

Opvoeden

door Lien Lammar (Vitaya)

Spelen doet leren

Spelen is geen tijdverlies, daar is iedereen het al lang over eens. Van Lego tot een simpele boomtak, speelgoed is leuk én leerrijk.

Binnen of buiten, alleen of met vriendjes, 's morgens vroeg of 's avonds voor bedtijd: kinderen doen niets liever dan spelen, of dat nu met een versleten autoband is of met de allernieuwste step.

'Als spelen al een doel heeft, dan is het wel plezier maken', zegt Sarah Vanden Avenne, stafmedewerker opvoedingsondersteuning bij Kind & Gezin. 'Spelen is belangrijk voor kinderen omdat ze graag spelen. In een spel kan een kind zich uitleven, kan het zijn energie kwijt. Daarnaast is spelen ook belangrijk voor een goeie ontwikkeling. De meeste spelletjes hebben een positieve invloed op de lichaamsbeweging van kinderen, de houding, de ontwikkeling van de zintuigen en de taal, het omgaan met elkaar,... Spelen helpt kinderen die vaardigheden op een prettige, niet-schoolse manier ontwikkelen.'

Is spelen dan iets dat móet? 'In spelen moet niks. Het enige dat telt, is dat kinderen er plezier aan beleven. Je kan een kind stimuleren, maar niet forceren. Kinderen spelen wanneer en zolang ze er zelf zin in hebben.'

Voor elk kind anders

Van een legpuzzel van Nijntje en een klassieke blokkendoos tot supersonische racewagentjes of levensgrote wandelende poppen: het aanbod in speelgoedwinkels is gigantisch. Fijn, maar hoe maak je de keuze? Bestaat er zoiets als goed en slecht speelgoed?

'Veilig of onveilig wél, maar 'juist' of 'fout' speelgoed niet', zegt Sarah Vanden Avenne. 'Wat precies het beste speelgoed is, is voor elk kind anders. Voor twee jongens van tien moet je soms heel ander speelgoed kopen. De ene leeft zich uit door te klimmen en te klauteren, de andere puzzelt liever.'

Ga op zoek naar het juiste speelgoed voor jÓuw kind. 'Kijk naar de leeftijdsaanwijzingen op de verpakking van speelgoed, maar ook naar de ontwikkeling van je eigen kind. Voor een kind met een fijne motoriek is een bouw pakket voor een modelvliegtuigje prima speelgoed, bij een ander kind zorgt het alleen maar voor rondvliegende stukjes.'

Speel-goed-tips

- Koop speelgoed volgens de leeftijd, niveau en interesse van je kind. Waar is je kind nú mee bezig, wat vindt het nú leuk? De kans is groot dat een peuter van anderhalf meer geboeid is door de verpakking van een cadeautje dan het spelletje dat er in zit. Duurder betekent niet altijd leuker voor een kind!
- Te gemakkelijk is niet leuk, te moeilijk ook niet. Speelgoed moet uitdagend zijn, anders raakt een kind er snel op uitgekeken. Té moeilijk zorgt dan weer voor frustraties en een 'ik kan het niet'-gevoel, terwijl kinderen net succeservaringen nodig hebben.
- Een mand lakens, een berg wasknijpers, takken uit de tuin, een hoop plastic potjes,... Allemaal prima speelgoed! Het hoeft niet altijd kant-en-klaar speelgoed te zijn. Dat is soms zo uitgedacht dat het al snel saai wordt.
- Kinderen houden van afwisseling. Verwacht niet dat één stuk speelgoed hen urenlang kan boeien.

** Tip Klassiekers zoals Lego, Duplo en Playmobil blijven het goed doen. De mogelijkheden zijn eindeloos, de kleuren en vormen zijn aantrekkelijk en het duurzame materiaal zorgt voor jarenlang speelplezier.*

Spelen...

→ doet bewegen

Een springtouw, skateboard, badmintonrackets of een trampoline doen een kind rennen, huppelen en springen, waardoor de spieren de kans krijgen zich te ontwikkelen. Ook het evenwichtsgevoel en de bewegingscoördinatie worden aangescherpt door het gooien en vangen van een bal, het hinkelen op één been, een grijpen van een stuk speelgoed op de grond,...

→ doet denken

Tijdens het spelen krijgen de hersenen voortdurend impulsen. Kinderen leren de betekenis van oorzaak en gevolg ('als ik tegen de bal schop, rolt hij weg'), verwerven ruimtelijk inzicht ('met blokken kan ik een toren maken') en leren hoe ze iets kunnen bereiken ('met zand kan ik een zandkasteel bouwen').

→ maakt emoties los

Spelen helpt kinderen gevoelens van blijdschap, verdriet, boosheid of angst te uiten. Al spelend vertellen ze hoe ze zich voelen, maar leren ze ook omgaan met hun angsten en ontgoochelingen.

→ doet samenleven

Al spelend ontdekt een kind grenzen. Het leert wat wel en niet mag en leert spelregels en afspraken maken en respecteren. Rekening houden met elkaar, winnen en verliezen: het hoort allemaal bij spelen én bij het leven. Ook de taalvaardigheden worden aangescherpt, zowel tijdens het alleen spelen (een prentenboek doorbladeren, mama of papa nabootsen,...) als tijdens het samenspelen.

→ prikkelt de fantasie

Spelen nodigt kinderen uit om creatief te zijn en te fantaseren. Een boomtak wordt een stoer zwaard, een kartonnen doos een teletijdschine. In hun spel kunnen kinderen een heel eigen wereld scheppen, vol verzonnen personages en gebeurtenissen. Niet alleen superfijn, het leert een kind ook het verschil kennen tussen fantasie en werkelijkheid.

→ geeft zelfvertrouwen

Zelf een blokkentoren of zandkasteel bouwen, een puzzel tot een goed einde brengen of papa helpen bij het opruimen van zijn bureau: in zijn spel ontdekt een kind wat hij kan, wat zijn zelfvertrouwen doet groeien.

Eerste hulp bij speelproblemen

'Ik heb niets om mee te spelen'

Misschien ligt er niet te weinig, maar net te véél speelgoed? Sarah Vanden Avenne:

'Kinderen kunnen nog geen overzicht maken zoals volwassenen. Een te groot aanbod aan speelgoed is verwarrend en maakt het hen moeilijk om te kiezen. Help hen hun aandacht wat meer te focussen. Kijk bijvoorbeeld samen wat voor leuks er in één bak speelgoed zit, en laat de rest aan de kant liggen. Minder keuze maakt het voor een kind vaak gemakkelijker.'

'Mijn zoontje speelt liever alleen'

Dat een peuter liever in zijn eentje dan met vriendjes speelt, is perfect normaal.

'Samenspelen met andere kinderen - in de zin van rekening houden met elkaar - kan een kind pas vanaf vijf of zes jaar', zegt Sarah Vanden Avenne. 'Voor die leeftijd spelen kinderen inderdaad liever alleen, of met een volwassene. Mama en papa, de juf, opa of oma of de begeleidster uit de kinderopvang vinden ze vaak de leukste speelkameraadjes. Zelfs samen de tafel dekken of in de tuin werken is voor kinderen een vorm van spelen - en versterkt bovendien de onderlinge band.'

'Ik wil op de computer spelen!'

Mogen computerspelletjes een plaats krijgen in de speeltijd van kinderen? Sarah Vanden Avenne: 'Ik denk het wel. Multimedia zijn niet meer weg te denken uit onze maatschappij: kinderen móeten die vaardigheden ontwikkelen. Er zijn tal van educatieve

computerspelletjes waar kinderen plezier aan kunnen beleven en tegelijkertijd veel uit leren. Niet alleen hun *skills* met de muis of het toetsenbord, maar ook hun taalvaardigheid en logisch denken wordt gestimuleerd. Als je als ouder de controle bewaart over wat en hoe lang je kind op de computer speelt, is daar niets mis mee.'

"Pang pang!"

Tweeduizend jaar geleden liepen Romeinse jongetjes achter elkaar aan met speelgoedzwaarden en stokpaarden. Vandaag beschieten kinderen elkaar met speelgoedgeweren op batterijen. Oorlogje spelen is van alle tijden. Maak voor jezelf uit hoe je daar als ouder tegenover staat.

Sarah Vanden Avenne: 'Zelfs als je geen spootje speelgoedgeweer in huis hebt, zullen kinderen er op school of in de opvang mee in contact komen. Hen helemaal afschermen kan je dus toch niet. Mogen ze van jou geen speelgoedgeweer onder de kerstboom verwachten, leg dan uit waarom. Wees niet té kritisch. Het is niet omdat kinderen graag oorlogje spelen dat ze zullen uitgroeien tot agressieve volwassenen. Net door te spelen leren kinderen hun agressie te beheersen. Door een 'auw, dat doet pijn' van een ander kind te horen, botsen ze op grenzen en leren ze wat wel en wat niet kan.'

Spelen doe je zo

(en op elke leeftijd anders)

van 0 tot 12 maanden

Spelen is bewegen: spartelen met de armen en de benen, met de handjes,... Zit samen met je baby op de speelmat en trek zijn aandacht met kleurrijk speelgoed. Maak fietsbewegingen met de beentjes van je baby als hij op zijn rug ligt. Beweging of muziek stimuleert de zintuigen: hang een mobiel op die muziek maakt, speel 'kiekeboe'-spelletjes, maak geluid met een rammelaar,...

van 12 tot 18 maanden

Kinderen die leren lopen vinden niets fijner dan een wandelwagentje, grote doos of kar die ze voor zich uit kunnen duwen of achter zich aan kunnen trekken. Ook kijk- en voelboekjes scoren goed.

van 18 maanden tot 3 jaar

Op deze leeftijd is 'doen alsof' één van de favoriete spelletjes. Peuters doen niets liever dan dingen imiteren uit hun omgeving: de pop eten geven, koken, autorijden,... Stimuleer hun motoriek en bied papier, dikke krijtjes, klei en verf aan om mee te spelen. Ook water en zand zijn ideaal om de fantasie van je kind te prikkelen.

de kleuter

Nog meer dan peuters houden kleuters ervan hun ouders of juf te imiteren. Soms spelen ze liever met potten, lepels, touwtjes en papieren dan met 'echt' speelgoed. Ook verkleedpartijtjes, muziekinstrumenten en spelletjes met andere kinderen - zoals verstoppertje, tikkertje, gezelschapsspelletjes - zijn populair.

Nee, niet voor tv?

Televisie kijken kan je moeilijk spelen noemen, maar daarom is het nog niet slecht. Ook televisie kan de creativiteit van kinderen bevorderen. Denk maar aan de kleine Mega Mindy's en Toby's die met een laken op hun rug door te tuin hollen, of de beste-vriendinnen-clubjes die de danspasjes uit *High School Musical* nabootsen. Zolang er nog genoeg tijd overblijft voor echte bewegingsspelletjes, kan televisie kijken heus geen kwaad.

Met dank aan Kind & Gezin, www.kindengezin.be