

# Structuurkaarten helpen ouders de dag indelen

Veel ouders vangen in deze coronacrisis thuis de kinderen op. Dat is wennen. “Structuur brengt rust voor kind en ouder,” adviseert onderwijsondersteuner Wendy Peerlings. Structuurkaarten helpen daarbij.

## Hoe werken ouders samen met hun kind aan structuur?

- Denk samen na over jullie **dagindeling**: wat staat er vandaag op het programma en wanneer?
- Spreek af **wat** jullie **samen** doen, en **wat alleen**.
- Pas indien mogelijk de dagindeling van de school toe en plan de dag in **7 blokken**: voormiddag deel 1, voormiddag pauze, voormiddag deel 2, middag, namiddag deel 1, namiddag pauze, namiddag deel 2. Plan activiteiten zoals eten, spelen, taken maken, speeltijd, schermtijd, lezen ... in.
- Krijgt jouw kind **schooltaken** waarbij het hulp nodig heeft? **Organiseer wat haalbaar is**. Niet het aantal uren is in deze uitzonderlijke situatie het belangrijkste, wel regelmatig de leerstof herhalen.
- Probeer **elke dag dezelfde structuur** aan te houden. Zo weet je kind wat er verwacht wordt en kan het beter wennen aan de nieuwe situatie thuis.
- Kan je zelf je werk in blokken indelen? Stem jouw werktijd en de taken van je kind op elkaar af. **Pauzeren kan samen**, opnieuw aan de slag gaan ook.
- **Sta** als ouder **open voor feedback** van je kind. Wat lukt, wat niet? Pas de dagindeling aan indien nodig.
- Geef je kind een compliment wanneer het goed bezig is. **Moedig** het extra **aan** wanneer het moeizaam gaat.

- **Wees mild.** Verwacht als ouder geen perfectie. Er zullen altijd dingen zijn die moeilijker lopen.



**Structuurkaarten**  
helpen jou en je kind met de dagindeling

**KLAS**

Knip samen met je kind de structuurkaarten uit die tijdens deze coronacrisis in jullie gezin van toepassing zijn. Hang ze op in de juiste volgorde, op een centrale plaats in huis. 's Avonds kan je de dag evalueren en bespreken wat er morgen eventueel anders kan.

Structuur creëert thuis een gevoel van rust en helpt je kind om afspraken na te komen en zelfstandig te zijn.

<p>AVOND</p>	<p>OGHTEND</p>
<p>handen wassen</p>	<p>SCHOOLTIJD</p>
<p>naar het toilet</p>	<p>MIDDAG</p>

## Hoe maak je structuurkaarten gebruiksklaar?

- Download structuurkaarten.
- Druk ze enkelzijdig af.
- Kies de kaartjes die je wil gebruiken. Knip ze uit.
- Hang ze in de gewenste volgorde, op een centrale plaats in huis.