

Gratis workshops

Wil je een gratis workshop volgen over omgaan met klachten van ouders? Dat kan nog de hele maand februari en begin maart. Tevreden BV verzorgt samen met Parenticom vijftien gratis workshops door heel Nederland.

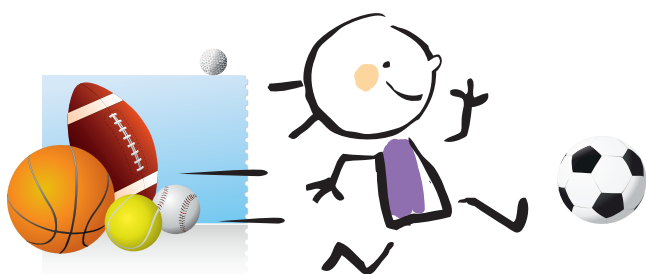
Waar & wanneer?

4/5 februari in Groningen
11/12 februari in Utrecht
18/19 februari in Maastricht
25/26 februari in Rotterdam
4/5 maart in Amsterdam
11/12 maart in Eindhoven
18/19 maart in Zwolle

Geïnteresseerden kunnen zich gratis inschrijven via de website van kinderopvang.tevreden.nl. In het eerste deel maken deelnemers kennis met het nieuwe klachtenonderzoek op het al bestaande platform kinderopvang.tevreden.nl. In het tweede deel staat omgaan met klachten op de werkvloer centraal en wordt ingegaan op gesprekstechnieken bij het te woord staan van ouders. Kijk op www.kinderopvang.tevreden.nl voor meer informatie!

Nu op www.kinderopvangtotaal.nl

- Bij de online rubriek Lezers helpen lezers vraagt Truus om jouw hulp. Zij werkt op een 3+groep en wil de kinderen graag spelenderwijs voorbereiden op de basisschool. Heb jij ervaring met een 3+groep en heb je leuke activiteitentips voor Truus? Laat je reactie dan achter op www.kinderopvangtotaal.nl onder het menu Open Podium > Lezers helpen lezers.
- Ben je nieuwsgierig of de online videocolleges van de Kinderopvangacademie iets voor jou zijn? Lees dan alle weblogs die pedagogisch medewerker Monika Katinger erover schreef. Ze heeft ze allemaal bekeken en voor jou beoordeeld. Je vindt haar weblogs onder de menukeuze online leren & Kinderopvang-colleges!
- Bestel op www.kinderopvangtotaal.nl de nieuwste CAO Kinderopvang 2008-2009 (MOgroep). Het Functieboek CAO Kinderopvang is dit jaar voor het eerst los te bestellen. Meer informatie en een link naar het bestelformulier vind je onder de menukeuze shop.
- Heb je even geen inspiratie voor een leuke activiteit? Iedere maand plaatst onze activiteitenspecialiste Carla Overduin de activiteit van de maand op onze website.



Door Confriends

Spelletje 1

Tijdens of na het verschonen speel je nog even met de baby op het aankleedkussen. Misschien wil hij wel even op de buik liggen als hij iets moois ziet wat hij met zijn handen wil pakken. Een mooie gelegenheid om spelenderwijs de rugspieren en hoofdbalans te oefenen. En een leuke manier om individuele aandacht te

geven aan de baby. Zie het verschonen dan ook als een leuk één op één moment met het kind, in plaats van als een noodzakelijk kwaad.

Spelletje 2

Nodig: een aantal zwembanden

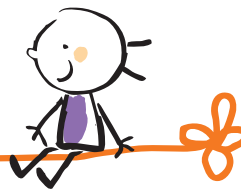
Leg een aantal niet te hard opgeblazen zwembanden

Beweegspelletjes voor 0 tot 2 jaar

bij de baby's op de grond. De baby's zullen nieuwsgierig zijn en naar het nieuwe materiaal toe gaan. 'Sjoel' de banden over de grond; de kinderen zullen erachteraan gaan kruipen of lopen. Laat ze erdoorheen kruipen als je de banden als een hoepel rechtop houdt. Zet een baby in een zwemband en kijk wat hij ermee gaat doen; de één kruipt eruit, de ander doet hem over zijn hoofd en de derde

blijft er gewoon in zitten. De wat oudere kinderen kunnen er ook in stappen en de band langs hun lichaam omhoog bewegen om hem weer uit te doen, of andersom. Bij nog grotere kinderen kun je hier beter hoepels voor gebruiken. Ook leuk om buiten te doen!

Confriends geeft onder meer trainingen en workshops over bewegen in de kinderopvang, zie www.confriends.nl.



Beweegspelletjes

We gaan buiten spelen!
(0 tot 12 jaar)

Door Confriends

Buiten spelen is heerlijk, dat weten we allemaal. Neem eens het initiatief tot een geleid spel met de kinderen. Lekker ouderwetse, bekende spelen van vroeger, en dus eens een keer geen fietsjes naar buiten tillen en allerlei ander materiaal, maar samen spelen!

Oud Hollands zaklopen

Regel wat oude juten zakken. Stel de kinderen naast elkaar op, of in estafettevorm. Wie is het snelst aan de overkant? Breid het parcours uit met hindernissen, zoals een hoepel over je heen trekken, als de kinderen meer uitdaging nodig hebben. Er zijn ook duozakken op de markt waarin twee kinderen naast elkaar moeten springen. Vereist nog meer coördinatie en samenwerking!

Koekhappen

Span een lijn met daaraan ontbijtkoek aan touwtjes met voldoende afstand ertussen. Varieer in lengte voor grote en kleine kinderen. Laat de kinderen met de handen op de rug koek ervanaf happen. Grotere uitdaging: met een blinddoek voor.

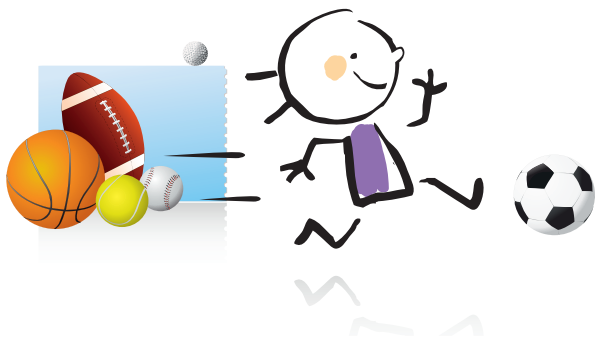
Hoepelspringen

Leg wat hoepels op de grond, of teken grote cirkels met stoepkrijt. Laat de kinderen met allerlei opdrachten van hoepel naar hoepel bewegen. Grote stappen, springen met twee voeten, op één been, met de ogen dicht gecoacht door een ander kind. Welk team heeft als eerste de hele baan doorlopen?

Baby's ook naar buiten

Zorg voor een afgeschermd en overdekt stukje grond op je buitenterrein. Leg de baby's lekker op een kleed buiten, of op het droge gras. Baby's zullen verbaasd zijn over de andere structuur van de ondergrond en kunnen zich makkelijker afzetten op gras dan op een gladde ondergrond.

www.confriends.nl



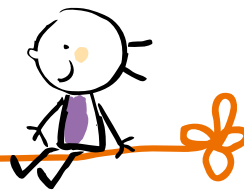
It's all in the name

Stijn, Jayden, Lucas of Jeffrey: het maakt jou waarschijnlijk niets uit welke naam bij welk jongetje hoort. Je vindt de één er niet liever om dan de ander, tenminste, dat zeg je.... In de praktijk blijken mensen wel degelijk onderscheid te maken tussen namen. Zo blijken leerkrachten aan iedere naam een verwachtingspatroon te koppelen. Lucas en Lieke komen bij hen direct door de ballotage, en Ruben en Rosa ook. Maar Kimberley en Jeffrey wekken minder hoge verwachtingen. Dan heb je nog het zogenaamde *name-letter* effect. Dit houdt in, dat mensen een onbewuste voorkeur ontwikkelen voor woorden en namen die op hun eigen naam lijken. Dus Tessa gaat eerder naar Tessel, en Amélie naar Ameland. Dat klinkt raar, maar hoe komt het dan dat de drie populairste New-Yorkse namen alledrie de letter N en Y bevatten: Anthony, Ryan en Jayden. Psycholoog Raymond Smeets vertelt in het tijdschrift *Psychologie* dat mensen die hun eigen naam mooi vinden, zich er zo veel mogelijk mee omringen. Zo kiezen we vaker voor woonplaatsen, beroepen, partners en merken die op onze naam lijken. De Amerikaanse psycholoog Albert Mehrabian concludeerde dat korte voornamen als Roos warmer overkomen dan Rosemarie. Maar lange voornamen associëren we juist wel weer met een hogere sociale positie en serieus gedrag.



Kids op de catwalk

Basisschool de Pendinghe, peuterspeelzaal Ieniminie van Stichting COP Groep en kindercentrum Regenboog van SKSG Kinderopvang uit Groningen hebben een aantal weken gewerkt aan het thema kleding. De climax was een echte modeshow! De drie organisaties zorgden voor een geslaagde ochtend, voorzien van een echte catwalk, ladyspeaker, fotograaf en *last but not least*, echte mannequins en dressmen! De kinderen liepen een prachtige show en de zaal zat vol met publiek. Het thema mode is afkomstig uit het VVE-programma Piramide. In de toekomst zullen de peuterspeelzaal, het onderwijs en de kinderopvang vaker thema's op een ludieke thema met elkaar uitwerken.



Activiteitentip: een tweede leven voor je kerstboom

Hebben jullie nog een oude kerstboom staan? Gun de boom een tweede leven. Ook als de naalden eruit vallen en er weinig meer

van over is, kan hij van dienst zijn. Maak samen met de kinderen een voederboom voor vogels! Leg een zak pelpinda's neer.



Rijg met een stompe naald een draad door de pinda's en leg aan de onderkant een knoopje. Zet ook blikjes mais op tafel en rijg de maiskorrels op dezelfde manier aan een stevige draad. Besmeer tot slot broodkorsten (vast nog wel over van de lunch) met pindakaas en hang dit aan de takken.

Zet de feestboom buiten en kijk samen met de kinderen hoe vogeltjes van jullie voederboom smullen! Zing ondertussen met de kinderen liedjes over vogels.

Bijvoorbeeld:

Roodborstje tikt tegen het raam

*Roodborstje tikt tegen het raam, tik tik tik
Laat mij erin
Laat mij erin
't Is hier zo koud en te guur naar mijn zin
Laat mij erin
Laat mij erin*

Bron: Marja Baseler, 365 spelletjes & creatieve ideeën. The House of Books, ISBN 90 443 1508 0.



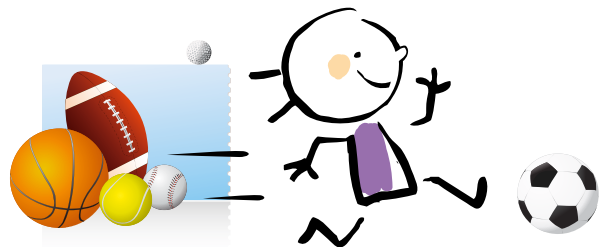
Beweegspel 10 tot 12 jaar

Door Confriends

Nodig: een stapel bierviltjes

Stel de kinderen in estafetevorm op. Maak een pad met bierviltjes vanaf de kinderen naar de overkant. Bij ieder groepje ligt een stapel bierviltjes; op elk daarvan heb je een letter geschreven. Die letters vormen samen één woord. De bierviltjes liggen met de letters naar beneden. Het eerste kind loopt over de bierviltjes naar de overkant, met een letter. Daar legt hij het letterbierviltje neer, nog steeds met de letter naar beneden. Dan

loopt hij zo snel mogelijk over de bierviltjes weer terug. Het tweede kind gaat met de volgende letter naar de overkant. Dit herhalen, totdat alle letters zijn overgebracht. Dan gaan alle kinderen zo snel mogelijk naar de overkant om het woord te puzzelen. Als ze denken het gevonden te hebben, roepen ze hard met z'n allen hard het woord. Je kunt de groepen tegen elkaar in opstellen, zodat ze niet naast elkaar zitten te puzzelen aan het eind. Spelregels: De kinderen moeten goed over de bierviltjes lopen. Als ze ernaast stappen moeten ze weer



terug naar af. Anders gaan ze hard hollen en glijden ze misschien met bierviltje en al uit. Stel eventueel per estafettegroep een jurylid aan dat dit in de gaten houdt.

Variatie: je legt niet van te voren een pad neer, maar geeft het eerste kind van elke estafetteploeg vier bierviltjes. Het kind gaat op twee bierviltjes staan en legt de volgende twee neer,

stapt daarop over en pakt de vorige twee die hij weer naast zich legt. Zo beweegt hij zich met de letterkaart naar de overkant. Op dezelfde manier terug.

Spel bedacht door deelnemers tijdens cursus Spelenderwijs Bewegen bij Kinderopvang Mundo.

Confriends geeft onder meer trainingen en workshops over bewegen in de kinderopvang, zie www.confriends.nl.



Weggeefactie

Deze maand mag de redactie cd-luisterboeken weggeven! Uitgeverij Rubinstein stelt drie exemplaren ter beschikking van **Kikker en de sneeuwman** (gebaseerd op het werk van Max Velthuis) ingesproken door Jamaï Loman, Lotte Lohr, Levi van Kempen, Rop Verheyen, Daphne Groot, Machiel Verbeek en Sander de Heer (vertelstem). Vanaf 4 jaar. Meer informatie vind je op www.kinderopvangtotaal.nl. Stuur voor 28 februari een e-mail met je naam, naam van je peuterspeelzaal of kinderdagverblijf en adres naar kinderopvang@reedbusiness.nl, o.v.v. Kikker en de sneeuwman. De redactie verloot de drie luisterboeken onder de inzenders. Meer informatie op www.kinderopvangtotaal.nl.

Beweegspelletjes met een laken

0 tot 2 jaar

Door Confriends

1. Schootspelletjes

Doe eens een schootspelletje waarbij je de baby in een laken 'hangt' en de beide uiteinden van het laken voor zijn borst vasthoudt. Goed voor het stimuleren van het evenwicht en de rompbalans. Het laken zit stevig om de baby heen. Bij een jongere baby kun je het hoofdje met het laken ondersteunen. Bij een oudere baby kun je het laken om de bovenrug doen zodat je zijn hoofdbalans oefent. Je kunt de baby in het laken heen en weer wiegen of op jouw benen op en neer laten gaan.

2. Rolleballen en schateren

De baby kan hiermee bewegingservaringen voor het omrollen opdoen. Leg de baby op een laken op de grond. Laat hem rolleballen terwijl je voorzichtig de ene kant van het laken optilt en daarna de andere kant. Ook kun je de baby met laken en al voorzichtig door de ruimte trekken met wat slingerende bewegingen. Speel hierna kiekeboe met het laken.

3. Kruiptunnels

Zet een aantal tafels en stoelen achter elkaar, drapeer hier lakens over en maak er mooie poortjes en kruiptunnels van. Ga zelf aan het einde van de tunnel zitten; kruipplezier gegarandeerd!

www.confriends.nl



Lees
meer
op



www.kinderopvangtotaal.nl

Nu op kinderopvangtotaal.nl

- Je kent vast wel het boek [Pedagogisch kader kindercentra 0-4 jaar](#). Met de twaalf afleveringen van het nieuwe product Web-tv kun je met dit boek nóg beter aan de slag. Op kinderopvangtotaal.nl, onder e-learning, lees je hoe het werkt.
- In de shop kun je de Kinderopvang Praktijkreeks, bestaande uit vijf boeken, bekijken en bestellen!
- Rennen voor een goed doel? Een bijzondere visie op pedagogiek? Alles waar jullie je mee onderscheiden verdient een plekje in de online rubriek Open Podium. Mail ons op kinderopvang@reedbusiness.nl.



Workshop graffiti spuiten



'Vet' was de reactie op de workshop graffiti spuiten. Tijdens de zomervakantie stonden er voor de nso-kinderen van Stichting Kinderopvang Hilversum allemaal leuke activiteiten op het programma. Maar één activiteit spande wel de kroon. De kinderen mochten twee containers, ter beschikking gesteld door timmerbedrijf Meijer, bespuiten. De eigenaar van het timmerbedrijf, Edward Meijer, is erg te spreken over het eindresultaat. 'De containers zijn echt opgefrist! Ik kijk er nu met plezier naar'.

Bewegen geeft positieve energie

2 tot 12 jaar

Door Confriends

Mocht de sfeer op de groep eens wat minder zijn, zet dan lekker muziek aan en ga even met elkaar dansen, je zult merken dat de sfeer onmiddellijk verandert en positief wordt.

Sporten raden

Verdeel de groep in kleine groepjes. Van alle groepjes stelt nummer 1 zich op aan de overkant. Je fluistert bij iedere nummer 1 een andere sport in het oor. Die gaat de sport uitbeelden en de andere kinderen uit de groep proberen zo snel mogelijk te raden. Als het geraden is, doen alle kinderen de sport zo goed mogelijk na, tot alle groepjes hun opdracht geraden hebben. Dan is nummer 2 aan de beurt. Variatie: Je kunt kinderen hun favoriete sport laten uitvoeren. Gebruik het spel ook als aanleiding om te vragen wie er zelf sport en uit te leggen dat sporten gezond is. Welke ouders sporten?

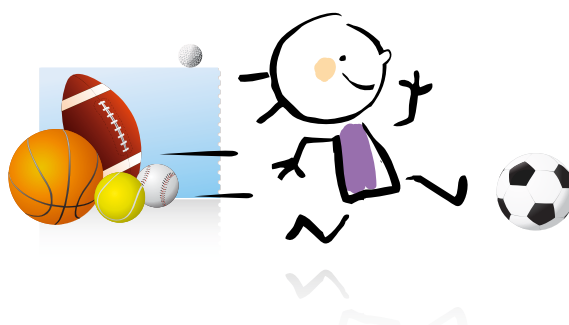
Kastanje-spelen

Zoek eerst kastanjes met elkaar en ga ze met kleuren beschilderen. Verdeel ze daarna over de buitenruimte. Laat de kinderen zo snel mogelijk alle rode kastanjes verzamelen, dan de gele, enzovoort. Zet grote emmers neer in verschillende kleuren en laat de kinderen van achter een lijn de kastanjes in de emmers gooien. Wie lukt het om in de verste emmer de juiste kleur te gooien?

Lifestyle dansen

Iedereen danst op vrolijke muziek. De muziek stopt. Je roept iets wat gezond is: dan gaan de kinderen springen en juichen. Als je iets ongezonds roept, gaan ze zitten met de voeten en handen van de grond.

www.confriends.nl





Trainen voor de beker

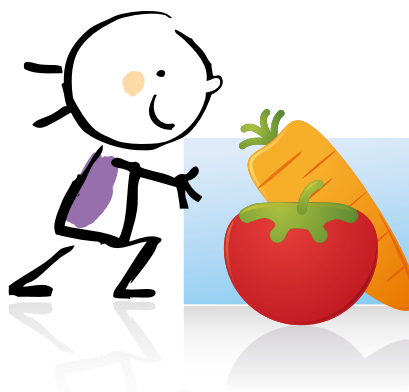
Door Karine Hoenderdos, Scriptum

De meeste baby's starten aan de borst. Vaak drinken ze ook een periode uit de fles en daarna kunnen ze drinken uit een beker. Tenminste... dat is de bedoeling. Vaak blijven jonge kinderen lang 'hangen' aan hun flesje of drinken ze uit de populaire (anti-lek) tuitbeker. Jammer, want drinken uit een gewone beker vergt meer van de mondspieren en is beter voor de tanden. Als kinderen te lang een fopspen of zuigfles gebruiken, kunnen ze last krijgen van de zogenoemde interdentale slik. Dan slikken ze met hun tong tussen de tanden, terwijl normaal met slikken de tong achter de kaakrand blijft. Er is dan ook meer risico op slissen bij het spreken.

Zo snel mogelijk aan de beker dus! Vanaf de leeftijd van ongeveer zes à negen maanden kan daarmee al geoefend worden. Eerst is dat een beetje spelen en uitproberen. Maar kinderen krijgen de smaak best snel te pakken. Geef baby's daarom gerust een bekertje opvolgmelk bij hun boterham. Misschien is het tijd voor een bekerdiploma?

Tips voor de bekertraining:

- Leg uit aan ouders en verzorgers waarom drinken uit een beker belangrijk is. Vraag hun om thuis ook te 'oefenen'.
- Begin met dik vloeibare dranken, zoals yoghurt of pap.
- Prijs de baby als het lukt, hoe jong hij ook is! En word niet boos als er geknoeid wordt.
- Begin met een bodempje in de beker. En vul ook later de beker met niet meer dan de helft, om knoeien te helpen voorkomen.
- Kies voor stevige plastic bekertjes, het liefst met twee oren.



www.nieuwsovervoeding.nl & www.scriptum-site.nl

Buiten bewegen

5 tot 12 jaar

Door Confriends

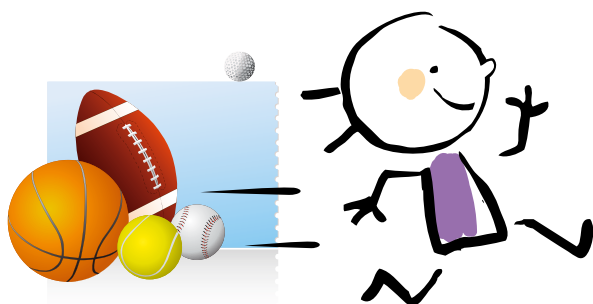
Buiten spelen met de kinderen is heerlijk. Het is leuk om ook beweegspellen buiten aan te bieden, met weinig materiaal. Je spaart je rug, doordat je niet al het zware materiaal naar buiten hoeft te tillen, je wint daardoor tijd en je biedt de kinderen weer nieuw beweegplezier aan.

Lijnenspel

Trek met stoepkrijt drie gekleurde lijnen op het buitenterrein. Bijvoorbeeld rood, wit en blauw. De kinderen gaan allemaal op de witte lijn staan. Ze moeten nu zo snel mogelijk naar de rode lijn gaan. Dit kan op een steeds moeilijker manier: springend, hinkelend, achteruit, twee kinderen met de ruggen tegen elkaar, of de heupen tegen elkaar, eventueel de binnenste benen aan elkaar. Laat de kinderen zelf manieren verzinnen. Je kunt ze ook laten hollen over het terrein, of dansen en dan geef je een signaal en roept de kleur. Er zijn geen afvallers, want bewegen is goed voor elk kind en juist voor degene die als laatste aankomt. Fop ze af en toe door ook kleuren te noemen die er niet zijn.

Piraten en zeevaarders

Je tekent drie lijnen parallel aan elkaar. Twee piraten staan op de middelste lijn. De zeevaarders staan met hun schatten, bijvoorbeeld bierviltjes in zilverpapier gewikkeld, op één lijn. Ze willen de schatten naar de overkant brengen, maar als ze getikt worden door de piraat, moeten ze hun schat afgeven. Hoeveel schatten hebben de piraten verzameld? Rouleer snel van piraten. Maak het moeilijker door ze weer hinkelend, springend, met de schat op hun hoofd, naar de overkant te laten gaan.



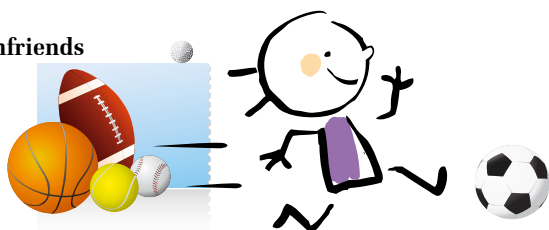
www.confriends.nl



Buiten spelen

6 tot 8 jaar

Door Confriends



Coachen

Maak verschillende parcoursen met plastic flessen, zonder dop, met water erin. Stel de kinderen in tweetallen op. Een kind krijgt een blinddoek om, het andere kind loodst met aanwijzingen het geblinddoekte kind zo snel mogelijk door het parcours heen, aan de overkant worden de rollen omgedraaid. Welk team is het snelst terug en heeft het minste water gemorst?

Brandweeroefening

Verdeel de groep in teams, waarbij er een kind op het beginpunt staat bij een emmer met water en een aantal sponzen. Een aantal kinderen staat in het midden, en aan het eind van het parcours staat een lege emmer. Het eerste kind gooit een zo nat mogelijke spons naar de middenploeg. Degene die hem vangt, holt naar de emmer, knijpt de spons uit en

holt vervolgens terug naar het beginpunt om weer een natte spons naar de middenploeg te gooien. Wel team heeft binnen een bepaalde tijd zo veel mogelijk water in de emmer verzameld?

Variatie in estafettevorm: de kinderen halen met een plastic bekertje met gaatjes erin geprikt, water 'bij de zee' en brengen dat zo snel mogelijk terug naar een lege emmer.

Appelspel

Twee kinderen staan op afstand tegenover elkaar met een emmer naast zich. In het midden liggen drie appels. Op een signaal hollen de kinderen naar de middenlijn om 1 appel te halen en terug te brengen naar de emmer. Wie pakt het eerst de derde appel? De winnaar mag de appel eten!

www.confriends.nl

Leuke links

www.100procentko.nl

De website is erg interactief. Lees je het nieuws en de achtergronden op kinderopvangtotaal.nl, dan kun je op 100procent KO nog even over het nieuws npraten met collega's.

www.abvakabofnv.nl

Lees hier de belangrijkste punten die zijn afgesproken in de nieuwe CAO Kinderopvang. Deze cao heeft een looptijd van 1 mei 2009 tot 1 mei 2010 en geldt voor alle medewerkers in de kinderopvang.

www.eet-compleet.nl

Een website van Nutricia over gezonde kindervoeding, met een leuke vragenlijst over gezond eten, eettips en adviezen.

www.kinderleidstervanhetjaar.nl

17 juni, 16 september en 18 november vinden in Zoelen (bij Tiel) verkiezingen plaats voor de Kinderleidster van het Jaar. Elk kinderdagverblijf mag één persoon gratis afvaardigen om aan de dag deel te nemen. Iedere introductie van deze deelnemers betaalt € 60. Tijdens de dag word je op allerlei manieren op de proef gesteld.

Geef kinderen gewoon water

Door Reina van Bruggen, Scriptum

Zo rond de klok van tien is het heel gewoon dat kinderen iets te drinken krijgen, meestal ook met een koek of stuk fruit erbij. Maar wát krijgen ze dan te drinken? Vaak krijgen kinderen vruchtensap, limonade of een melkproduct. Gewoon een glas fris water? Dat geeft bijna niemand!

Terwijl water misschien wel een heel slimme keuze is, zo blijkt uit een onderzoek dat recent is gepubliceerd in het vooraanstaande wetenschappelijke tijdschrift *Pediatrics*. Aan dit onderzoek hebben bijna 3000 kinderen van gemiddeld acht jaar meegedaan. Op zeventien basisscholen stond een watertank in de klas en kregen de kinderen vier lessen over vocht en water. Een controlegroep van vijftien scholen kreeg niets. Aan het begin van het onderzoek was het percentage overgewicht gelijk, namelijk 24,5%. En wat bleek na 250 dagen? Bij kinderen die de hele dag door water kunnen drin-

ken op school was het percentage overgewicht gedaald naar 23,5%. De controlegroep was zelfs nóg dikker geworden, 27,8% had overgewicht.

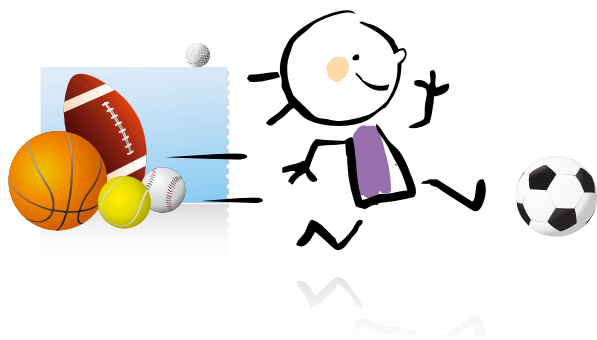
Zo'n onderzoek zet wel aan het denken! Misschien is een watertapinstallatie in de kinderopvang geen haalbare kaart. Maar waarom geef je de kinderen dan niet gewoon water uit de kraan? Zo lever je wellicht op een zeer eenvoudige manier een bijdrage aan de strijd tegen overgewicht. Of geef 's middags thee – natuurlijk zonder suiker. Jong geleerd is oud gedaan.



www.nieuwsovervoeding.nl
www.scriptum-site.nl

Bewegen en gezonde leefstijl

8 tot 10 jaar



Door Confriends

Gezonde estafette

Verzamel met de kinderen plaatjes uit tijdschriften die te maken hebben met een gezonde of ongezonde leefstijl voor kinderen. Plak elke foto op een stevig stuk papier. Stel de kinderen in estafettevorm op, aan de overkant staat voor iedere groep een 'gezonde' en een 'ongezonde' bak. Iedere groep krijgt een stapel foto's. Ieder kind brengt steeds één foto rennend naar de overkant en gooit hem in de juiste bak, rent weer terug naar zijn groep en als de voorste getikt is, mag de volgende. De groep die het eerste klaar is, gaat zitten. Bespreek daarna of ook echt de gezonde foto's in de gezonde bak zitten en de ongezonde foto's in de ongezonde bak.

Ren je rot:

Alle kinderen starten achter de lijn, aan de overkant heb je twee vakken gemaakt, bijvoorbeeld met stoepkrijt: één rood vak (= ongezond) en een blauw vak (= gezond). Jij roept iets over (on)gezond gedrag, bijvoorbeeld: naar school fietsen, meer dan twee uur computeren, elke dag een uur bewegen. De kinderen rennen naar het juiste vak en weer terug naar de start. Bij elk goed antwoord verdienen ze een punt; wie heeft de meeste punten?

Samen met collega-trainers verzonden tijdens bijscholingsdag van het NISB over Eetplezier & Beweegkriebels

Groententikkertje:

Speel dit spel met twee tikkers, als je een groente noemt, mag je bijvoorbeeld vijf tellen niet getikt worden, iedere keer moet je een nieuwe groente verzinnen. Varieer met het benoemen van bijvoorbeeld sporten en fruit.

www.confriends.nl

Doe de hooikoortsquiz!

Vanaf mei gaat het snotteren bij veel kinderen en volwassenen weer beginnen. Meer dan tien procent van de Nederlanders heeft er last van. Grassen, bomen en andere planten verspreiden door de wind stuifmeel. Als je hier gevoelig voor bent, veroorzaakt het stuifmeel jeukende of tranende ogen en loopneuzen, oftewel hooikoorts. Herken jij hooikoorts bij de kinderen op je groep en weet je wat je het beste kunt doen met kinderen die dergelijke allergische reacties hebben? Test je kennis in de Hooikoortsquiz! [De antwoorden vind je op \[www.kinderopvangtotaal.nl\]\(http://www.kinderopvangtotaal.nl\), bij Groepsleiding en Fun.](http://www.kinderopvangtotaal.nl)

1. Stel, je wilt met kinderen een dagje eropuit. Zul je kinderen met hooikoorts blijer maken met een dagje strand of met een dagje platteland?
2. Op welk tijdstip van de dag hebben kinderen de minste last van stuifmeel in de lucht?
3. Komt hooikoorts veel voor bij kleine kinderen of juist meer bij grotere kinderen?
4. Krijgen kinderen van hooikoorts ook echt koorts?
5. Welke weersomstandigheden zijn voor kinderen met hooikoorts het meest ongunstig? En waar voelen kinderen met zware hooikoorts zich op zulke heftige dagen het prettigst?
6. Welke bomen moet je met kinderen mijden, denk je: kleurloze, weinig geurende bomen en planten of opvallende en sterk geurende bomen en planten?

Pollenvriendelijke bomen

Mocht je groene vingers hebben en de buitenruimte van jouw locatie onder handen nemen, dan kun je de ruimte zo inrichten dat kinderen met hooikoorts het minst last zullen hebben van rondvliegende pollen. Er bestaat een lijst met pollenvriendelijke bomen, planten en struiken. Ben je benieuwd welke dat zijn? Op www.kinderopvangtotaal.nl > Groepsleiding > Fun vind je het totale overzicht! Hier volgen alvast een aantal *do's en don'ts*:

Do's

Appel-/ perenboom
Denachtigen (spar, ceder)
Eik
Heide
Hortensia
Plataan
Rozen

Don'ts

Berk
Tamme kastanje
Hazelaar
Meidoorn
Valeriaan
Muurbloem
Vingerhoedskruid.



Bewegen is plezier voor iedereen

Door Confriends

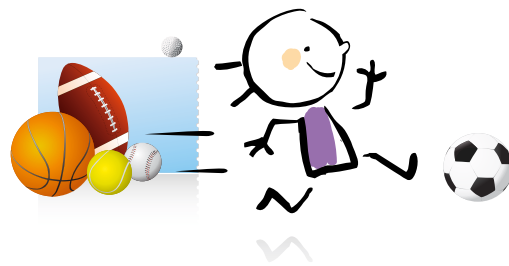
Bierviltjes-dierenestafette (4 tot 12 jaar)

Plak op een bierviltje een afbeelding van een dier. Leg de bierviltjes op vier hoopjes aan de overkant van de ruimte. Stel de groep in vier rijtjes op. De kinderen hollen in es-tafette-vorm naar de overkant. Ze pakken een bierviltje. Ze bewegen terug zoals het dier van de afbeelding zich beweegt. Variaties: doe er ook bierviltjes met een andere opdracht tussen: hinkelen, met ogen dicht lopen, achteruit. Of gezond en ongezond eten. Bij ongezond eten: twee keer heen en weer hollen.

(Verzonnen door deelnemers tijdens de studiedag Spelenderwijs Bewegen van Kinderhonk uit Amsterdam.)

Ritmisch bewegen (4 tot 12 jaar)

Maak allerlei instrumenten van plastic flessen, koektrommels, oude blikjes. Neem twee (zelfgemaakte) trommelstokjes. Jij trommelt een ritme en iedereen probeert zich op



het ritme te bewegen. Grote zware trom: bijvoorbeeld als een olifant die stapt. Snel, licht ritme: als dansende muizen of mieren. Laat de beweegfantasie de vrije loop gaan. Na een tijdje kan er gewisseld worden en kan een kind de ritmes slaan. Maak het moeilijker door af en toe een stilte te laten vallen. Staat iedereen meteen stil?

Gekleurde kastanjes (baby's)

Je hebt allerlei kastanjes beschilderd in vrolijke kleuren. Stop ze in een koker. Als je deze afsluit, kun je hem gebruiken als aantrekkelijk muziekinstrument voor baby's. Als je hem openlaat, kun je hem schuin houden en er aan de bovenkant kastanjes in doen. Verrassing: ze komen er aan de onderkant weer uit!

www.confriends.nl



Illustratie: Len Munnik

Doe mee

Vorige maand is de eerste stap gezet. Met een stelling over de vorm van het Pedagogisch kader 4 tot 13 jaar. Jullie willen geen receptenboek als pedagogisch kader. Het pedagogisch kader moet houvast bieden, maar ook ruimte (zie de reacties op www.pedagogischkader.nl).

Dit ging over de vorm. Maar hoe zit het met de inhoud? Daarover gaat de stelling van deze maand. Die is: *De belangrijkste thema's in de buitenschoolse opvang zijn precies dezelfde als in een kinderdagverblijf*. Want is de bso echt anders dan het kinderdagverblijf in pedagogisch opzicht? Lees eens de reactie van Ilona op de site www.pedagogischkader.nl: 'Ik gebruik nu vaak het Pedagogisch kader kindercentra 0-4 jaar, om ideeën op te doen voor de bso. (...) Ik mis echter zo'n boek voor de bso, waardoor ik nog altijd een vertaalslag moet maken van voorbeelden voor 0- tot 4-jarigen naar 4- tot 12-jarigen.' De bso is anders, natuurlijk. Maar misschien

keren dezelfde pedagogische thema's gewoon terug, ook al moeten ze nu vertaald worden naar een andere leeftijd. Of zijn er toch echt wezenlijke verschillen tussen dagopvang en bso op pedagogisch vlak? Spelen er echt andere dingen? Wij willen graag nieuwe thema's opnemen in het pedagogisch kader voor de bso, als daar een goede reden voor is. En die reden moet vanuit de praktijk worden aangegeven. Ga daarom naar www.pedagogischkader.nl en geef je ideeën. We zullen ze ter harte nemen.

PS. Lysbeth Beels vroeg op de site: 'Kunnen we ook thema's inbrengen?' Hierop is maar één antwoord: ja! Het werkt als volgt: kijk op www.pedagogischkader.nl naar de (voorlopige!) inhoudsopgave die we nu in gedachten hebben voor de bso. Als je een thema mist, laat dit ons dan weten. Alvast bedankt.

Ruben Fukkink

De makers van het Pedagogisch kader kindercentra 4-13 jaar schrijven in deze rubriek over zaken waar zij tegenaan lopen, en lezers kunnen meepraten. Ben jij pedagogisch medewerker of manager in de buitenschoolse opvang, of werk je in het onderwijs of jeugdwelzijn? Dan kun je op www.pedagogischkader.nl bijdragen aan de inhoud van het Pedagogisch kader 4-13 jaar.

- Discussieer mee over de stelling van deze maand
- Lees mee met de teksten
- Praat mee tijdens de bijeenkomsten.

Stelling 2

De belangrijkste thema's in de buitenschoolse opvang zijn precies dezelfde als in een kinderdagverblijf

Graag lezen wij je reactie op www.pedagogischkader.nl.

Nederlands
Jeugd
instituut





Vijf gratis exemplaren van tienjarige Karel

Karel en zijn vriendinnetje Kaatje spelen de hoofdrol in de kleurrijke, herkenbare prentenboeken van Liesbet Slegers. Tien jaar geleden verscheen haar eerste peuterboek over dit grappige kereltje. Uitgeverij Clavis viert dat met een dik en groot jubileumboek, een soort fotoalbum over de leefwereld van Karel, die heel herkenbaar is voor peuters en kleuters. Als extraatje vind je spelletjes en vragen in het boek. Speciaal voor lezers van *Kinderopvang* geeft uitgeverij Clavis vijf exemplaren weg van dit jubileumboek! Stuur voor 1 september een e-mail met je naam, naam van je peuterspeelzaal of kinderdagverblijf en adres naar kinderopvang@reedbusiness.nl, o.v.v. Karel. De redactie verloot de vijf boeken onder de inzenders. Zie ook www.kinderopvang-totaal.nl en www.clavis.com.

Liesbet Slegers, **Karel**. Clavis, ISBN 978 90 4481 034 9. Prijs € 15,99.
www.clavisbooks.com.

Allemaal buiten met de bal

Door Confriends

Baby's:

Strandbal kruipen

Leg een aantal oudere baby's in een kring op hun buik op het gras, met minimaal twee à drie strandballen per baby in de kring. Kijk wat er gebeurt: je zult zien dat ze achter de ballen aan gaan kruipen. Doordat er veel strandballen zijn, zal er steeds een bal in de buurt zijn die de baby uitdaagt om ernaartoe te kruipen.

Dreumesen en peuters:

Houd de strandbal hoog

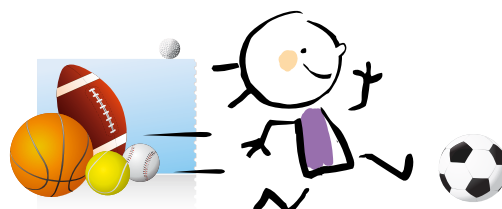
De kinderen staan kriskras door elkaar: kunnen we met z'n allen drie strandballen in de lucht houden? Gebruik je armen en je benen, als de bal maar niet op de grond komt. Lukt dit ook met vier strandballen?

Laat de kinderen achter elkaar in een rij staan. De eerste krijgt de bal. Geef de bal door naar het tweede kind in de rij. Doe dit bijvoorbeeld boven het hoofd of tussen de benen door. Als het laatste kind de bal heeft, rent hij naar voren, blijft daar staan en dan begint het opnieuw.

Ballenbingo

Geef alle kinderen een tennisbal met een teken daarop geschreven, bijvoorbeeld een rondje of een kruis. Dit teken moeten de kinderen goed onthouden. Dan worden de ballen verzameld en de tuin in gegooid. De kinderen moeten nu zo snel mogelijk de bal met hetzelfde teken vinden en naar een 'bingobak' brengen. Zodra ze hem in de bingobak hebben gegooid, roepen ze hard: 'bingo'!

www.confriends.nl



Groente en fruit uit eigen tuin

Door Scriptum, Christel Vondermans

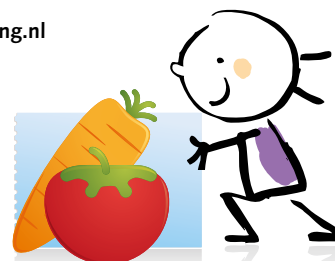
Het hebben van een moestuin is weer populair. En zeker voor kinderen leuk. Door een moestuin zien kinderen precies hoe groente en fruit groeien, kunnen ze zelf meehelpen plukken en proeven van de oogst. Schooltuintjes zijn er helaas wat minder. Maar jij kunt ze in ere herstellen door er één aan te leggen bij jouw kinderopvang, bso of school. Het stimuleert de samenwerking, het verantwoordelijkheidsgevoel van kinderen en is leuk en leerzaam voor alle leeftijden! Oudere kinderen kunnen helpen kiezen welke zaadjes er gezaaid worden en met een beetje hulp een zaai- en oogstschema maken. Jongere kinderen kunnen onkruid helpen wieden en plukken. En de jongste kinderen smullen natuurlijk met de rest mee als er geoogst is. Ideaal om te zaaien is bijvoorbeeld tuinkers; dat kan binnen twee weken na het zaaien gegeten worden. Ook aardbeien, bramen zonder doorns, kerstomaatjes, veldsla, worteltjes en

radijsjes lusten de meeste kinderen. Lekker bij de lunch of tussendoor. En van aardbei en braam maak je de lekkerste jam voor kinderen waarmee je luncht! Wist je trouwens dat kinderen beter eten als ze bij de bereiding of de zaai, groei en oogst betrokken zijn geweest?

Geen ruimte voor een moestuin? Daar is een oplossing voor: tuinkers, aardbeienplanten en kleine tomatenstruikjes groeien ook prima in potten. In groepjes kunnen kinderen de potten vooraf verven en beplakken. Zo zien ze precies voor welk plantje ze verantwoordelijk zijn. Veel tuinierplezier!

www.nieuwsovervoeding.nl

www.scriptum-site.nl





Luieruitslag wat kun jij doen?

Iedere baby heeft wel eens last van luieruitslag. Dat is lastig te voorkomen, want baby's hebben gevoelige billetjes. In principe kan een baby met luieruitslag prima naar het

kindercentrum komen, maar het is wel handig als ouders aan jou en je collega's aangeven dat hun kind er last van heeft. Dan kunnen jullie er rekening mee houden. De meeste luierkachten hebben kinderen tussen hun zevende en twaalfde maand. Jongens hebben het net zo vaak als meisjes. Je herkent luieruitslag aan een ontstoken rode huid in het luiergebied. Je kunt naast roodheid ook blaasjes, wondjes of schilfering tegenkomen. Langdurig contact met vocht is niet zo

prettig voor een geïrriteerde huid. De huid is dan week en door wrijving kan hij makkelijk beschadigen. Baby's met luieruitslag moeten dus vaker worden verschoond. Nog meer dan urine is poep schadelijk voor de huid. In de ontlasting zitten allerlei enzymen en eiwitten die de huid makkelijk beschadigen. Ook snel verschoonen dus als je iets ruikt!

Als de luieruitslag verergert, wordt het een infectie, veroorzaakt door de gistsoort *Candida albicans*. Die is te herkennen aan de schilferende randjes van de rode plekken en de zogenaamde 'eilandjes voor de kust': kleine rode vlekjes met een schilferend randje net buiten de grote, rode plekken. Soms gaat dit ook gepaard met kleine puistjes. Dan zullen de ouders contact moeten opnemen met de huisarts.

Maak de billetjes van een baby met lui-

eruitslag schoon met lauw water zonder zeep. Een klein beetje babyolie kan ook helpen. Smeer in ieder geval voordat je een nieuwe luier omdoet beschermende huidzalf op de huid. Als het even kan, kun je de billetjes van een baby ook even 'vrijaf' geven, door helemaal geen luier om te doen. De huid kan dan goed opdrogen en ademen. Baby's vinden het vaak heerlijk om even luiervrij te zijn. Op de website www.omaweetraad.com staan allerlei alternatieve oplossingen voor luieruitslag. Of ze helpen, durven we niet te zeggen; toch een kleine selectie:

- de billetjes na het verschoonen met olijfolie insmeren
- na het schoonmaken even vijf minuten met de blote billen in de zon
- alleen verse producten laten eten en de luieruitslag verdwijnt na twee dagen.



Cadeauboeken van Tijger

Deze maand twee cadeauboeken voor peuters! Uitgeverij Leopold geeft vijf exemplaren weg van het boek **Tijger wil spelen**. En eveneens vijf exemplaren van **Tijger heeft een gekke dag**. Beide boeken werden gemaakt door Loeke Braam.

Stuur voor 31 januari een e-mail met je naam, naam van je peuterspeelzaal of kinderdagverblijf en adres naar kinderopvang@reedbusiness.nl, o.v.v. Tijger wil spelen, of Tijger heeft een gekke dag. De redactie verloot de 10 boeken onder de inzenders. Meer informatie vind je op www.kinderopvangtotaal.nl.

Door Confriends

Om bewegen laagdrempelig te maken, gebruiken steeds meer organisaties een beweegbak. In de bak zit eenvoudig materiaal. Stop er bijvoorbeeld bierviltjes in, een laken, tape, een bol wol, knijpers, een muziek-cd (zoals salsa) en het boek **Spelenderwijs Bewegen** met voorbeelden van beweegspelletjes. De pm'er hoeft alleen maar de bak te pakken en kan meteen aan de slag.

Bierviltjesvormen maken (4 tot 12 jaar)

Teken op verschillende bierviltjes (bijvoorbeeld 12 per vorm; meer kan ook) een vorm. Een vierkant, een rondje of een kruis. Deel de kinderen in groepjes in. Gooi de bierviltjes door de ruimte en geef de groepjes de opdracht om viltjes met dezelfde vorm te zoeken. Als ze die allemaal hebben gevonden, leggen ze die

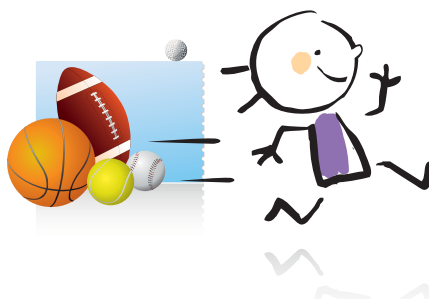
bierviltjes in de vorm zoals die erop vermeld staat. Wie het eerste een goede vorm heeft gelegd, heeft gewonnen. Variaties: maak het moeilijker door snel de bierviltjes om te draaien, zodat de andere groepen niet kunnen zien welke afbeelding erop staat.

(Verzonnen door deelnemers tijdens de studiedag **Spelenderwijs Bewegen van Kinderopvang Triangel uit Woerden**.)

Lakenspel (2 tot 8 jaar)

Je staat met de kinderen om een laken heen. Iedereen houdt het stevig vast. Zing het liedje *Zo gaat de molen* en doe met bewegingen mee. *Zo gaat de molen* (3x): loop rustig met het laken vast. *Zo gaan de wieken* (3x): sneller lopen. Sta dan stil: *Zo gaan de armen* (3x): schud met de armen het laken hoog en laag. *Zo gaan de benen* (3x): maak kniebuigingen. *Zo gaan de voeten* (3x): houd het laken heel hoog en stamp met de voeten op de grond. Heb je ook een leuk spel? Mail naar confriends@confriends.nl

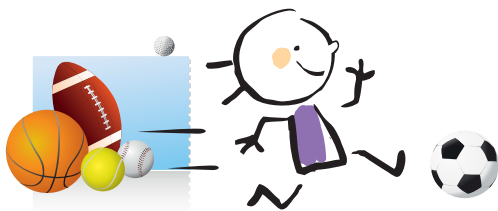
www.confriends.nl





Beweegspellen

alle leeftijden



Gekleurde cijfers en letters

Bij Zeeman kwamen we leuk en goedkoop materiaal tegen: cijfers en letters van schuimplastic, in primaire kleuren. Beweegplezier voor alle leeftijden!

Baby's

Het gekleurde materiaal stimuleert de baby's al voldoende om ermee te gaan bewegen. Met een bakje erbij kunnen ze het eindeloos erin leggen en eruit halen.

Peuters en kleuters

Verspreid de gekleurde cijfers en letters door de ruimte. Geef de kinderen opdracht om zo snel mogelijk dezelfde kleuren terug

te vinden in de ruimte en daar een cijfer of letter neer te leggen. Zet vier bakken neer met een primaire kleur erop. Muziek aan, alle kinderen laten dansen en als de muziek stopt, zo snel mogelijk alle kleuren in dezelfde kleur bak verzamelen. Variatie: zet een aantal bakken met water neer en laat de kinderen daar de cijfers en letters in laten drijven. Leuk voor buiten. Laat ze daarna met hun ogen dicht proberen bijvoorbeeld een rood cijfer of rode letter te pakken. Lukt het niet? Snel naar de overkant hollen en opnieuw proberen.

6 tot 12 jaar

Alle cijfers en letters liggen verspreid door de ruimte. Deel de groepen op in kleuren. Geef de groepen een honk. Kinderen lopen door de ruimte. Noem een woord en dat moeten ze samen zo snel mogelijk bij hun honk neerleggen. Kan ook met een som.

Variatie: laat ze dansen door de ruimte. Als de muziek stopt, pakken ze zo snel mogelijk de eerste letter/cijfer van hun voornaam, achternaam, aantal zussen, huisdieren. Of een letterestafette.

www.confriends.nl

Oproep!

Hoe ziet jullie toilet eruit?

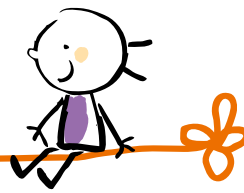
Een toilet is er voor meer dan alleen je behoefte doen, doortrekken en handen wassen. In het kleinste kamertje kom je toch een aantal keren per dag. Sommige mensen komen juist daar op de meest creatieve ideeën, geïnspireerd door de vrolijke aankleding: krantenknipsels, kalenders, knutsels en posters die aan de muren hangen. Wij zijn benieuwd hoe het toilet er op je werk uitziet. Een donker hok, dat tevens functioneert als bezemkast, of een grote ruimte in vrolijke kleuren? Mail voor 15 augustus een foto van de wc naar kinderopvang@reedbusiness.nl en vermeld daarbij de naam van je kinderdagverblijf, bso of peuterspeelzaal en je eigen naam. Van de leukste foto's maken we een vrolijke wc-collage voor in het oktober/novembernummer!

Snoezelen in Limburg

Op initiatief van een pedagogisch medewerker en een vrijwilliger van Stichting Kinderopvang Roerstreek is op 25 juni een prachtige snoezelruimte geopend. Bij de opzet van de snoezelruimte werd samenwerking gezocht met het consultatiebureau,

de ergo- en fysiotherapeut en logopedisten. De ruimte is nu alleen nog beschikbaar voor de kinderen, maar over een tijdje mogen ook de samenwerkingspartners en zelfs ouders van de ruimte gebruikmaken. Adjuncthoofd van de stichting, Yvonne Vullers, is trots op dit resultaat: 'Door te snoezelen kunnen we kinderen begeleiden en preventief signaleren en rust bieden. Daarnaast worden samenwerkingsverbanden geïntensiveerd.'





Beweegspelletjes

Peuters evenwichtig laten balanceren

Evenwicht speelt een heel belangrijke rol bij de motorische ontwikkeling. Peuters prikkelen hun evenwicht door te klimmen, klauteren, glijden van de glijbaan, skippyballen, schommelen, fietsen en steppen. Ook door te draaien om de eigen lichaamsas en vanuit snelle bewegingen plotseling stil te staan, stimuleren peuters hun evenwicht.

'Evenwichtig' lopen:

- over een half opgeblazen luchtbed
- met grote en kleine passen
- op tenen en hakken
- met ogen open en dicht
- op verschillende ritmes van de trom
- zijwaarts
- achteruit
- over kronkelweggetjes gemaakt van touw (vastgeplakt met schilderstape)
- stappen over hindernissen, bijvoorbeeld lege melkpakken of schoendozen
- slalom tussen hindernissen
- met een bierviltje op het hoofd.



Draaien om de eigen lichaamsas:

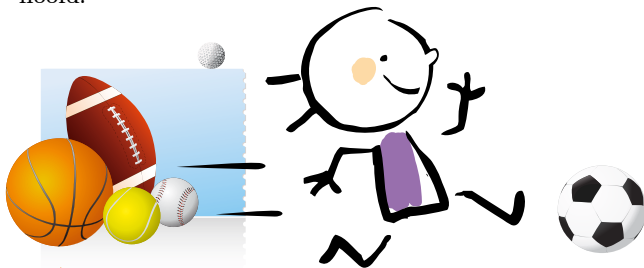
- omrollen over half opgeblazen luchtbed
- van een heuveltje afrollen
- dansend draaibewegingen links- en rechtsom maken.

Rennend in balans:

Laat de kinderen door de ruimte rennen en op een teken:

- zo snel mogelijk stilstaan
- snel gaan liggen op de grond en weer opstaan
- als een standbeeld bevroren.

www.confriends.nl



Mail & win

Het is weer de maand van Koninginnedag. Kinderen gaan in het oranje gekleed de straat op om hun oude speelgoed te verkopen, of stelen de harten van volwassenen door met hun muziekinstrument geld op te halen in het park. *Kinderopvang* mag namens de webwinkel Kinderverkleedkleding.nl vijf prachtige koningsmantels weggeven. Leuk voor een verkleedpartij of om Koninginnedag in het klein alvast met elkaar te spelen! De mantel is geschikt voor kinderen van twee tot twaalf jaar. Wil je in aanmerking komen voor zo'n mooie mantel? Mail dan voor 19 april je eigen naam en naam en adres van je kinderdagverblijf/peuterspeelzaal of bso naar kinderopvang@reedbusiness.nl Succes!

Wat zeg je?

Als je kinderen verzorgt, raak je ze aan. Met je aanraking maak je duidelijk wat je van hen wilt. En de kinderen reageren daarop met meewerken of niet meewerken. Soms zelfs met tegenwerken. Eigenlijk is dat een taal. De taal van de aanraking. In de serie: 'Wat zeg je?' kijken we naar deze taal. De artikelen zijn niet bedoeld om je te vertellen hoe het moet. Meer om je zelf uit te laten proberen wat het effect is van de verschillende aanrakingen. Om je bewust te maken van de taal van jouw aanraking. Daarbij is steeds het doel om te zoeken naar die aanraking waarbij het kind het beste zelf kan meewerken. Inga Mol

Verschonen - optillen of samenwerken?

Op deze tekening zie je een veel voorkomende wijze van verschonen. De moeder pakt de baby vast rond zijn enkels. Wanneer het lichaam of een lichaamsdeel geheel omsloten wordt vastgehouden, ontstaat er meestal een angstreactie in het lichaam: vechten, vluchten of bevriezen (zie aflevering 1). Hier worden de spieren van de baby slap (vluchten). Je kunt dat zien aan de lang uitgerekte benen. Je ziet ook dat het alleen de moeder is die de handeling verricht. De baby kan zelf niet actief meewerken. De moeder tilt de baby letterlijk aan zijn enkels omhoog. Het kost haar kracht. Bij deze handeling kun je ook een zich verzettende baby tegenkomen. Hij spant dan zijn bilspieren en beenspieren stevig aan, waardoor het lastig is om de bilnaad schoon te maken.



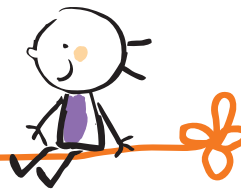
Op deze tekening zie je dat de moeder lichte druk geeft tegen de onderkant van de bovenbenen. De druk ontstaat doordat de moeder iets tegen de baby aan leunt. Ze tilt niets. Door de

druk voelt het kind hoe hij zijn onderlichaam op kan tillen. Hij spant zijn spieren om mee te werken met de beweging. Al na enkele keren tilt de baby zijn onderlichaam op zodra hij druk voelt tegen zijn bovenbenen. De handeling kan zo een samenwerking worden.



Dit artikel is een korte bewerking uit het boek *Wat zeg je? De taal van de aanraking bij de verzorging van kinderen* door

Inga Mol. Het verschijnt deze maand bij uitgeverij Elsevier Gezondheidszorg. ISBN 978 90 35231603. Prijs € 24,95.



Brandevoort in beweging: Lekker fit!



Januari stond bij Openbaar Kindcentrum Brandevoort in Helmond helemaal in het teken van plezier in bewegen en een gezonde levensstijl. Niet alleen de basisschool, ook de kinderdagverblijf-, peuterspeelzaal- en bso-locaties van Spring Kinderopvang deden mee. Een kleine opsomming: gymmen met opa's en oma's, 'pret-met-je-skelet' technieklessen van echte professoren, oud-Hollandse spelen, rolstoelbasketbal, danslessen, geïntegreerde lessen met gehandicapte kinderen en sportclinics en -toernooien. Tijdens een *spinning*-marathon werd geld ingezameld voor kinderen met de ongeneeslijke ziekte Duchenne, om nog maar even te benadrukken dat bewegen een voorrecht is.

Peuterpuberteit een fabel?

Peuters zouden een puberteit doormaken waarin ze volwassenen soms in grote verleidenheid brengen. Maar Desmond Morris zegt in zijn boek **Baby** dat dat eigenlijk helemaal niet waar is. Uit onderzoek blijkt dat peuters meestal juist heel vrolijk zijn, onbeperkte energie hebben en een grote nieuwsgierigheid. Nu hij eindelijk over de lichamelijke en mentale capaciteiten beschikt, wil de tweejarige niets anders dan eropuit! Moeilijkheden ontstaan als er te weinig te doen is en als hij om wat voor reden dan ook geduld moet hebben, of rustig moet zijn. Dan ontstaat er frustratie en wordt de peuter rusteloos en geïrriteerd.

Bron: **Baby** van Desmond Morris, Kosmos uitgevers.



Beweegspelletjes Spellen met stokken

Door Confriends

Stokkenwissel, voor oudere kinderen

Alle kinderen staan in een kring met een stok rechtop op de grond. Iedereen houdt zijn rechterhand lichtjes op de stok zodat deze niet omvalt. Op een teken schuift iedereen een stok op in de kring, naar de stok van de buurman. Die stok mag natuurlijk niet zijn omgevallen. Gebeurt dit toch, dan zijn de pechvogels een ronde af. De omgevallen stokken blijven liggen, zodat de afstand

tussen de stokken groter wordt, de grootte van de kring blijft gelijk. De volgende ronde komen de afvallers er weer bij

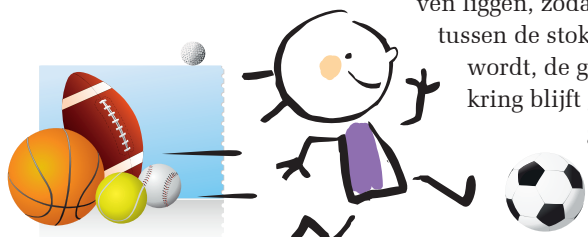
en zetten de stokken weer rechtop. Dit spel is goed voor behendigheid en reactievermogen.

Variaties: een deelnemer geeft als leider de wissel aan. Vasthouden met je linker hand. Andersom draaien. Afstand tussen de stokken vergroten. Afvallers niet laten terugkomen, dan het spel een aantal keren herhalen. Met ogen dicht. Je kunt natuurlijk eerst een natuurwandeling maken en alle deelnemers een eigen grote stok laten vinden. Je kunt ook gymstokken gebruiken, of tennisrackets, of opgerolde flap-overvellen.

Stokspringen, voor de jongere kinderen

Dreumesen zijn vaak bezig om springen te oefenen. Ga met ze wandelen en mooie stokken zoeken. Laat ze eerst ontdekken wat ze allemaal met de stok kunnen: gebruiken als hengel, bezem, misschien wel als zwaard. Daarna leggen ze de stok op de grond en proberen ze eroverheen te springen. Variatie: maak de afstand groter; op één been springen voor de oudere kinderen.

www.confriends.nl





Herken dyslexie

Ongeveer drie tot vier procent van de Nederlanders is dyslectisch (lees- of woordblind). Gemiddeld zit er in elke klas dus wel een dyslectisch kind. Het verschil tussen 'zwakke lezers' en dyslectische kinderen is dat zwakke lezers bijgeschoold kunnen worden, maar dyslectici niet of nauwelijks. Dyslexie is 'ongeneeslijk'. Intensieve therapie kan soms wel wat verbetering geven, maar de problemen verdwijnen nooit volledig. Hoe kun je dyslexie herkennen? De volgende activiteiten zijn moeilijk voor dyslectici:

- hardop voorlezen
- een dictee maken
- snel iets overschrijven
- woorden goed uitspreken (lange woorden, zoals als 'aluminiumfolie', of woorden met veel medeklinkers, zoals 'herfststorm', of onbekende woorden)
- mondeling formuleren
- taalspelletjes spelen
- een nieuwe taal leren

Bron: Stichting Dyslexie Nederland

Liefdesmaand in Nijverdal

De maand februari stond in Nijverdal bij de kinderdagverblijven Kiekadoe en De Kanjer en de buitenschoolse opvang De Knapzak en Het KrioelNest helemaal in het teken van de liefde. Hoogtepunt van de liefdesmaand was een heuse huwelijksplechtigheid tussen vier kinderparen in het ZINiN

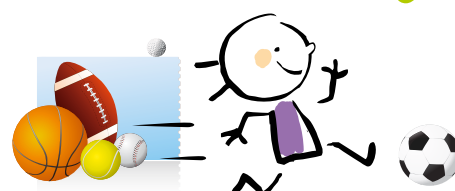
Theater in Nijverdal. De huwelijksambtenaar was niemand minder dan Imca Marina, samen met burgemeester Hans van Overbeeke. Op de tribune zaten familie, vriendjes en klasgenootjes van de kinderen.

Foto: Emile Willems



Beweegspelletjes met zingen

2 tot 4 jaar



Door Confriends

Zingen nodigt vaak al uit tot bewegen. Zeker als er ook nog veel 'beweegwoorden' in de liedjes zitten.

Nodig: grote vrije ruimte binnen of buiten.

1. Konijnenlied. Loop samen met de kinderen kras kras door de ruimte. Zing met elkaar *De konijntjes, die gaan dansen, dansen op het warme mos* (herhaal twee tot

vier keer). Daarna sta je stil, je houdt je handen op je hoofd alsof het konijnenoren zijn en zingt *en flap, en flap, en flapper-de-flap-flap-flap* (twee keer). Herhaal dit een aantal keren en vervang het woord dansen door stampen, springen, sluipen, kruipen.

2. Springen maar! Terwijl de kinderen in een kring staan, zing je samen het volgende liedje op de melodie van *1,2,3,4, hoedje van papier.*

Maak daarbij de bewegingen. Als de bewegingen goed gaan, kun je de kinderen ook in een kring laten lopen.
1,2,3,4, springen maar, springen maar,
1,2,3,4, springen met plezier.
Alle voetjes van de vloer.
Springen maakt je sterk en stoer.
1,2,3,4, springen met plezier.

1,2,3,4, dansen maar, dansen maar,
1,2,3,4, dansen met plezier.
Voetjes stampen op de grond.

Veel bewegen is gezond.
1,2,3,4, dansen met plezier!

Kijk eens of je ook een paar jou bekende liedjes kunt om buigen tot een beweeglied!

De liedjes zijn verzonden door deelnemers aan de training Spe- lendorwijs Bewegen van Confriends. Confriends geeft onder meer trainingen en workshops over bewegen in de kinderop- vang. Zie www.confriends.nl.

Derde school's out-opvang geopend



Na Kampong uit Utrecht hebben ook sportverenigingen 't Spanderbosch uit Hilversum en Push uit Breda een school's out vestiging geopend. School's out is de tieneropvang van skon die huiswerkbegeleiding, sportbegeleiding en kinderopvang combineert. Op de foto de kinderen van hockeyvereniging 't Spanderbosch met Olympisch kampioen Eva de Goede en Oranje *international* Michelle van der Pols.



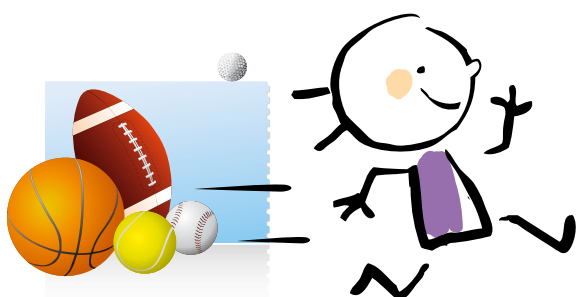
Beweegspelletjes met emoties

4 tot 6 jaar

Bij het thema emoties en gevoelens kun je bewegen goed inzetten. Het is voor kinderen vaak makkelijker om emoties via bewegen te uiten dan om ze te benoemen. Denk maar aan een blij kind dat staat te springen van plezier of een boos kind dat staat te stampvoeten.

Door Confriends

Nodig: ruimte met genoeg bewegingsvrijheid, muziek-installatie.



Spelletje 1

Iedereen beweegt, rent, huppelt, danst kriskras door de ruimte. Vraag aan de kinderen: 'Hoe beweeg je als je blij bent?' Iedereen mag op zijn manier blij bewegen. Stimuleer de kinderen door te vragen 'Beweeg je snel of langzaam als je blij bent; wat doen je armen, je benen, hoe staat je gezicht, waar voel je blij zijn in je lichaam?' Doe hetzelfde met andere emoties en gevoelens zoals: hoe beweeg je als je

- je boos voelt
- verliefd bent
- je verdrietig voelt
- gezellig bent
- bang bent
- druk bent
- je sloom voelt
- trots bent.

Je kunt de kinderen ook elkaar na laten doen of andere emoties laten bedenken. Wanneer je dit vaker hebt gedaan, kun je dit beweegspel ook combineren met verschillende muzieksoorten, zoals klassieke, vrolijke, enge, harde muziek.

Spelletje 2

Alle kinderen dansen op muziek. Zodra deze stopt, moeten ze zo snel mogelijk stilstaan als een standbeeld dat: heel vrolijk is, of bang, of verlegen, of boos, of trots, enzovoort.

Confriends geeft onder meer trainingen en workshops over bewegen in de kinderopvang, zie www.confriends.nl.



Al 16 jaar in het vak

Toen Hans Peter Tacx in 1994 als enige man bij Stichting Kinderopvang Den Helder begon was hij nog een zeldzaamheid. Langzamerhand heeft hij het aantal mannen binnen de stichting zien groeien en nu heeft hij zeven mannelijke collega's. Hoe waren die eenzame beginjaren voor hem en wat is er veranderd met de komst van zijn mannelijke collega's?

Hoe was dat, enige man in de beginjaren?

'De bouwwereld bleek niks voor mij en ik begon op de opleiding Leidsters Kinder Centra (LKC), hoewel ik me natuurlijk niet een leidster voelde. Daarna ging ik aan de slag bij Kinderopvang Den Helder. In het begin kwam het wel eens voor dat een ouder binnenkwam en tegen me zei: "Hé, is er niemand van de leiding aanwezig?" en dan zei ik: "Ja dat ben ik". Dan keken ze echt even vreemd op.'

Ben je lang de enige man gebleven?

'In totaal ben ik wel bijna tien jaar als man alleen geweest, tot er opeens een twee meter lange mannelijke stagiaire op m'n groep kwam. Dat is Jauke Bijl en hij werkt nog steeds bij Kinderopvang Den Helder. Maar de jaren zijn voorbij gevlogen. Ik had en heb het heel erg naar mijn zin in het werk en dan ben je je ook niet zo bewust van het feit dat je de enige man bent.'

Gaan collega's anders met jou om dan met vrouwelijke collega's?

'Dat valt mee. Maar ongemerkt vragen ze me altijd voor de kleine klusjes. "Wil jij dit even tillen?" "De printer is stuk" "Kun jij die schroef er even indraaien?". Ze hebben dat zelf niet eens in de gaten! Maar erg vind ik het niet hoor.'

Je bent 43 jaar. Je mannelijke collega's zijn jonger. Hoe wordt daar tegenaan gekeken?

'Nu niet zo vreemd, maar ik vraag me wel af hoe dat over tien jaar is. Een vrouw van 55 jaar op de peutergroep wordt geaccepteerd. Ik twijfel of dat ook geldt voor een man van die leeftijd. Eén collega van me kreeg eens te horen dat een moeder twijfelde of hij wel van haar kind af zou blijven. Blijkbaar hebben mensen die vooroordelen over mannen.'

Je werkt op een dagopvang. Vind je jonge kinderen het leukst om mee te werken?

'De meeste mannen kiezen juist voor oudere kinderen, vanaf het achtste jaar kun je goed met kinderen praten en leuke activiteiten met ze doen. Dat spreekt mannen aan. Ik heb twaalf jaar op de bso gewerkt, maar wilde wel eens wat anders. Nu werk ik op een dagverblijf voor marinepersoneel. Dat bevalt heel goed.'

Beweegspellen

Met vier honken, zowel binnen als buiten en makkelijk en snel te spelen.

Overgooihonkbal (8 tot 12 jaar)

Nodig: strandbal of zachte bal, 4 honken, stoepkrijt of pion, 8 tot 12 spelers

Plaats vier honken en markeer het slagpunt, met behulp van stoepkrijt of pion. Maak twee gelijke teams. Eén team staat in het veld binnen de honken, het andere team is aan slag. Degene die aan slag is, gebruikt zijn arm als slagbout! Zodra de bal in het veld is geslagen, rent de speler zo snel mogelijk om de honken heen. Ondertussen zijn de spelers in het veld druk in de weer met de bal naar elkaar overgooien en hardop te tellen. Zodra iedereen de bal een keer in zijn handen heeft gehad, roept dit team heel hard 'Stop!' De renner stopt, waar hij ook is, ook al is dit tussen twee honken in. Als de volgende aan slag is, mag hij weer verder rennen en verdient een punt zodra hij binnen is. Als alle spelers van het team aan slag zijn geweest, komen de veldspelers aan de beurt. Houd snelheid in het spel zodat er veel beweging in blijft zitten.

Knijperhonk (4 tot 8 jaar)

Nodig: 4 honken, plastic wasknijpers, kookwekker

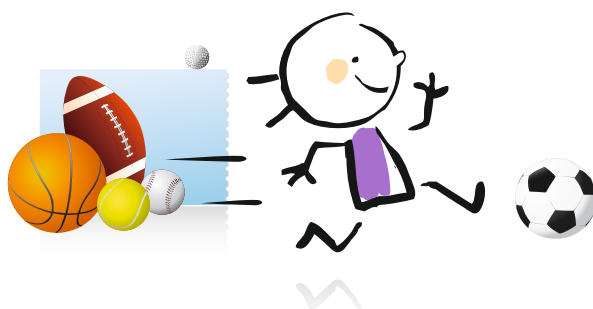
Plaats vier honken in het veld en leg bij elke honk een hoop knijpers. Verdeel de kinderen over de honken, zij staan startklaar. Zodra de kookwekker loopt, rent iedereen in dezelfde richting van honk naar honk. Bij ieder honk pakken ze één knijper en knijpen deze op hun kleren. Wie heeft binnen de tijd de meeste knijpers op zijn kleren?

Plaatjes honken (2 tot 4 jaar)

Nodig: 4 honken, 4 verschillende (geplastificeerde) A4-afbeeldingen, 1 mand met dezelfde afbeeldingen in klein formaat, van elke afbeelding ongeveer 10 stuks

Plaats vier honken in het veld en hang aan ieder honk een geplastificeerde A4-afbeelding. Leg de kleine afbeeldingen verspreid door het veld binnen de honken. Laat de kinderen rennen of dansen door het veld en op jouw teken mogen ze één kaartje pakken en zo snel mogelijk naar het juiste honk brengen.

www.confriends.nl



Beweegspellen met cijfers en letters

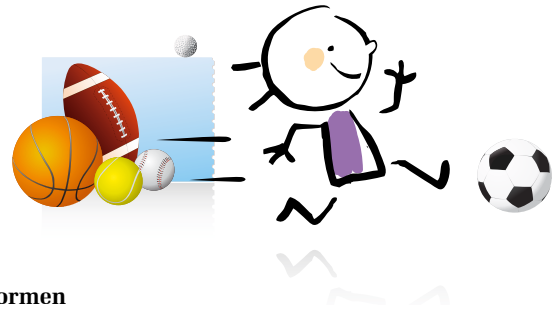
Bso-leeftijd

Letters en cijfers raden

Stel de kinderen in rijtjes op aan de ene kant van de ruimte. De achterste schrijft een letter of cijfer op de rug van het kind ervoor, en dat schrijft het op het kind dáárvoor, en zo door tot aan de voorste. De voorste zegt hardop het antwoord. Als het goed is, gaat de achterste van het rijtje naar voren. En dan schrijft het nieuwe achterste kind een cijfer of letter. Welk rijtje kinderen is op deze manier het eerste aan de overkant? Variatie: je kunt ook twee cijfers of letters achter elkaar doorgeven. Of alleen de som van de twee cijfers geven. (bijvoorbeeld $6 + 2$, dan zeg je 8.)

Letters of cijfers lopen

Verdeel de kinderen in groepjes. De kinderen staan in een polonaise-opstelling ergens in de ruimte. Het voorste kind verzint een letter en loopt die letter door de ruimte. De rest van de kinderen loopt mee. De achterste moet raden welke letter of cijfer het is. Geraden? Dan gaat de voorste naar achteren en is er een nieuwe voorste.



Cijfers vormen

Verdeel de kinderen in groepjes. Je noemt een cijfer en de kinderen gaan op de grond liggen en vormen met elkaar het cijfer. Welk groepje ligt als eerste goed? Geef duidelijk aan wat het schrijfveld is, zodat ze niet in spiegelbeeld schrijven. Variatie: je kunt ook een rekensom geven. (bijvoorbeeld $13 - 5 = 8$, de kinderen moeten dan in een 8 gaan liggen.)

Spelletjes: deelnemers aan de Training Spelenderwijs Bewegen van Kom Kinderopvang Vaassen, en Beweegkriebels van het NISB.

www.confriends.nl

Kind & opvoeding

Kinderen zijn niet altijd vrolijk, soms zijn ze bang, hebben ze ergens last van of zijn ze gewoon even vervelend. Er worden regelmatig aardige onderzoekjes gedaan naar hoe jij daar als opvoeder het beste mee om kunt gaan. Een aantal op een rij:

Schreeuwen werkt averechts

Utrechts onderzoek onder kinderen van zes tot vijftien jaar en hun ouders

Voor jou waarschijnlijk niet verrassend dat schreeuwen tegen kinderen geen effect heeft. Maar dit blijkt nu ook uit onderzoek. Kinderen tussen de zes en vijftien jaar en hun ouders moesten in een periode van zes jaar drie keer een vragenlijst invullen over hun gedrag en persoonlijkheid. Bij ouders die tegen hun kinderen schreeuwen, bleek de kans veel groter dat hun kind later agressief werd en ging liegen, spijbelen en stelen. Zeker kinderen met een bepaalde persoonlijkheid (zoals introvert, niet-zorgvuldig, weinig inschikkelijk) kunnen slecht tegen ouderlijk geschreeuw.

Kortom: is een kind vervelend? Het is beter om even tot tien te tellen, in plaats van meteen met luide stem te reageren. Zo kun je je eerste emotie de kop indrukken, en een paar tellen later met een weloverwogen antwoord komen.

Slaapverwekkende aandacht

Amerikaans onderzoek onder kinderen van nul tot twee jaar en hun moeders

Bedtijd is voor sommige baby's en peuters geen fijn moment. Ze komen lastig in slaap, kunnen geen rust vinden en voelen zich onveilig. Maar voelen ze voor het slapen dat de persoon die hen naar bed brengt echt emotioneel bij hen betrokken is, dan gaat het slapen opeens veel beter. Het maakt niet zo veel uit of die volwassene, in het onderzoek de moeder, een boekje

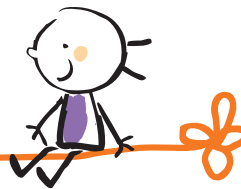
las, een liedje zong of desnoods op haar kop ging staan. Als er maar aandacht en warmte was. Onderzoekers zagen dat moeders die uitblonken in emotionele beschikbaarheid er 's nachts minder vaak en minder lang uithoefden voor hun kind. Kortom: een kind op z'n gemak stellen vlak voordat hij gaat slapen, is nooit zonde van je tijd. Het draagt bij aan het veiligheidsgevoel van een kind en aan een betere en langere slaap met als resultaat: een uitgerust en vrolijk kind.

Problemenpraat

Uit het boek Positief en creatief opvoeden, geschreven door kinderpsycholoog Tischa Neve

Je ziet dat een kind ergens mee zit, maar hij lijkt er niet over te willen praten. Omdat je niet weet wat er is en omdat je ziet dat een kind zich niet lekker voelt, wil je kijken of je zijn problemen op kunt lossen. Maar hoe kun je dat het beste doen? Kinderpsycholoog Tischa Neve schrijft dat je goed moet nadenken over het moment waarop je een kind naar zijn probleem vraagt. Doe dit niet als hij het moeilijk heeft, maar juist als hij zich wat beter voelt. Probeer een moment uit te kiezen dat je samen een activiteit doet, zodat je elkaar niet recht in de ogen hoeft te kijken. Dit vinden kinderen vaak té direct. Waaromvragen vinden kinderen lastig. Het helpt juist wel als je in algemene termen praat: 'Ik ken kinderen die het moeilijk vinden als...' Ook belangrijk: neem een kind serieus, maar maak het allemaal niet te groot. Kortom: het blijft schipperen tussen contact zoeken op het juiste moment, maar niet te direct en te ingewikkeld. Heeft een kind zijn probleem aan je toevertrouwd? Neem hem serieus, maar maak het niet te zwaar.

Tischa Neve, [Positief en creatief opvoeden](#). Hogrefe, prijs € 17,50.



Brandevoort in beweging: Lekker fit!



Januari stond bij Openbaar Kindcentrum Brandevoort in Helmond helemaal in het teken van plezier in bewegen en een gezonde levensstijl. Niet alleen de basisschool, ook de kinderdagverblijf-, peuterspeelzaal- en bso-locaties van Spring Kinderopvang deden mee. Een kleine opsomming: gymmen met opa's en oma's, 'pret-met-je-skelet' technieklessen van echte professoren, oud-Hollandse spelen, rolstoelbasketbal, danslessen, geïntegreerde lessen met gehandicapte kinderen en sportclinics en -toernooien. Tijdens een *spinning*-marathon werd geld ingezameld voor kinderen met de ongeneeslijke ziekte Duchenne, om nog maar even te benadrukken dat bewegen een voorrecht is.

Peuterpuberteit een fabel?

Peuters zouden een puberteit doormaken waarin ze volwassenen soms in grote verleidenheid brengen. Maar Desmond Morris zegt in zijn boek **Baby** dat dat eigenlijk helemaal niet waar is. Uit onderzoek blijkt dat peuters meestal juist heel vrolijk zijn, onbeperkte energie hebben en een grote nieuwsgierigheid. Nu hij eindelijk over de lichamelijke en mentale capaciteiten beschikt, wil de tweejarige niets anders dan eropuit! Moeilijkheden ontstaan als er te weinig te doen is en als hij om wat voor reden dan ook geduld moet hebben, of rustig moet zijn. Dan ontstaat er frustratie en wordt de peuter rusteloos en geïrriteerd.

Bron: **Baby** van Desmond Morris, Kosmos uitgevers.



Beweegspelletjes Spellen met stokken

Door Confriends

Stokkenwissel, voor oudere kinderen

Alle kinderen staan in een kring met een stok rechtop op de grond. Iedereen houdt zijn rechterhand lichtjes op de stok zodat deze niet omvalt. Op een teken schuift iedereen een stok op in de kring, naar de stok van de buurman. Die stok mag natuurlijk niet zijn omgevallen. Gebeurt dit toch, dan zijn de pechvogels een ronde af. De omgevallen stokken blijven liggen, zodat de afstand

tussen de stokken groter wordt, de grootte van de kring blijft gelijk. De volgende ronde komen de afvallers er weer bij

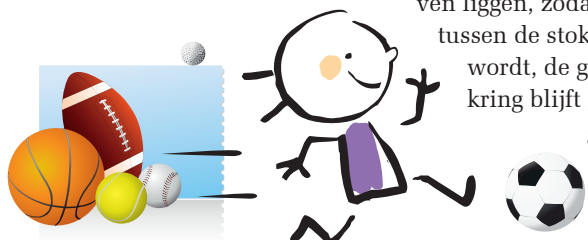
en zetten de stokken weer rechtop. Dit spel is goed voor behendigheid en reactievermogen.

Variaties: een deelnemer geeft als leider de wissel aan. Vasthouden met je linker hand. Andersom draaien. Afstand tussen de stokken vergroten. Afvallers niet laten terugkomen, dan het spel een aantal keren herhalen. Met ogen dicht. Je kunt natuurlijk eerst een natuurwandeling maken en alle deelnemers een eigen grote stok laten vinden. Je kunt ook gymstokken gebruiken, of tennisrackets, of opgerolde flap-overvellen.

Stokspringen, voor de jongere kinderen

Dreumesen zijn vaak bezig om springen te oefenen. Ga met ze wandelen en mooie stokken zoeken. Laat ze eerst ontdekken wat ze allemaal met de stok kunnen: gebruiken als hengel, bezem, misschien wel als zwaard. Daarna leggen ze de stok op de grond en proberen ze eroverheen te springen. Variatie: maak de afstand groter; op één been springen voor de oudere kinderen.

www.confriends.nl



Tijd voor groen...

...vinden wij bij *Kinderopvang*. Daarom werken we sinds kort samen met een groene weblogger op www.kinderopvangtotaal.nl: Bart de Koning. Bart geeft als zzp'er allerlei workshops en activiteiten over natuurbeleving. Een belangrijke doelgroep zijn pedagogisch medewerkers in de kinderopvang. In zijn weblogs staat bijvoorbeeld hoe je met de kinderen een verblijfplaats maakt voor bijen en andere insecten. En ook hoe je vogels kunt lokken met zelfgemaakte vetbollen en pindaslingers. Hoe maak je je eigen mierennest in een jam-potje? Of hoe maak je een bladmemory? Is je interesse gewekt? Lees de blogs van Bart op www.kinderopvangtotaal.nl/weblogs

Op 15 april 2011 is het zover: op die dag vindt de eerste regiobeurs van Stichting Groen Cement plaats. Groen

Cement wil met de buitenbeurs een brug slaan tussen professionals in de kinderopvang en professionals op het gebied van natuur en milieu. De eerste beurs vindt plaats in Delft, Zuid Holland.

In 2009 richtte Janneke van den Bos samen met vele anderen Stichting Groen Cement op. En met een ervaring van zeventien jaar in de kinderopvang, van stagiaire tot directeur, richtte ze in 2010 Kinderopvang ZON! op, een kinderopvangorganisatie die zich volledig richt op natuur, sport en cultuur. De vier locaties voor naschoolse opvang die ZON! nu heeft, bevinden zich in een groene omgeving in hartje Randstad.

Groen Cement heeft participanten en bedrijven (metselaars genoemd) met allerlei achtergronden, zoals De Kinder-caravan BV en ontwerp- en trainings-

bureau van buitenruimtes voor kinderen In 't Wild.

In 2011 wil Stichting Groen Cement haar enthousiasme voor groen overbrengen aan iedereen die zich met kinderen en natuur bezighoudt en fungeren als bindmiddel. Groen Cement is een kleine, platte organisatie, die de lijntjes kort houdt en inzichtelijk wil maken wie bij wie kan aankloppen voor informatie, hulp of advies. Het motto van Stichting Groen Cement is: 'kinderen zijn de volwassenen van morgen en natuur is de basis van ons bestaan; daarom zijn kinderen en natuur de belangrijkste schakels voor de toekomst van onze aarde.'

Wil je meer weten over Groen Cement en kijken of de regiobeurs iets voor jou en je collega's is?

Kijk op www.groencement.nl.

Beweegspellen



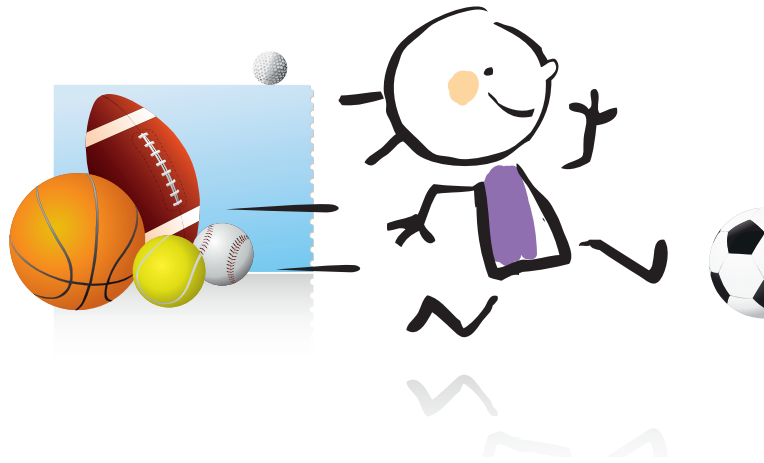
Bewegen met met plastic bekertjes

(4 tot 8 jaar)

Neem een stapel wegwerp plastic bekertjes en je hebt goedkoop materiaal voor leuke beweegspellen. Maak een parcours van de bekertjes en hol/hinkel er slalommend omheen. Welke ploeg is als eerste aan de overkant? Blindemannetje: één kind is geblinddoekt, de ander loodst hem door het parcours heen door bijvoorbeeld *links*, *rechts*, *vooruit* te zeggen.

Zet zes bekertjes in alle hoeken van de ruimte. Verdeel de kinderen in kleine groepjes, ieder heeft een zachte bal of een sok met rijst gevuld. Iedereen van de ploeg mag één keer zijn bal/sok vanaf een bepaalde afstand gooien om de bekertjes om te gooien, daarna snel de bal ophalen en nog een keer gooien. Net zo lang tot de ploeg alle bekertjes heeft omgegooid.

Markeer de bekertjes met een kruis, vierkantje, rondje, streep. Verdeel de kinderen in groepjes en noem ze ook kruis, vierkantje, enzovoort. De bekertjes zijn overal door de ruimte verdeeld. Laat de kinderen er eerst doorheen dansen. Als de muziek stopt, laat je ze zo snel mogelijk hun eigen bekertjes zoeken. Als ze ze allemaal hebben: bouw er dan een zo hoog mogelijke toren van.



Bowlen: maak een bowlingopstelling met de bekertjes. Gebruik sokken met rijst gevuld om de bekertjes om te krijgen, een kind verzamelt de sokken, brengt ze terug en haalt de omgevallen bekertjes zo snel mogelijk weg. Houd de groepjes klein, zodat er veel beweging in zit. Buitenspel: prik een paar gaatjes in de bekertjes. Zet een emmer met water aan de ene kant en een lege emmer aan de overkant. Kinderen vullen hun lekkende beker en hollen naar de lege emmer. Welke ploeg heeft het meeste water binnen vijf minuten?



KidZgidZ

Met de komst van de KidZgidZ is het activiteiteenaanbod op de bso's van de Centrale Kinderopvang Organisatie Drechtsteden (COKD) enorm verrijkt. Joy Flach en Wesley Weijers, twee pedagogisch medewerkers, ontwikkelden de gids met daarin activiteitentips op het gebied van kunst & cultuur, sport & bewegen, natuur & milieu, techniek, toneel & muziek, televisie & computer en uitstapjes. Iedere bso krijgt een aantal KidZcoinZ die kinderen als betaalmiddel kunnen gebruiken voor de activiteiten. Ze leren zo de waarde van geld en ze leren samen te werken en keuzes te maken. En er is veel meer keuze uit gave activiteiten bovendien!

Beweegspellen met standaardmateriaal

Alle leeftijden

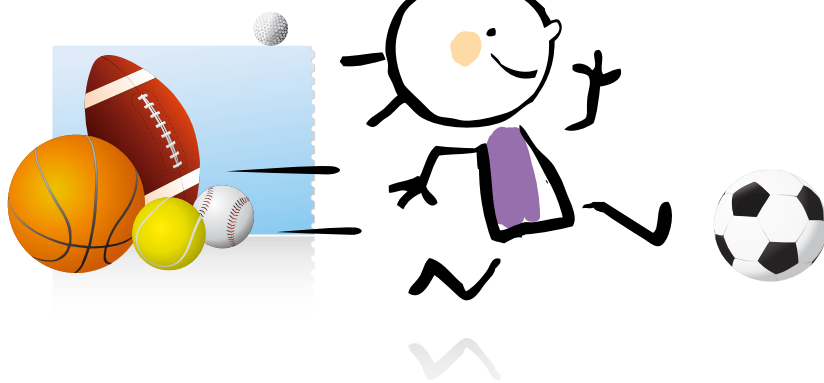
Daag jezelf en de kinderen uit om met het materiaal dat je vaak standaard op je groep hebt, een leuk beweegspel te verzinnen.

Schudden met je billen met tissuedozen (2 tot 12 jaar)

Nodig:

- lege tissuedozen
- balletjes ter grote van een pingpongbal (bijvoorbeeld gemaakt van aluminiumfolie)
- (taille)elastiek
- knijpers

Maak aan de zijkanten van de dozen een gaatje voor het elastiek en zet het aan de binnenkant vast met een knoop door een halve knijper. Doe de balletjes in de tissuedoos en laat twee kinderen de dozen ombinden met het elastiek om hun middel, de doos ter hoogte van de billen. Zet de twee kinderen tegenover elkaar. Bij *start* mogen ze heel hard schudden met hun billen/lijf en springen totdat alle balletjes eruit gevallen zijn. Wie is het eerste klaar? (Dit leuke beweegspel is verzonden door een pedagogisch medewerker van Komkids tijdens de beweegcoach opleiding.)



Bewegen met het memorykaartenspel (4 tot 8 jaar)

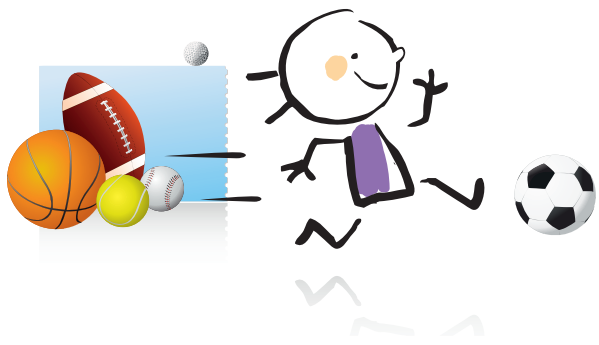
Nodig:

- memorykaarten
- pylonen of lege dozen

Zet ongeveer acht omgekeerde pylonen of omgekeerde dozen in een vierkant. Verstop hieronder de helft van de memorykaarten. Geef ieder kind een kaart van de andere helft en laat de kinderen rondjes rennen om de pylonen. Bij elke pylon stoppen en kijken of hún kaart eronder ligt. Zodra een kind twee dezelfde kaarten heeft, gaat het bij de leidster een nieuwe halen.

Bewegen met lege luierdozen (baby's en dreumesen)

Maak kruiptunnels door de bodem van luierdozen te openen en plaats er een aantal achter elkaar.



Beweegspellen

Bewegen met de baby's

Handschoenen mobiel

Bind gekleurde linten aan iedere vinger van een handschoen. Leg de baby op zijn rug. Beweeg de handschoen op borsthoogte van de baby, van links naar rechts. De baby zal met zijn hoofdje de bewegingen volgen. Misschien rolt hij wel op zijn zij of buik. Houd je de handschoen wat lager, dan zal hij proberen de linten te pakken.

Schop de bal

Blaas een strandbal op en knoop er een lint of touw aan vast. Leg de baby op zijn rug. Houd de bal tegen de blote voetjes

van de baby. Je zult zien dat hij er met veel plezier tegenaan gaat schoppen.

Wondersliert

Knoop een aantal sjaaltjes aan elkaar tot één lange sliert. Maak er een grote prop van en stop deze in een doos of onder je T-shirt en laat één uiteinde naar buiten hangen. Laat het uiteinde van de sjaal aan de baby zien en moedig hem aan deze te pakken en verder uit de doos of het T-shirt te trekken. Wat een wonder: er komt geen einde aan! Het is ook leuk om de baby de sliert uit zijn eigen kleding te laten trekken. Let er

natuurlijk op dat de lange sliert niet om de nek van de baby verstrikt raakt!

Opgerold kleed

Zet favoriete speeltjes aan de andere kant van de rol en laat de baby eroverheen kruipen.

Laat de baby er ook eens onder begeleiding wijdbreeds op zitten. Houd hem vast bij zijn middel, zet hem op de rol met aan iedere kant een been. Zing een beweegliedje, of leg een favoriet speeltje naast de rol op de grond en laat de baby deze pakken. Wissel links en rechts af.



Kind & Cocktail

De zomer breekt aan! Cocktails zijn niet alleen voor grote mensen, ook voor kinderen kun je alcoholvrije cocktails maken. Fruitig, lekker koel en ook een beetje stoer. Eerst samen in de keuken de cocktail klaarmaken, de glazen mooi opmaken, het rietje en stampertje erin, daarna samen in de zon met een cocktail in de hand het weekend inluiden. Wat heb je toch een heerlijke baan.....

Big Banana (12 personen)

Nodig:

- 4 pakken chocolademelk
- 12 bolletjes vanille-ijs
- 6 bananen

Bereiden:

Snijdt de bananen in plakjes. Maak de chocolademelk zoals op het pak staat. Voeg het ijs en de in plakjes gesneden bananen toe. Klop de geheel met de staafmixer tot een schuimende drank.

Schenk de cocktail in hoge glazen en doe er een gekleurd rietje in: drink smakelijk!

Laagjescocktail (per persoon)

Nodig:

- Passievruchtensap
- Jus d'orange
- Ananassap
- Soepstengels
- Zak met spekjes

Bereiden:

Maak een gat in het midden van de spekjes. Neem een longdrinkglas en doe daar 1/3 passievruchtensap in, 1/3 jus d'orange en 1/3 ananassap. Niet mengen! Als extra feestelijke versiering rijg je de spekjes aan een soepstengel. Plaats de versierde soepstengel in de cocktail, rietje erbij en klaar!

Zoete spoetnik (per persoon)

Nodig:

- 1/2 banaan
- 2 grote aardbeien
- 2 eetlepels volle yoghurt
- 1 eetlepel suikerstroop
- 1 scheutje grenadine
- ijsblokjes
- Spa rood of Spa & Fruit Limoen

Bereiden:

Doe de banaan, de aardbeien, de yoghurt, de suikerstroop en de grenadine in een blender en verwerk het tot een gladde massa. Doe de ijsblokjes in een theedoek en tik op het ijs met een hamer, zodat er ijsgruis overblijft. Doe de fruitige vloeistof uit de blender in een mooi groot glas en vul het aan met de Spa (& Fruit). Als het goed is, begint de cocktail wat te schuimen en bubbelen. Rietje erin en drinken maar!

Bron: www.libelle.be, www.eten-en-drinken.infonu.nl

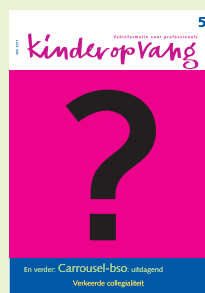


Zeeuwse dag van de BSO

Onbekend maakt onbemind, dachten ze bij Kinderopvang De Bevelanden, Kinderopvang Zeeuws Vlaanderen en Kinderopvang Walcheren. Daarom bundelden de drie organisaties hun krachten en organiseerden een 'Zeeuwse dag van de BSO' voor leerkrachten en directies van basisscholen. De collega's van de Zeeuwse scholen werden uitgenodigd om na schooltijd met de kinderen mee te gaan naar de bso. Daar kregen ze een *high tea* en een rondleiding. Zo konden ze met eigen ogen zien dat de buitenschoolse opvang veel meer is dan een verlenging van de schooldag.

Welk team poseert op de cover van Kinderopvang?

We zijn op zoek naar een fotogeniek team collega's voor op de cover van het oktober/novembernummer van tijdschrift *Kinderopvang*. Welk team (minimaal twee, maximaal acht personen) werkzaam op een kinderdagverblijf, peuterspeelzaal of bso wil schitteren op deze cover en straks gezien worden in kinderopvanglocaties in heel Nederland? Stuur voor 1 augustus een foto van jou en je collega's, of van je team naar kinderopvang@reedbusiness.nl. Leg daarnaast in maximaal vijf zinnen uit wat dit team zo bijzonder maakt. De redactie nomineert de tien leukste foto's en plaatst deze op onze site kinderopvangtotaal.nl. Vanaf 10 augustus kan het stemmen beginnen. Het team met de meeste stemmen is de winnaar en wordt begin september door een professionele fotograaf op de foto gezet.



Het eindresultaat zal prijken op de cover van het oktober/novembernummer. In hetzelfde nummer komt een interview te staan met de persoon die het winnende team heeft aangemeld. Zo komen we alle *ins & outs* te weten van het winnende team!

Meer lezen? Kijk op kinderopvang-totaal.nl/coverwedstrijd.



Beweegspellen

Harry Potter en bewegen op de bso

Het Harry Potter tikspel

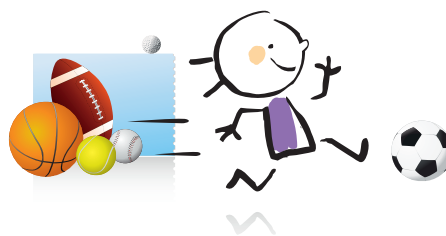
Materiaal: speelveld.

Stel de kinderen naast elkaar in een rij op. Je loopt achter de kinderen langs en geeft ze tikjes op hun rug, de kinderen mogen niet met elkaar praten. Eén kind krijgt 1 tikje en is Harry Potter (= de verlosser), één kind krijgt 2 tikjes en is Voldermort (= de tikker) de rest van de kinderen krijgt 3 tikjes, zij zijn de Dreuzele. Iedereen rent door de zaal en aan de hand van het aantal tikjes op hun rug weet het kind wat zijn taak is: tikken, verlossen of juist wegrennen. Er mag niet gesproken worden! Na een tijdje geef je een signaal, de groep staat stil. 'Wie denken jullie is Harry Potter? Wie is Voldermort?' (Ingebracht door bso Partou tijdens training Beweegcoach)

Verdedig de toverbezem en de Steen der Wijzen

Materiaal: 2 toverbezems, 2 stenen, 1 of 2 ballen, speelveld verdeeld in 2 vakken.

Verdeel de groep in twee teams. Plaats in het midden van elk vak een bezem en aan het uiteinde van ieder vak een steen. Wie kan met de bal de bezem van het andere team raken?

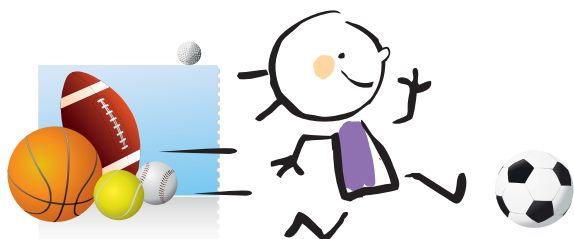


Dit levert tien punten op! Spelregels: niet lopen met de bal, gooi de bal naar elkaar over. Wijs in ieder team twee Zoekers aan; zij mogen in het vak van de tegenpartij en gaan de Steen der Wijzen van de tegenpartij proberen te bemachtigen. Als ze door iemand van de tegenpartij getikt worden, moeten ze eerst weer terug naar hun eigen vak, daarna mogen ze het steeds opnieuw proberen. Worden de Zoekers moe? Wijs dan weer nieuwe Zoekers aan. Maak het spannender door twee ballen in het spel te gebruiken.

Het WEGISWEGspel

Materiaal: speelveld, stoepkrijt, opdrachten, materiaal voor opdrachten.

Variatie op levend ganzenbord. Teken met stoepkrijt een aantal vakken achter elkaar. De start en finish is in de leuke ketel. Onderweg voer je per vak allerlei geheime opdrachten uit, waar natuurlijk veel beweging in zit. Voor het goed uitvoeren, kun je als beloning galjoenen, knoeten en sikkels verdienen.



Beweegspellen

4 tot 12 jaar

Sportieve na-zomerspelen

Organiseer eens na-zomerspelen op de bso. Dat kan ook een mooie activiteit zijn voor de herfstvakantie. Je kunt strijden tegen de andere locaties en ook kun je kinderen van buiten de bso erbij betrekken. Oefen van tevoren!

Maak vijf onderdelen en laat de kinderen in groepjes de verschillende onderdelen doorlopen. Laat de oudere kinderen met de jongere samenwerken. Of laat juist de oudste kinderen tegen elkaar strijden. Noteer de punten of tijden en zorg dat er leuke prijsjes zijn. Onderdelen kunnen zijn:

- Verkleedestafette en zaklopen.
- Plaats op een ontstopper een bordje en daarop een bekertje water, breng dit naar de overkant en vul daar een emmer. Kan ook met een spons.
- Parcours doorlopen, eventueel met blinddoek om.
- Hang kranten op aan een waslijn en kijk wie het eerst met een natte spons een krant eraf gegooit heeft.
- Brandblussen. In groepjes zit iedereen achter elkaar. De achterste geeft een schaal met water door en gaat vooraan zitten. Dit herhaal je tot je aan de overkant bent. Welk groepje is het snelst en heeft het meeste water over?
- Maak een zeepbaan van plastic met groene zeep en laat de deelnemers een dienblad met bekertjes water naar de overkant brengen. Wie heeft het eerst tien volle bekertjes aan de overkant?
- Ringwerpen. Laat bierviltjes in een hoepel gooien, of oude fietsbanden om pylonen. Wie heeft het eerst alles om de pylonen of in de hoepel?

Het is leuk om de winnaars en de tijden te registreren, wie weet kun je volgend jaar het record verbreken!

www.confriends.nl

De Wet OKE

Sinds 1 augustus gelden er andere regels voor peuterspeelzalen, de Wet OKE is ingegaan. Dit moet gaan leiden tot meer kwaliteit voor het peuterspeelzaalwerk, zodat er door betere voorschoolse educatie meer kinderen met een achterstand worden bereikt. Door nieuwe eisen te stellen aan de leidsters in de peuterspeelzaal, groeien kinderopvang en peuterspeelzalen naar elkaar toe, of gaan nauwer met elkaar samenwerken (harmoniseren). De nieuwe wet zegt:

- dat er voortaan maximaal 16 kinderen op een groep mogen met twee leidsters;
- dat één van de twee leidsters minimaal op niveau 3 (PW-3) gediplomeerd moet zijn;
- dat op een VVE-voorschool zelfs twee gediplomeerde leidsters op de groep moeten staan;
- dat de GGD toezicht houdt op de kwaliteit in de peuterspeelzaal en de Onderwijsinspectie op de kwaliteit van VVE;
- dat gemeenten wettelijk verantwoordelijk zijn om alle doelgroepkinderen met een (taal)achterstand via de peuterspeelzalen te bereiken. VVE is niet verplicht op de peuterspeelzaal, maar een gemeente kan wel besluiten om subsidie stop te zetten.

Wat vinden professionals uit het peuterspeelzaalwerk?
Marion Kozijn, peuterspeelzaalleidster De Speeldoos in Barendrecht

'Niet alleen door de wet, maar ook vanwege bezuinigingen bij onze gemeente is besloten, dat al onze peuterspeelzaalgroepen omgebouwd worden tot halvedagopvangvoorziening, waardoor tweeverdieners en studerende ouders een toelage kunnen aanvragen bij de Belastingdienst. Ouders kunnen kiezen voor drie of voor vijf uur opvang per dag-

deel. Maar voor eenverdieners wordt geen subsidie meer gegeven. Zij moeten het volle pond gaan betalen: € 150,- per maand voor zes uur opvang per week! Wij vinden dit niet kunnen en haaks staan op de wet OKE, die immers voor alle kinderen een VVE voorstaat! Ik ben al 27 jaar peuterleidster en het doet mij zoveel verdriet dat zo'n goed product verdwijnt. Wij hebben altijd

al met twee gediplomeerde leidsters op de groep gewerkt, werken weliswaar niet met een voorschools programma, maar wel zeer professioneel. Er is veel structuur en wij werken volgens een vast programma. Er wordt voorgelezen, gezongen, spelletjes gedaan, veel met elkaar gepraat, muziek gemaakt. We voeren toneelstukjes op, dansen, volgen de seizoenen en noem het allemaal maar op. Maar we gaan ervoor zodat de kwaliteit voor alle Barendrechtse kinderen gehandhaafd blijft!

Wilma Ebregt, VVE-leidster Welzijn Scheveningen/ voorschool Gompie

'Het valt me op dat veel mensen net doen alsof de peuterspeelzaal minder is dan het kinderdagverblijf. Mijn ervaring is anders. Voor mijn gevoel moeten medewerkers op de peuterspeelzaal/ voorschool heel wat meer werk verzetten dan collega's van het kinderdagverblijf. Van basisscholen horen we dat kinderen die bij de peuterspeelzaal vandaan komen verder zijn qua zelfredzaamheid en cognitieve ontwikkeling. Wij werken nauw samen met een basisschool en vormen zo een doorlopende leerlijn. Laten we er eerst eens voor zorgen dat overal een betere leerlijn ontstaat tussen opvang en onderwijs, of dat de voorscholen onder onderwijs gaan vallen. Overigens maken we ons geen zorgen om de eisen in de Wet OKE. Daar vol-
doen we al aan, dus we laten het maar over ons heen komen.'

Puzzelen met kopvoeters

Dat is grappig! Opeens stonden de poppetjes die de kinderen van peuterspeelzaal Molenakker uit Weert hadden getekend in een puzzel. Kinderopvang Humanitas organiseerde in samenwerking met de firma Heutink onder al haar peuterspeelzalen een tekenwedstrijd. De hoofdprijs was een puzzel volgens eigen ontwerp. Iedere peuterspeelzaal van Humanitas ontving een exemplaar van de winnende puzzel van de Molenakker. Op de puzzel staan de voor peuters zo typerende kopvoeters afgebeeld: alleen een hoofd met daaraan vast twee benen.



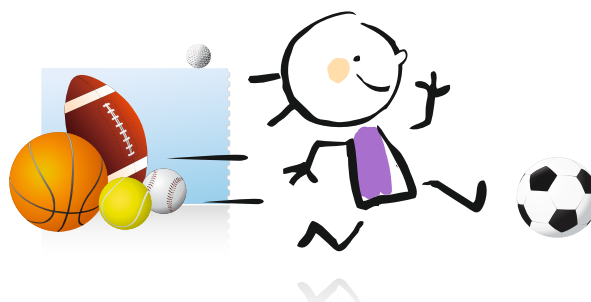
Beweegspellen

alle leeftijden

Pittenzakjes

Zorg dat ieder kind een *beanbag* of pittenzakje heeft. Je kunt ze kopen of zelf maken. Je kunt variëren voor alle leeftijden. Wat kun je er allemaal mee?

Kun je hem op je hoofd leggen en rondlopen? En rennen?
Kun je hem op je rug leggen en dan naar de overkant van de ruimte lopen en kan dat ook op je buik?
Kun je al hinkelend de *beanbag* naar voren verplaatsen?
Kun je hem met je tenen pakken en in de lucht houden en zo naar de overkant komen?
Kun je hem omhoog gooien en weer opvangen? En ook een rondje draaien terwijl je dat doet? Of in je handen klappen?
Wie kan het hoogste gooien?
Je kunt ook als een hondje lopen op je handen en je knieën, met een *beanbag* op je rug. Wie kan er de meeste op zijn rug dragen?



Laat alle kinderen in een paar rijen in spreidstand in een treintje staan. Alle zakjes liggen bij het achterste kind. Dat gooit een zakje door de poortjes naar voren. Als dat zakje helemaal vooraan is, holt het achterste kind naar voren en is het de beurt aan het kind dat nu achteraan staat. Welke rij is het snelst klaar of aan de overkant? Variatie: de voorste gooit de *beanbag* in een hoepel, die wat verderop ligt. Pas als dat gelukt is, mag de achterste naar voren komen. Als er mis gegooid is, moet de achterste een nieuwe zakje door de poortjes gooien.

www.confriends.nl



Beweegspellen

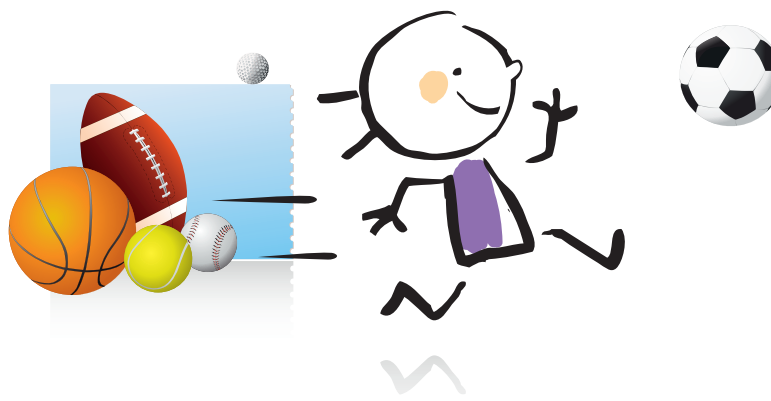
Bewegen op de bso

Rappen met de tovertrommel (4 tot 8 jaar)

Je speelt een lekker ritme op een trommel en rapt hierbij 'mijn tovertrommel laat je bewegen als een robot', of 'dansen als een indiaan', 'achteruit lopen', 'kruipen als een slang', enzovoort. Iedereen blijft bewegen zolang de trommel speelt. Zodra de trommel stopt, staan de kinderen als een standbeeld stil. Varieer door de kinderen om de beurt op de tovertrommel te laten spelen en laat ze zelf een beweging verzinnen die ze mogen rappen.

Olifantenjacht (8 tot 12 jaar)

Dit een variatie op trefbal. Tekenen met stoepkrijt een groot vak. Dit is het olifantenterritorium. Wijs twee jagers aan, de rest is olifant. De jagers rennen om het vak en jagen (gooien) met een zachte bal (niet op het hoofd) op de olifanten in het vak. Zodra een olifant geraakt is, wordt deze de jager; de



jager wordt dan olifant en gaat in het vak. Als niemand geraakt wordt en de bal nog in het vak is, kunnen de olifanten proberen de jagers te raken met de bal. Als dat lukt, wordt de olifant jager buiten het vak en de jager wordt olifant in het vak. Je kunt dit spel variëren met meer jagers, of door met meer zachte ballen te spelen. Niemand is af tijdens dit spel, hierdoor blijft iedereen in beweging!

www.confriends.nl

Wie wordt Bso van het Jaar 2011?



Wordt jullie buitenschoolse-opvanglocatie 'Bso van het Jaar' in 2011?

Je moet er wel wat voor doen, maar als je genomineerd of zelfs winnaar wordt, levert dat je veel op. De titel Bso van het Jaar gaat niet naar een organisatie, maar naar een locatie. Het gaat namelijk om de kwaliteit op dié plek, met dié groepsleiding. Zowel de locatiemanager als iemand van de groepsleiding kan de bso voordragen voor de prijs.

Half februari worden de drie genomineerden bekend gemaakt en zij ontvangen bericht. De drie genomineerde bso's moeten bereid zijn om mee te werken aan een (gratis aangeboden) klanttevredenheidonderzoek van Benchmark kinderopvang. De bekendmaking van de winnaar en de prijsuitreiking vinden plaats op het congres van het blad *Kinderopvang* op 29 april. De genomineerde bso's worden gepresenteerd in een videofilm. De winnaar ontvangt een bijzonder kunstwerk als wisseltrofee en een prijs ter waarde van minimaal € 1000,- (ter beschikking gesteld door de firma Heutink).

Aanmelding

Je kunt het deelnameformulier en het reglement downloaden op www.kinderopvangtotaal.nl. Stuur vervolgens je inzending per post of mail vóór 1 februari 2011 naar: Redactie Kinderopvang, Postbus 152, 1000 AD Amsterdam, of kinderopvang@reedbusiness.nl. Inhoudelijke informatie: Marike Vroom, hoofdredacteur en voorzitter van de jury. E-mail: marike.vroom@reedbusiness.nl.

Hoofdsponsor

BSO
van het jaar 2011
f heutink