen tafel dekken</p> <p>Lunch maken</p> <p>Boterhammetjes smeren</p>	Mama/ papa	keuken

12u- 13u	Middageten Spelletje aan tafel (terwijl ouders eten) <ul style="list-style-type: none"> - Boekje kijken - Actie-reactie speelgoed - Stapeltoren maken, duploblokken toren bouwen 	Mama/ papa	Aan de tafel
13u – 14u	Wandelen/ buiten spelen in de tuin <ul style="list-style-type: none"> - Experimenteren met mais/ aarde/ zand in een bakje, potjes, lepels... - Huisdieren verzorgen (kippen eten geven...) - Rondjes fietsen: maak een parcours om tussen te fietsen met emmers, stoelen... - Laat kinderen verkeerslichten knutselen met papier en gebruik deze bij het fietsen - Voetballen - Spelen met loopklossen stappen, hoepels, kegels... - Speelgoed laten afwassen met een teiltje water in de tuin 	Alleen	In de tuin/ terras
14u – 15u	Momentje met mama/ papa <ul style="list-style-type: none"> - Bewegingsspelletjes van Bieba en Louba: https://www.bodymap.be/biba-loeba/ - Spelen met dozen en papier: scheuren, knippen, slingers maken, kleven, kroontje knippen, plakken met plakband... 	Mama/ papa	Living

	<ul style="list-style-type: none"> - Doelhof met duplo en een knikker (meer leuke ideeën op https://www.kleuteruniversiteit.nl/2020/03/tips-voor-thuis-spelen-en-leren-met-duplo/) - Zaai of plant iets met je kleuter in de tuin - Speel samen een gezelschapsspel - Bellenblazen met mama/ papa 			
15u – 15u30	<p>Vieruurtje</p> <p>Eventueel aangevuld met spelletjes aan tafel (zie hierboven)</p>	Bron: kleuteruniversiteit.be	Mama/ papa	Aan de tafel
15u30 - 16u30	<p>Spelmoment 3</p> <p>Zelfstandig spel (in mate van mogelijk)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Verzamel een aantal lege flessen en laat kleuters bowlen met een bal - Een waterbakje en experimenteren met drijven en zinken met materialen - Nog meer ideetjes kan je vinden op: https://www.speelbank.be/zoek - Ballonnen opblazen en deze zo lang mogelijk in de lucht houden met een stokje - Spelen met de verkleedkoffer - Spelen met magneten en onderzoeken wat magnetisch is <p>Zelfstandig knutselen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schuddozen maken door allerlei voorwerpen in plastic bakjes te stoppen en experimenteren met het geluid dat deze maken - Brieven schrijven/ tekeningen maken voor oma/opa - Knutselen met klei/ speeldeeg dat samen met mama/papa gemaakt is 		Alleen	Living/ speelkamer/ slaapkamer

16u30- 17u00	<p>Tablet/ televisie OF skypen met grootouders/ familie...</p> <ul style="list-style-type: none"> - Volg een voorleessessie mee van mama's van instagram (zoals bijvoorbeeld @mommoiselle.com neemt elke dag live een voorleessessie van een prentenboekje op) - Download snoezelapps zoals 'Joy Doodle', 'Kaleido Free', 'sensory learning' (zie bijlage) - Download educatieve apps zoals 'kaatje van ketnet', 'pret voor peuters' (zie bijlage) - Laat je kinderen kijken naar verhalen zoals op 'de voorleeshoek', die tijdelijk gratis gemaakt zijn omwille van corona: https://devoorleeshoek.nl/ - Bij 'De Vertellerij' op facebook lezen ze elke dag een nieuw prentenboek voor: https://www.facebook.com/DeVertellerij 	Alleen	Zetel/ slaapkamer
17u00-17u30	Mee helpen koken en tafel dekken	Mama/ papa	Keuken
17u30 – 18u30	<p>Eten OF meehelpen tafel afruimen, iets in de vaatwas zetten, afwassen</p> <p>Eventueel aangevuld met spelletjes aan tafel (terwijl ouders eten)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dingen sorteren per kleur of in bakjes - Eentaakdoos met materiaal/ letters/ cijfers (zie bijlage) - Puzzelen - Kleuren - Tekenen 	Mama/ papa	Aan de tafel
18u30 -19u00	<p>Slapengaan In bad Tandjes poetsen Pyjama aandoen</p>	Mama/ papa	Badkamer
19u00- 19u30	<p>Flesje melk Verhaaltje lezen Nog even samen in de zetel knuffelen, kiekeboe, kriebelen (fysiek spel) Yoga/ Relaxatie (zie bijlage)</p>	Mama/ papa	Zetel/ slaapkamer

19u30-20u00	Slapen	Alleen	Slaapkamer
-------------	--------	--------	------------

- **Activiteitschema in picto's: zie bijlage 1**
- **Tussendoortjesschema: zie bijlage 2**
- **Knutselen: zie bijlage 3**

- **Eendoostaken**

Bron: <http://www.eendoostaken.nl/Webwinkel-Page-130353/Product.html>

De eendoostaken zijn zeer geschikt voor mensen die:

- Een korte concentratieboog hebben.
- Graag ontwikkelingsgericht bezig zijn en/of hier nog verder in kunnen ontwikkelen.
- Baat hebben bij taken met een duidelijk begin en einde (voorgestructureerd).

Eendoostaken zijn gericht op ontwikkeling, gepresenteerd op een laagdrempelige en speelse wijze.

Voorbeelden:





Bron: eendoostaken.nl

- Yoga/ Relaxatie

Kinderyoga op basis van dieren: <https://www.youtube.com/watch?v=8OJI9PZDHqo>

Kinderyoga: <https://www.speelbank.be/956-kinderyoga>

Rustige massage: <https://www.speelbank.be/2105-rustige-massage>

Kinderyoga: <https://www.youtube.com/watch?v=PUPH4dzgVOA>

Yoga oefeningen: <https://www.oudersvannu.nl/kind/ontwikkeling/kinderyoga/>



Camel pose



Flamingo pose



Butterfly pose



Dog pose



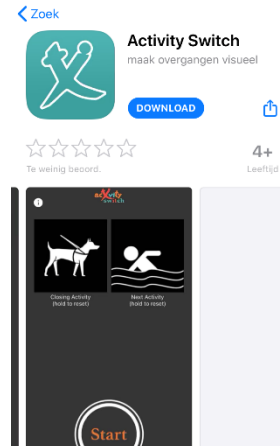
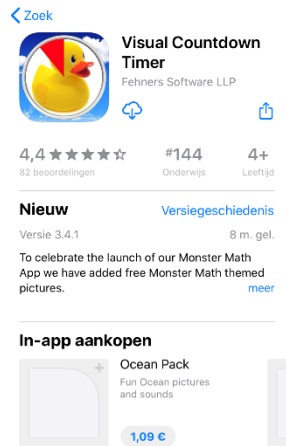
Frog pose



Snake pose

Bron: oudersvannu.nl

- Apps (gratis)



Tijd verduidelijken

Met de app 'visual countdown' kan je een visuele aftelklok maken zodat je kindje kan zien hoelang hij/zij nog met een activiteit moet bezig zijn.

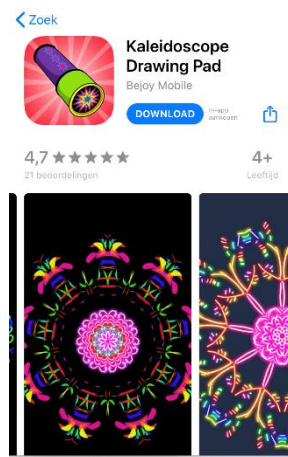
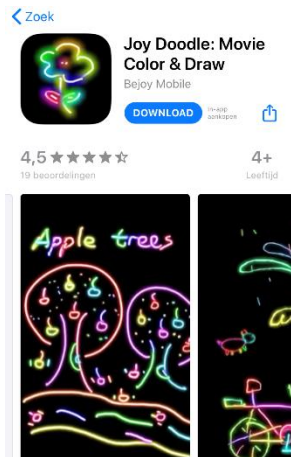
Met de app 'activity switch' kan je foto's van 2 activiteiten trekken en deze laten afspelen in een volgorde. Hiermee kan je je kind duidelijk maken dat de ene activiteit voorbij is en dat de andere zal beginnen.



Spelletjesapps

Met de app 'pret voor peuters' kan je kind leren welke dieren er bestaan, welke geluiden ze maken en deze dieren zowel op foto's als op afbeeldingen herkennen.

Met de app 'kaatje van ketnet' speelt je kind spelletjes samen met Kaatje en haar vrienden.

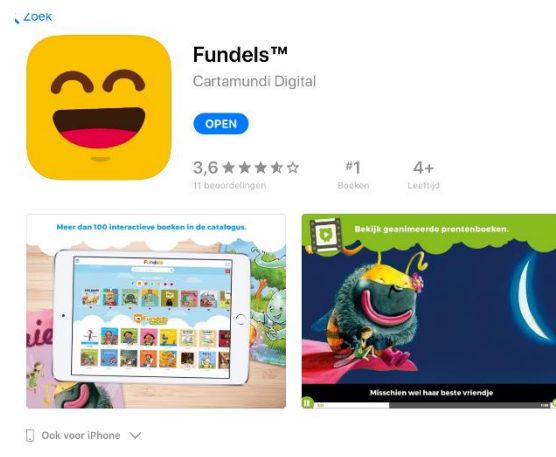


Snoezelapps

Met de app 'Joy Doodle' maakt je kind met één aanraking aan het scherm leuke lijntekeningen in contrasterende kleuren.

Met de app 'sensory learning toddler learning' laat je kind met één aanraking aan het scherm de visjes zwemmen in hun aquarium.

Met de app 'Kaleidoscope Drawing Pad' maakt je kind kaleidosopen door het scherm aan te raken.



Prentenboeken

Met de app 'Fundels' kan je inloggen met je bibliotheek account (waarmee je boeken ontleent in je plaatselijke bibliotheek). Na de aanmeldingen kan je verschillende boekjes downloaden. Een vlaams-sprekende stem leest de boekjes dan voor. Er zijn ook verschillende spelletjes beschikbaar, zoals luisterspelletjes, memory of puzzels.

- Andere links & tips

Handig dagschema, (ook voor kinderen die digitaal kunnen kloklezen!), gemaakt door kleuteruniversiteit:

<https://www.kleuteruniversiteit.nl/2020/03/inspiratieblog-tips-voor-thuis-spelen-en-leren/>

Bij Studio Petite maakt Judy, grafisch vormgever, handgemaakte doeboeken die kant en klaar in een bestandje te downloaden zijn:

<https://www.facebook.com/pages/category/Graphic-Designer/Studio-Petite-124899818904565/>

Download de '50 dingen kaart'- om te doen in de natuur. Je kan 31 dingen doen als je een tuin hebt, en 12 dingen als je geen tuin hebt! Meer info op

<https://www.natuurpunt.be/50dingen>

Op de website van Kathleen Amant kan je een gratis dagplanning downloaden. Ook kleurplaten en regels rond hygiëne heeft zij uitgetekend. Te

downloaden op: <https://www.amant.be/gratisdownloads>

Website met leuke stappenplannen om eenvoudige dieren te leren tekenen, kleurplaten, knutseltips: <https://www.tijdmetkinderen.nl/tekenen/>

Spel dessineo voor zelfstandig spel: leren tekenen in kleine stapjes: <https://www.youtube.com/watch?v=TMhfBGYLat0>