# UKKEPUK TURNEN

met (groot)ouder

## 1. Waarom is vaak bewegen zo belangrijk voor onze allerjongsten?

Bewegen is gezond! Als je inzet op veel bewegen en op jonge leeftijd beweging stimuleert, vergroot je de kans dat kinderen later graag ‘actief zijn’.

Veel bewegen zorgt voor een krachtig en gezond lichaam: het versterkt de spieren en heeft een positieve invloed op het ontwikkelen van zelfvertrouwen en welbevinden.

Durven bewegen en samen ontdekken met andere jonge kinderen stimuleert het zelfvertrouwen en de sociale vaardigheden van het jonge kind.

studio minne

## 2. **Voor wie organiseren we deze lessenreeksen?**

**6-12 maanden (-1j):** “Ik ben echt nog klein maar vind het fijn om bij mama of papa te zijn.” Draaien van buikje naar rugje, van rugje naar buikje, kruipen, zitten maar vooral ontdekken en nieuwsgierig zijn, dichtbij mama, papa, oma of opa.

**12-20 maanden (+1j)** : “Ik kan net stappen, al is dat soms nog wat wankel”. Tijdens deze les zetten we in op klimmen en klauteren. Standvastig op de benen leren staan, kruipen onder en boven toestellen, zelfvertrouwen ontwikkelen maar vooral ontdekken: elk kind op zijn tempo en ritme.

**18-30 maanden (+1,5j)**: “Ik loop al vlot en durf heel wat !” We trachten deze jonge kinderen op een veilige manier uit te dagen maar hen ook op de juiste en veilige manier bewegingen eigen te maken op of onder toestellen. Tijdens deze les zetten we zeker ook in op taalontwikkeling door het repetitief herhalen van bepaalde woorden en klanken.

**24-36 maanden (+2j)** : “Ik kan al vlot bewegen, lopen, voorzichtig springen…” Tijdens deze les mikken we op basisvaardigheden: rollen in verschillende richtingen, stimuleren van een goed evenwicht, voorzichtig springen, kruipen, achterwaarts stappen… Tijdens deze lessen zetten we zeker ook in op taalontwikkeling door het repetitief herhalen van bepaalde woorden en klanken.

**36-48 maanden (+3j):** ”Ik durf al heel wat!” Op deze leeftijd gaan we dieper in op optimalisering verschillende bewegingen. We geven alle kinderen de nodige stimulans om motorisch te groeien. Tijdens deze les zetten we zeker ook in op taalontwikkeling door het repetitief herhalen van bepaalde woorden en klanken.

studio minne

## 3. Waarom organiseren we UKKEPUK-lessenreeksen?

BEWEGEN IS GEZOND !

Durven bewegen en samen spelen met andere jonge kinderen stimuleert niet enkel de motorische ontwikkeling maar ook het zelfvertrouwen en de sociale vaardigheden van het jonge kind.

Het is fijn voor (kersverse) mama's, papa's of grootouders om wekelijks een professioneel aanspreekpunt te hebben. Iemand die tips kan geven tijdens de eerste levensjaren van het jonge kind.

Daarenboven kan het verrijkend zijn om andere ouders te ontmoeten met kinderen van dezelfde leeftijd. Het uitwisselen van ervaringen kan een grote meerwaarde zijn om ook weleens kracht uit te putten !

*"Movement is the starting point for wiring the brain for learning.*

*A moving child is a learning child."*

studio minne