Poster: van routine naar activiteit

BRON: Ontwikkelteam Zelfredzaamheid, 2026

Deze poster laat zien hoe dagelijkse routines ingezet kunnen worden als speelse activiteiten die de zelfredzaamheid van kinderen versterken.

VOOR WIE
Pedagogisch professionals en ouders

DOEL
De poster vergroot bewustwording en inspiratie bij pedagogisch professionals en ouders om kinderen actief te betrekken bij dagelijkse routines en zo hun zelfstandigheid te stimuleren.

WAT
Een poster met inspirerende voorbeelden, tips en vragen die pedagogisch profesionals en ouders uitnodigt om zelf activiteiten te bedenken.

WERKWIJZE
De poster kan worden opgehangen op een centrale plek in de groep zodat er steeds even aandacht is voor de inhoud. De poster kan natuurlijk ook met ouders gedeeld worden. De onderwerpen die als voorbeeld worden aangedragen kunnen een gespreksonderwerp zijn tussen pedagogisch professionals onderling maar ook tussen ouder en pedagogsich professional.

GOED OM TE WETEN
De kinderopvang biedt veel kansen om zelfredzaamheid te stimuleren via dagelijkse routines zoals eten, opruimen en aankleden. Door kinderen te begeleiden binnen de zone van naaste ontwikkeling en ondersteuning geleidelijk af te bouwen, groeien zelfstandigheid en zelfvertrouwen. Afstemming met ouders versterkt dit leerproces, zowel op de groep als thuis.

Expertisecentrum Kinderopvang
Pedagogische kwaliteit

KLEINE HANDELINGEN, GROTE GROEI!

Kinderen zijn van nature nieuwsgierig en willen meedoen én zelf doen. Ouders en pedagogisch professionals kunnen deze motivatie benutten door hen actief te betrekken bij dagelijkse routines, om zo de zelfredzaamheid te vergroten.

PERSOONLIJKE HYGIENE

WAT LEERT EEN KIND?

Bij activiteiten zoals het smeren van zonnebrand of de toiletgang oefenen kinderen met zelfzorg, hygiëne en zelfvertrouwen. Het kind wordt stap voor stap zelfstandiger en ervaart autonomie.

HOE MAAK JE HET LEUK?

Voorbeeld: Kiekeboe tijdens het schoonmaken van de handen en de mond

Na het eten krijgen de kinderen een doekje op hun hoofd. Het spel ontstaat door te vragen: "Waar zijn jullie gebleven?" Al snel ontstaat er een Kiekeboe spel en halen de kinderen de doekjes weg en leggen ze weer op hun hoofd. Vanuit dit spel kan het poetsen van de monden en handen plaats vinden.

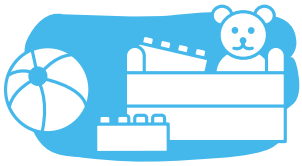
ANDERE TIPS:

TIP 1 Laat de kinderen in de spiegel kijken naar zichzelf tijdens het poetsen

TIP 2 Zing een liedje dat hen begeleid met het schoonmaken, bijvoorbeeld in een bepaalde volgorde (eerst je vingers, dan je mond...)

VRAAG:
Welk hulpmiddel gebruik jij om kinderen zélf hun handen en mond schoon te maken?

ZORG VOOR DE RUIMTE



WAT LEERT EEN KIND?

Door taken als speelgoed opruimen, vegen, stoffen, de was in de wasmand doen of de tafel dekken ontwikkelen kinderen motoriek, logisch denken, verantwoordelijkheidsgevoel en samenwerking.

HOE MAAK JE HET LEUK?

Voorbeeld: Opruimen als onderdeel van het spel

De kinderen die met de auto's spelen gaan deze 'parkeren in de garage'. De poppen worden 'in bed gelegd om te slapen' en de boodschappen en pannen worden in het keukentje klaargezet voor de volgende keer. Het opruimen is zo onderdeel van het spel.

VRAAG:
Wat kun jij bedenken om van het opruimen een leuke activiteit te maken?

TIP 1 Voordat er opgeruimd wordt kan je een korte energizer met de kinderen doen: even schudden met de armen en de benen en dan gaan!

TIP 2 Ruim het speelgoed eens op kleur op: alle kinderen zoeken eerst de rode dingen om op te ruimen en dan steeds een volgende kleur.

VAN ROUTINE NAAR ACTIVITEIT: MAAK HET LEUK!

AANKLEDEN

WAT LEERT EEN KIND?

Kinderen oefenen hun fijne en grove motoriek, zoals knopen, ritsen en schoenen aan- of uitdoen. Ze versterken hun zelfzorgvaardigheden en ontwikkelen stap voor stap zelfstandigheid. Voor jongere kinderen of kinderen die extra begeleiding nodig hebben, biedt samen oefenen structuur en overzicht. Door de activiteit stapsgewijs aan te bieden, groeit het zelfvertrouwen en neemt de behoefte aan hulp geleidelijk af.

HOE MAAK JE HET LEUK?

Voorbeeld: Elkaar in de jas helpen

Leg alle jassen door elkaar op de grond in de gang. De kinderen mogen een jas van een ander kind pakken en die aangeven aan de eigenaar van de jas, wanneer jij de naam van het kind noemt. Alle namen worden genoemd en de jassen worden zelf aangetrokken. Soms is er een beetje hulp nodig van elkaar!

ANDERE TIPS:

TIP 1 Leg de broeken van de kinderen klaar voor als ze uit bed komen. Welke broek is van jou? Dan mag jij die zélf aantrekken.

TIP 2 Gebruik afbeeldingen om te laten zien wat de volgorde is van aankleden zodat het kind het zélf kan proberen.

VRAAG:
Welke activiteit ga jij gebruiken bij het aantrekken van de schoenen om naar buiten te gaan?

ETEN EN DRINKEN

WAT LEERT EEN KIND?

Tijdens activiteiten zoals boterhammen smeren en drinken inschenken oefenen kinderen motoriek, zelfzorg én ervaren zij succesmomenten. Dit bevordert hun zelfstandigheid, waardoor minder directe hulp van pedagogisch professionals of ouders nodig is, terwijl het kind vertrouwen en plezier ervaart in het doen van dagelijkse activiteiten.

HOE MAAK JE HET LEUK?

Voorbeeld: Samen de tafel dekken

Bedenk samen met de kinderen eerst wat er allemaal op tafel moet komen voor de lunch. Noem het eten maar ook de bekers, borden, bestek... Wie het bedenkt mag het ook gaan pakken. Óf verdeel juist de taken zodat iedereen iets kan pakken.

ANDERE TIPS:

TIP 1 Laat kinderen zelf hun brood smeren en beleggen, help pas als dat nodig is!

TIP 2 Laat de kinderen zelf hun beker uitkiezen en hun drinken inschenken.

VRAAG:
Staat bij jullie alles op ooghoogte voor de kinderen om de tafel te dekken?

Andere dagelijkse routines die zich ook goed lenen voor een activiteit:

- Vegen of poetsen
- Toiletroutine
- Was in de wasmand doen
- Eigen tas inpakken