



## DOMEIN Sensomotorische ontwikkeling

### SUBDOEL Grote motoriek

## Trap op, trap af

### ✂ Materialen en voorbereiding

- Ga naar een plek in of bij de school waar u een trap met leuning ter beschikking heeft
- Zet bovenaan de trap spullen die u die dag nodig heeft, zoals de bekers
- Zorg voor een rugtas
- Deze activiteit kunt u het best met een klassenassistent erbij doen, i.v.m. veiligheid op de trap en voldoende toezicht beneden.

### Activiteit

Ga rond de trap zitten/ staan. Vertel dat u de hulp nodig heeft van de leerlingen. De bekers staan namelijk boven, bovenaan de trap. Zo kunnen jullie niet drinken. Vraag leerlingen die voldoende mobiel zijn om met de rugzak op voorzichtig de trap op te gaan en een beker te pakken. Ga met hen mee en doe boven de beker in de rugzak. Betrek de andere leerlingen actief bij de activiteit door de bekers aan hen te geven als ze beneden zijn. Als de rugzak leerlingen uit balans brengt, kunt u ook kiezen voor een ketting die ze boven op moeten halen en die ze om hun nek doen.

### 👉 Suggesties voor herhaling

Als u leerlingen heeft die goed moeten oefenen met traplopen, kijk dan of u hen tussendoor spullen boven kunt laten halen in de school.

1	<b>Staat als zijn handen worden vastgehouden</b> Zorg dat de leerling goed kan zien wat er op de trap gebeurt. Breng de leerling tot stand en pak zijn handen goed vast. Kijk samen wat er op de trap gebeurt.
2	<b>Trekt zich aan stoel omhoog en houdt zich vast</b> Stimuleer de leerling om te gaan staan om goed naar de trap te kunnen kijken. Leg zijn handen op de stoel en stimuleer hem te gaan staan en zich vast te houden.
3	<b>Gaat een trap kruipend op</b> Doe voor hoe je kruipend de trap op gaat. Stimuleer de leerling om u na te doen. Als de trap breed genoeg is, kunt u samen de trap op gaan.
4	<b>Stapt aan de handen een klein opstapje op</b> Oefen met de leerling op de eerste trede van de trap. Zet de beker wat lager op de trap om de leerling te stimuleren de trede van de trap op te stappen.
5	<b>Gaat met behulp van de leuning de trap op met een aansluitpas</b> Doe voor hoe je veilig de trap op loopt door de leuning vast te pakken en de voet bij te trekken. Laat daarna de leerling voor u lopen. Verplaats bij de start zijn handen langs de leuning als de leerling dit nog niet zelf doet.
6	<b>Gaat met behulp van de leuning de trap af met een aansluitpas</b> Doe voor hoe je veilig de trap af gaat door de leuning vast te pakken en de voet bij te zetten. Laat daarna de leerling achter u lopen. Verplaats bij de start zijn handen langs de leuning als de leerling dit nog niet zelf doet.