

# Balanceren

Over plat vlak



De peuter leert  
zelfstandig over een plat  
balanceervlak te bewegen.



BEWEEGKANJER

## Aanpak

Maak samen met de peuters met schilderstape een parcours over de vloer met veel bochten. Eventueel kun je obstakels toevoegen (denk aan: pionnen, blokjes, splitsingen).

## Nodig:

- Schilderstape (buiten: krijt)
- Eventueel: obstakels



## Opbouw activiteit

### Introductie:

Leg uit dat de peuters vandaag gaan werken aan hun evenwicht.

### Tijdens de activiteit:

Stimuleer de ontwikkeling van peuters door ze te begeleiden bij het uitvoeren van dit circuit. Let erop dat je de groep niet als geheel ziet, maar elk kind als uniek.

### Afsluiting:

We hebben vandaag geoefend met balanceren. Hoe vond je dat?

# Smallsteps

## kinderopvang

## Uitvoering:

- De peuter zet de ene voet over de andere voet
- Met de armen wijd lopen geeft de peuter meer balans

Let op: de peuter mag z'n voeten dus niet aansluiten!

## Variatie:

### Makelijker:

- Met steun (hand geven)
- Een recht parcours
- Langzaam over het parcours
- Breder loopvlak (2 banden tape naast elkaar)

### Moeilijker:

- Met bochten en/of splitsingen in het parcours
- Een hoepel verticaal op de baan om doorheen te bukken
- Obstakel op de balk om overheen te stappen (blokje)
- Blokkeerpunten neerzetten waar de peuter niet langs kan, de peuter moet dan een nieuwe route kiezen.