



Activiteiten voor peuters

Tijdens het doen van een groepsactiviteit met de kinderen, kun je soms minder ruimte voelen voor het bieden van individuele aandacht. Tegelijkertijd is het voor de emotionele veiligheid van kinderen belangrijk dat ze zich gezien en gehoord voelen. Wat kun je doen om de emotionele veiligheid van peuters te vergroten? Tijdens deze activiteiten staan balans, afstemming en voorspelbaarheid centraal.

Balans

Peuters zijn altijd onderweg. Deze ontdekkers zijn vaak ontzettend beweeglijk en hebben energie voor tien! Zorg ervoor dat je zelf goed eet en rust, zodat je de energie hebt om met peuters op avontuur te kunnen en energieke spelletjes met ze te doen. Bied peuters daartegenover ook (lichaams)ontspannende activiteiten. Neem je peuter bijvoorbeeld op schoot voor een rustig moment samen, met wat wiegen op schoot, even voorlezen of een dikke knuffel. Zo laadt je peuter zich emotioneel weer op.

Afstemmen

Natuurlijk wil je de peuters in jouw opvang stimuleren in hun ontwikkeling. Stem hierbij het tempo en de timing van je activiteiten én jouw eigen verwachtingen, wel af op de individuele vaardigheden en leerstijlen van je peuters. Verlies deze uitgangspunten in je communicatie met ieder kind niet uit het oog. Wanneer je een peuter overvraagt of juist te weinig stimuleert, benadeelt dit de eigenwaarde en emotionele veiligheid.

Rustmomenten

Probeer tijdens rustmomenten langzame, cirkelvormige rugwrijvingen en rugklopjes te geven aan een peuter die wat rust nodig heeft in de slaaptijd. Zing op zachte toon de favoriete slaapliedjes van het kind. Als je een kind elke dag vertrouwd maakt met herkenbare liedjes, zal het hier houvast aan hebben. Dit bevordert de hechting tussen jullie.

Routines

Peuters hebben vaak een vertrouwd knuffeltje of tutje dat ze graag bij zich hebben tijdens een dutje of op momenten van troost. Ze geven er soms ook de voorkeur aan dat slaapliedjes in een bepaalde volgorde worden gezongen. Door dagelijks deze vertrouwde routines te volgen, vergroot je het gevoel van peuters dat alles goed is in de wereld.

Wees beschikbaar

Geef je peuters de boodschap dat je, ook terwijl zij op ontdekking uitgaan, nog steeds voor hen beschikbaar bent. Maakt een peuter een harde val, handel dan kalm. Reageer je overdreven of juist laconiek, dan doe je afbreuk aan de allerbelangrijkste boodschap: 'Je leert allerlei nieuwe vaardigheden, maar als je me nodig hebt om je te troosten, ben ik er voor jou.' Dit besef draagt bij aan het welbevinden en een veilige gehechtheid binnen jouw opvang.