



Motorische activiteiten

Een bewegingsactiviteit hoef je niet altijd van tevoren te plannen. Er doen zich in de dagelijkse praktijk veel kansen voor. Persoonlijke competenties gaan over lichamelijke en verstandelijke vaardigheden die kinderen aanleren, waardoor ze steeds zelfstandiger kunnen functioneren. De motorische ontwikkeling is het proces waarbij een kind zijn spieren leert beheersen en gebruiken. We geven je graag inspiratie over activiteiten die bijdragen aan de motorische ontwikkeling van kinderen.

Dansen

Dansen op muziek vinden peuters altijd leuk. Je kunt daarbij denken aan de gebruikelijke beweegliedjes als 'Tsjo Tsjo Wa', maar probeer eens een lekker rocknummer of iets met een wals erin. Ook daar kunnen kinderen lekker op bewegen. Pak er materialen zoals stroken crêpepapier bij om mee te zwaaien of maak danslinten van stroken stof.

Sorteermateriaal

In je opvang kun je bewegen combineren met andere ontwikkeldoelen. Laat kinderen bijvoorbeeld knijpers in verschillende kleuren sorteren in gekleurde hoepels of op gekleurde kledjes. Leg de hoepels/kledjes in de hoeken en leeg de bak met knijpers in het midden van je ruimte. Zo gaan de kinderen druk aan de gang met rennen en het op de juiste plek leggen van de knijpers.

Wedstrijdje rennen

Een simpel wedstrijdje rennen is ook leuk. Vooral als jijzelf meedoet! Roep met z'n allen: 'Klaar voor de start? Rennen maar!' En dan is natuurlijk iedereen bij het afgesproken eindpunt een winnaar. Vanaf dit punt rennen jullie daarna weer terug. Ook tikkertje spelen stimuleert het rennen, stoppen en keren. Echte regels zijn er eigenlijk niet... Op een gegeven moment willen alle kinderen jou tikken!

Schipper mag ik overvaren

Speel het oude spelletje 'Schipper mag ik overvaren' en benoem steeds een andere manier van bewegen om naar de overkant te komen: springen, rennen, achteruit lopen, op je tenen, langzaam, snel, etc. Of benoem dieren en beweeg zo naar de overkant.

Droogrekje

Hang een klein droogrekje met knijpers in je opvang. Laat de kinderen hier met knijpers kleine kledingstukken of poppenkleertjes aan ophangen. Door met knijpers te werken oefenen kinderen hun fijne motoriek en versterken ze de vinger- en handspieren.

Sensomotorisch materiaal

Sensomotorisch materiaal is materiaal waarmee kinderen, behalve de fijne motoriek, ook oefenen in het voelen aan verschillende materialen en structuren.

Hieronder vind je voorbeelden van sensomotorische materialen waar kinderen dol op zijn:

- Zand of magnetisch zand
- Kleine materialen zoals macaroni en boontjes, pluche bolletjes, rijst, bloem, lollystokjes (let wel op met hele jonge kinderen)
- Water (warm of koud)
- IJsblokjes
- Scheerschuim