

Wat kun je thuis doen?

Wat?	EF's	Groep 1	Groep 2	Groep 3	Groep 4	Groep 5	Groep 6	Groep 7	Groep 8
Opdracht of boodschap onthouden en uitvoeren	Werkgeheugen en volgehouden aandacht	Wees kort en duidelijk als je iets vraagt /verwacht. Herhaal het. Een plaatje kan helpen.	Wees kort en duidelijk als je iets vraagt /verwacht. Laat herhalen. Een plaatje kan helpen.	Wees kort en duidelijk als je iets vraagt /verwacht. Laat herhalen. Een plaatje kan helpen.	De opdracht /boodschap wordt uitgevoerd zoals gezegd. Herhalen is minder nodig.	Vraag een grote opdracht / boodschap (uit meer stappen) in volgorde te herhalen en uit te voeren. Tussentijdse reminder kan nodig zijn.	Vraag een grote opdracht / boodschap (uit meer stappen) in volgorde te herhalen en uit te voeren.	Vraag een grote opdracht / boodschap (uit meer stappen) in volgorde te herhalen en uit te voeren. Onthoud houd deze ook voor een volgende keer.	Vraag een grote opdracht / boodschap (uit meer stappen) in volgorde te herhalen en uit te voeren. Onthoud houd deze ook voor een volgende keer.
Inzicht in de dag / week	Planning en organisatie en timemanagement	Vraag welke dag het is en vertel hoe de dag eruit gaan zien. Een plaatje kan helpen. Wat hoort bij de ochtend, middag en avond?	Vraag welke dag het is en laat vertellen hoe de dag eruit zal gaan zien. Een plaatje kan helpen. Wat hoort bij de ochtend, middag en avond?	Koppelt zelf gebeurtenissen aan de dagen van de week. Inzicht in 'voor schooltijd', 'tussen de middag', 'na schooltijd', 's ochtends', 's middags', 's avonds etc.	Koppelt zelf gebeurtenissen aan de dagen van de week. Inzicht in 'voor schooltijd', 'tussen de middag', 'na schooltijd', 's avonds etc. Besteed aandacht aan de maanden (opnoemen).	Krijgt meer overzicht over de week. Vraag naar gebeurtenissen verderop in de week. Kan met hulp een agenda /weekplanner leren gebruiken. Besteed aandacht aan de maanden ('welke komt er na.....?').	Krijgt meer overzicht over de week. Vraag naar gebeurtenissen verderop in de week. Kan met hulp een agenda /weekplanner leren gebruiken. Besteed aandacht aan de maanden (datumnotaties).	Kan zelfstandig een agenda gebruiken, een planning volgen of een planning maken. Houd gedurende de week de taken voor ogen. Heeft nog wellicht nog wat toezicht en controle nodig.	Kan zelfstandig een agenda gebruiken, een planning volgen of een planning maken. Houd gedurende de week de taken voor ogen. Heeft wellicht nog reminders en hulp nodig. Vraagt daar zelf om.
Leren opruimen en schoonmaken	Planning en organisatie en taakinitiatie	Laat helpen bij de was vouwen, tafel afruimen, speelgoed opruimen (doe het samen, complimenteer)	Laat speelgoed in de juiste bak opruimen (dirigeer, controleer en complimenteer)	Laat zelfstandig dingen opruimen (kijk af en toe om een hoekje)	Laat zelfstandig dingen opruimen (kijk af en toe om een hoekje). Laat kamer opruimen en netjes maken t.b.v. stofzuigmoment.	Laat zelfstandig opruimen en ordenen. Laat zelf stof afnemen. Help waar nodig.	Laat zelf stof afnemen, zuigen en dweilen. Controleer steekproefsgewijs	Eigen kamer volgens planning laten opruimen en schoonmaken.	Eigen kamer volgens planning laten opruimen en schoonmaken. Denkt daar zelf aan.

In veel gevallen geldt: het voorgaande is ook nog steeds van toepassing, de volgende stap komt 'erbij'. Geen paniek als jouw kind dit nog niet kan. Het is een richtlijn. Zolang jouw kind het moeilijk vindt, is het belangrijk dat je blijft ondersteunen en dat je het samen doet. Laat het aan hem/haar als het wel zelf lukt. Let op: sommige kinderen vinden het nog fijn als hun ouders helpen, ook als dat niet nodig is. 😊 Probeer daar alert op te zijn. Spreek vertrouwen uit in je kind.

Wat?	EF's	Groep 1	Groep 2	Groep 3	Groep 4	Groep 5	Groep 6	Groep 7	Groep 8
Alles mee voor school	Planning en organisatie en werkgeheugen	Op jou aangeven door jou klaargelegde spullen in de tas doen (hapje, drankje, gymspullen)	Helpen bij het pakken van de spullen die mee moeten en dan in de tas doen (hapje, drankje, gymspullen)	Laten benoemen wat mee moet en dat laten pakken en in de tas laten doen.	Vraag naar de dag en vervolgens: 'wat moet je dan meenemen?'. Laat dat klaar zetten en houd in de gaten.	Vraag naar de dag en vervolgens: 'wat moet je dan meenemen?'. Laat dat klaar zetten en houd in de gaten.	Reminder van ouders 'Heb je alles bij je?'	Zelf verantwoordelijk voor meenemen spullen naar school, af en toe een reminder	Zelf verantwoordelijk voor meenemen spullen naar school
Boodschappen doen	Planning en organisatie en werkgeheugen	Samen. Vraag iets te pakken en in de kar te leggen.	Samen. Laat een boodschap verderop in het pad pakken en in de kar leggen.	Samen. Laat boodschappen pakken en laat verpakkingen hardop voorlezen.	Zelf een kleine boodschap doen. Maar ook: Helpen bij spullen op de band leggen op aanwijzing ('eerst ..., dan')	Zelf een paar boodschapjes doen. Maar ook: Helpen bij spullen op de band leggen. Zelf nadenken over wat handig is om eerst op de band te leggen.	Zelf een paar boodschapjes doen a.d.h.v. lijstje (samen gemaakt). Maar ook: Helpen bij het tas inpakken.	Doet zelf boodschap op jouw verzoek. Denkt zelf aan tas. Maakt zelf een lijstje.	Doet zelf boodschap op jouw verzoek. Denkt zelf aan tas. Maakt zelf een lijstje.
Zelfredzaamheid	Planning en organisatie en metacognitie	Is zindelijk. Vraagt bij een ongelukje om een schone broek. Checkt samen met ouder 'heb ik mijn schoenen goed aan?', 'zijn mijn veters vast?' 'trui niet achterstevoren?' (enz)	Kan bij een plasongelukje zelf een schone broek regelen. Checkt zelf 'heb ik mijn schoenen goed aan?', 'zijn mijn veters vast?' 'trui niet achterstevoren?' (enz)	Kan zich zelfstandig aankleden en kleding met hulp afstemmen op het weer. Lost dingen met hulp op (bijv. water gemorst, iets omgevallen). Kan veterstrikken.	Kan kleding zelf afstemmen op het weer. Lost dingen zelf op (bijv. water gemorst, iets omgevallen).	Geef meer controle aan jouw kind over uiterlijke verzorging. Zelf haar leren doen. Laat je kind meehelpen bij banden plakken, zwembad opblazen en leeg lopen, kaarten maken voor feestje.	Leer je kind om iets te organiseren, bijvoorbeeld een feestje. Doe het samen. Maak bijvoorbeeld samen een plan. Laat je kind het uitvoeren en houd in de gaten.	Leer je kind een ei bakken, een tosti maken of andere kleine kookdingen zelf te doen.	Laat een kleine maaltijd bereiden, zelf de band plakken, volledig zelf iets organiseren.

In veel gevallen geldt: het voorgaande is ook nog steeds van toepassing, de volgende stap komt 'erbij'. Geen paniek als jouw kind dit nog niet kan. Het is een richtlijn. Zolang jouw kind het moeilijk vindt, is het belangrijk dat je blijft ondersteunen en dat je het samen doet. Laat het aan hem/haar als het wel zelf lukt. Let op: sommige kinderen vinden het nog fijn als hun ouders helpen, ook als dat niet nodig is. 😊 Probeer daar alert op te zijn. Spreek vertrouwen uit in je kind.

Wat?	EF's	Groep 1	Groep 2	Groep 3	Groep 4	Groep 5	Groep 6	Groep 7	Groep 8
Klusjes in en rond huis	Planning en organisatie en taakinitiatie	Laat helpen bij het verzorgen van dieren op jouw aangeven (kammen, eten geven). Laat helpen bij tafeldekken en afruimen. Geef aan en zeg waar het heen moet.	Laat je kind niet-breekbare dingen afdrogen of in de vaatwasser te zetten. Laat helpen in de tuin (onkruid wieden, plantjes planten). Doe dat samen.	Laat helpen bij tafeldekken. Leg een paar dingen klaar en laat deze dekken.	Dekt de tafel en haalt zelf een aantal dingen uit de kast of la.	Laat de tafel geheel zelfstandig dekken. Laat helpen bij het in- of uitruimen van de vaatwasser of de afwas.	Geef eigen klusjes die elke week gedaan moeten worden (bijv glas/oud papier wegbrengen / planten water geven, dieren voeren, uitlaatbeurt). Help of herinner waar nodig.	Geef eigen klusjes die elke week gedaan moeten worden (bijv glas/oud papier wegbrengen / planten water geven, dieren voeren, uitlaatbeurt). Herinner waar nodig.	Kan zelfstandig zorgen voor huisdieren. Doet zelfstandig de eerdergenoemde klusjes. Weet wat nodig is. Denkt eraan.
Sparen / met geld omgaan	Respons-inhibitie en doelgericht doorzettingsvermogen	Leg nepbriefjes en -muntjes neer bij het speelgoed. Speel rollenspel waarbij 'betaalt' moet worden.	Laat, samen met jou, voor een klein bedrag iets kopen. Sta stil bij: wat kan wel en wat kan niet?	Stel regelmatig een vraag als: 'wat denk je dat X kost?' Of laat raden: 'denk je dat een brood 2 euro of 10 euro kost?'	Introduceer zakgeld. Heb regelmatig gesprekken over het doel en de waarde van geld. Zo zal je kind jouw 'nee' makkelijker accepteren en alertheid ontwikkelen.	Verhoog zakgeld met een klein bedrag en laat dat bedrag sparen. Voer gesprekken over waar geld aan uit gegeven is ('is een blikje fris kopen bij de supermarkt nodig, als het hier in de koelkast staat?')	Maak samen een spaarplan voor een groot ding dat je kind wil hebben.	Laat je kind zelf een spaarplan maken. Introduceer de regel: 75% in de spaarpot/op de rekening, 25% om direct iets van te kopen.	Doe samen boodschappen met een budget. Welke keuzes moeten er gemaakt worden? Stimuleren om voor iets dat je kind echt wil 100% te sparen.
Gevoelens tonen en rekening houden met elkaar	Emotieregulatie en cognitieve flexibiliteit en metacognitie	Praten over basisemoties (bang, blij, boos, sip). Lees boekjes voor en bespreek de emoties.	Herkennen van basisemoties bij zichzelf. Stel vragen als 'Wat voel je? Hoe zie je dat aan jou?'	Verplaatsen in gevoelens van ander bij verschillende situaties. 'Hoe zou zich voelen?'	Verplaatsen in gevoel van ander na actie. 'Jij deed X, hoe zou jij je voelen als hij dat bij jou deed?'	Benoemen van eigen aandeel bij eigen emoties en emoties van de ander. 'Hoe kun je een volgende keer wijzer/beter reageren?'	Benoemen van eigen aandeel bij eigen emoties en emoties van de ander. 'Hoe kun je een volgende keer wijzer/beter reageren?'	Rekening houden met gevoelens van de ander. Gedrag op kunnen afstemmen. Eigen aandeel zien. Feedback leren geven en ontvangen.	Rekening houden met gevoelens van de ander. Gedrag op kunnen afstemmen. Eigen aandeel zien. Feedback leren geven en ontvangen.

In veel gevallen geldt: het voorgaande is ook nog steeds van toepassing, de volgende stap komt 'erbij'. Geen paniek als jouw kind dit nog niet kan. Het is een richtlijn. Zolang jouw kind het moeilijk vindt, is het belangrijk dat je blijft ondersteunen en dat je het samen doet. Laat het aan hem/haar als het wel zelf lukt. Let op: sommige kinderen vinden het nog fijn als hun ouders helpen, ook als dat niet nodig is. 😊 Probeer daar alert op te zijn. Spreek vertrouwen uit in je kind.