

Kinderfysiotherapeutische weetjes voor de nieuwsbrief

Geachte ouder(s)/verzorger(s),

Inmiddels ben ik alweer meer dan een jaar op de St. Jozefschool aanwezig voor extra begeleiding van de kinderen die moeite hebben met de motoriek. Daarnaast ben ik er ook voor kinderen die moeite hebben met hun sensorische informatieverwerking (prikkelverwerking) in de klas. Vanuit de St. Jozefschool is er aan mij gevraagd of ik regelmatig een stukje wil schrijven voor in de nieuwsbrief met tips en tricks voor het stimuleren van de motorische ontwikkeling van uw kind. Dat doe ik uiteraard graag!

De zomervakantie staat voor de deur. Het is natuurlijk heerlijk dat u en uw kind(eren) even niet aan schoolwerk hoeven te denken. Toch is het een goed idee om af en toe wat tijd vrij te maken voor activiteiten die goed zijn voor de motorische ontwikkeling. Wat kunt u zoal doen?

Voor de grove motoriek:

1. **Ga lekker naar de speeltuin!**
2. **Maak een parcours buiten/in de tuin.** Hier heb je helemaal niet veel voor nodig. Met stoepkrijt kan je al een mooie route tekenen op de grond met verschillende opdrachten. Denk aan opdrachten als springen, hinkelen, achteruit lopen, op een rechte lijn in koorddansersgang en misschien wel een paar sprongen met je springtouw. Als je dit doet in de buurt van een speeltuin kan je het nog veel avontuurlijker maken!
3. **Race tegen elkaar!** Je kan racen met een skippybal, een step of misschien heb je wel de onderdelen in huis voor een zakloop wedstrijd.
4. **Balspelletjes.** Je kan zoveel doen met een simpele bal. Denk aan het overgooien van een bal, naar elkaar schieten of misschien wel gooien met een stuit erin. Als er een muurtje in de buurt is kan je ook de bal tegen de muur gooien en dan moet de ander hem vangen. Variatie is goed! Als het vangen van een bal nog moeilijk is kan je de bal ook vervangen voor een ballon.

Voor de fijne motoriek:

1. **Kleuren.** Op internet kan je heel veel kleurplaten vinden maar op een leeg a4'tje zelf een tekening maken is ook een goede oefening. De dikkere potloden en stiften zijn voor de jonge kinderen fijn voor het aanleren van een juiste potloodgreep.
2. **Aquabeads.** Nu in veel winkels te vinden. Kinderen oefenen hierbij het oppakken en plaatsen van de kleine kraaltjes. Erg leuk om te doen!
3. **Kleine propjes maken en oppakken/sorteren (met een pincet).** Geef uw kind verschillende kleuren papier en maak allemaal kleine propjes. De verschillende kleuren propjes kan je vervolgens weer sorteren door ze op te pakken en ergens in te doen. Gebruik voor het oppakken een pincet en misschien vinden ze het nog leuker!

Ik wens iedereen een fijne zomervakantie toe! Heeft u vragen over de motorische ontwikkeling van uw kind? Of heeft u behoefte aan advies? Ook in de zomervakantie ben ik bereikbaar op 06-14588586 of via info@stapvoorstapkinderfysio.nl

Groetjes, Natasja Kouffeld