

MAESTRO, MUSICA!

Muziek is leren en pret tegelijk

Zet een vrolijk deuntje op en geen kind blijft stilzitten. Logisch, want kinderen worden direct blij van muziek. Daarbij is muziek ook nog eens goed voor hun ontwikkeling. Goede reden voor gastouders om muziekbeleving aan te bieden aan hun gastkinderen.

Tynke Hiemstra is projectleider bij Muziek telt!, een landelijk initiatief dat alle kinderen in de gelegenheid wil stellen om zelf muziek te leren maken. Haar ervaring is dat baby's, dreumesen, peuters en kleuters erg kunnen genieten van muziek. Tynke: 'Ze worden er ontzettend vrolijk van! Maar muziek kan ook rustgevend zijn. Het doet iets met mensen, iedereen heeft van nature iets met muziek. Het vertelt een verhaal, brengt emoties over, doorvoelt ze. Muziek heeft dan ook een grote toegevoegde waarde in ieders beleving. Dat effect ervaren we eigenlijk al in de baarmoeder. Een ongeboren kind hoort de hele dag de hartslag van de moeder; dat is het eerste, rustgevende ritme dat hij hoort. Hij zal later muziek of tonen herkennen waarvan zijn moeder tijdens de zwangerschap ontspannen werd en zal daar zelf ook rustig van worden. Voor een kind is het zingen van z'n moeder het prettigste geluid dat er is. Taal, met al zijn tonen, klanken en ritmes, is eigenlijk ook een vorm van muziek. Ook dat pikken heel jonge kinderen al op; hun eigen geluiden hebben dezelfde klank als hun moedertaal.'

Luisteren

'Muziek heeft daarnaast heel positieve effecten op de ontwikkeling van jonge kinderen. Kinderen die zich muzikaal ontwikkeld hebben, leren beter te luisteren. Letterlijk zelfs: ze hebben geleerd om zich te focussen en achtergrondgeluiden

uit te schakelen, 'ruis' te negeren als het ware. Ze worden minder snel afgeleid en dat is bijvoorbeeld handig op school. Dat leren luisteren is ook stimulerend voor de spraak-taalontwikkeling en de emotionele intelligentie. Een kind dat naar muziek heeft leren luisteren herkent sneller de melodie in taal, de emotie in wat een ander zegt. Of kinderen echt slimmer worden door muziek staat nog ter discussie, maar het is wel aangetoond dat kinderen die zelf muziek maken, verbindingen in de hersenen leggen die ze anders niet of minder snel zouden leggen. Daardoor kunnen ze ook op andere gebieden, zoals taal en rekenen, sneller verbanden leggen en kortere routes nemen om tot oplossingen te komen.'

Zelfvertrouwen

Kinderen hebben van nature gevoel voor ritme, klank en muziek. Ze hebben maar heel weinig nodig om zelf muziek te maken. 'Als je jonge kinderen een xylofoon of een slagwerkinstrument geeft en ze het zelf uit laat proberen, gaan ze al snel spelen', zegt Tynke. 'Liefst samen, want ze merken dat het met z'n tweeën nog leuker is dan alleen. Op die manier wordt hun sociale ontwikkeling gestimuleerd. Kinderen leren spelenderwijs rekening te houden met een ander. Soms moeten ze even wachten en luisteren wat het andere kindje doet, en daarna mogen ze zelf spelen. Ook de motoriek komt aan bod. Muziek maken is een fysieke activiteit. Zelfs als je er alleen maar bij

Leuke deuntjes, vrolijke liedjes

De leukste muziekboekjes vind je gewoon op internet. Op deze sites vind je een ruim aanbod in liedjesboekjes en cd's voor de allerjongsten:

- www.ninoboeken.nl
- www.jingo.nl
- www.kindermuziek.com
- www.kinderliedjes.info





Sed quias delent deni bero incienim ex et utendae dit vendit es exerum voluptiis

staat of zingt heb je een actieve houding. Je spreekt delen van je lichaam aan die je anders niet gebruikt.'

Zelf muziek maken is erg goed voor het zelfbeeld van een kind. In de maatschappij worden cognitieve vaardigheden, het leren, vaak als belangrijk gezien. Een kind dat daar minder sterk in is, kan een minderwaardigheidsgevoel krijgen. Maar als hij wél heel goed muziek kan maken, op zijn eigen niveau, dan geeft dat een enorme boost aan zijn zelfvertrouwen. 'Je ziet zulke kinderen dan helemaal stralen. Ze ontdekken hun muzikale 'ik' en hebben iets waaraan ze zich vast kunnen houden. Dat geeft zekerheid. Dit kunnen ze! Plezier en genieten staat voorop en daardoor groeien ze.'

Voor een kind kan muziek een uitlaatklep voor zijn emoties zijn. Kinderen horen feilloos of een muziekstuk zielig of vrolijk is. Ze voelen dan vaak ook iets bij zichzelf gebeuren. Ook hun eigen gevoel kunnen ze kwijt. Is een kind boos, dan lucht even trommelen al een heel eind op. Muziek kan ook troostend zijn, vooral als je ernaar luistert.

Samen zingen

Voor gastouders zijn er manieren genoeg om educatief met muziek bezig te zijn. Het is een uitgelezen kans om je nog meer te profileren als professionele gastouder. Volg er eventueel een cursus in, zodat je extra handvatten krijgt om je gastkinderen ook op dit vlak iets aan te bieden. De meest toegankelijke manier om te beginnen, is samen liedjes zingen en bewegen op muziek. Tynke: 'Kies liedjes die bij de bele-

vingswereld van kinderen passen. Is het najaar, zing dan leuke liedjes over de herfst bijvoorbeeld. Door bewegingen erbij te maken, stimuleer je het kind om actief mee te doen en mee te gaan in de klanken van het liedje. Probeer een hogere toonhoogte aan te houden dan je gewend bent. Voor kinderen is de toonhoogte van volwassenen vaak te laag, ze kunnen dan alleen maar mee brommen. Liedjes zijn een prima manier om specifieke momenten en activiteiten op een dag in te leiden voor kinderen. Je ziet dat ook op scholen en kinderdagverblijven. De dag begint met een welkomstliedje, de fruithap wordt met een versje begeleid en zo zijn er meer momenten. Dat kun je als gastouder ook doen. Het stimuleert kinderen enorm en geeft structuur en rust.'

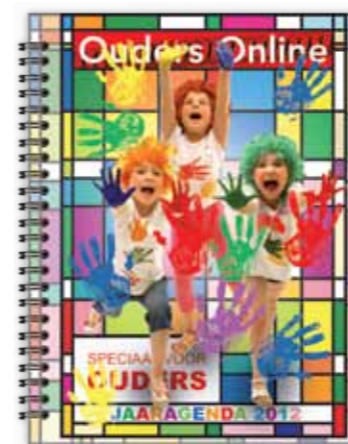
Pollepels

Wil je met je gastkinderen actief aan de slag met muziek? Voor kindjes in de leeftijd van nul tot één jaar zijn klankspelen een aanrader. 'Met zo'n spel vertel je een verhaal en maak je er tegelijkertijd voor het kind herkenbare, vertrouwde geluiden bij. Net als in een hoorspel. Komt er een trein langs in het verhaal? Dan doe je een trein na. Blaft er een hondje? Ook dat geluid imiteer je. Zo gebruik je muziek als klankillustratie en dat werkt heel goed. Kindjes van een jaar kun je al stimuleren om de geluiden mee te doen en zo betrek je ze er heel actief bij.'

Zijn de kinderen ouder, dan kunnen ze zelf muziek proberen te maken. Op muziekscholen en sommige kinderdagverblijven wordt vaak gebruik gemaakt van een zogenoemd Orff-instrumentarium: een serie muziekinstrumenten waarmee kinderen zelf spelenderwijs muziek kunnen maken, zoals sambaballen, tamboerijnen en trommels. 'Thuis kunnen pannen en pollepels ook heel goed dienst doen als instrument', aldus Tynke. 'Samen een instrument knutselen met een lege keukenrol en rijst of een blikje met erwten is ook een idee. Een andere mogelijkheid is de cursus Muziek op Schoot, die je vanaf de leeftijd van anderhalf jaar bij elk Centrum voor de Kunsten kunt volgen. Bij zo'n cursus komen kindjes via liedjes en interactie met de (gast)ouder op een plezierige manier in contact met muziek. Laat een kind vooral beseffen dat overal muziek in zit en dat hij het niet fout kan doen. Ook al zingt 'ie maar een halve zin mee of slaat hij maar een beetje met z'n handjes op een trommel, het is goed! Zo leren kinderen dat iedereen muziek kan maken en hoe leuk dat is.'

Zelf muziek maken is het allerleukst!

Op www.kindermuziekwinkel.com vind je niet alleen cd's en liedboekjes, maar ook heel veel gave en betaalbare muziekinstrumenten voor kinderen, van tamboerijnen, blokfluiten en bongo's tot djembés, ukeleles en xylofoons! Ook op www.demuziekboom.nl vind je een ruim assortiment instrumenten. Een echte aanrader zijn de **Broomwhackers, gekleurde kunststof buizen waarmee kinderen op een speelse manier ritme, melodieën en akkoorden leren.**



Superhandig

Op zoek naar een familie-agenda die ook nog eens boordevol handige informatie staat? De Ouders Online Gezinsagenda 2012 heeft het! De agenda is informatief en superhandig! En als de cover je niet bevalt, dan schuif je er zo een leuke foto van je (gast)kinderen in. In de agenda vind je weekplanners, die je kunt indelen per gezinslid, redactionele artikelen en stickervellen voor afspraken en activiteiten. *De Ouders Online Gezinsagenda 2012 kost 13,95 en is te koop bij boekhandels en tijdschriftenwinkels of online te bestellen bij www.6b.nl.*

Alle beetjes helpen

Door de kinderen te laten helpen bij de dagelijks terugkerende klusjes, leren zij bij en heb jij je handen iets meer vrij. Dek samen de tafel, ruim samen op, geef de kleintjes ook een stofdoek als jij de keuken even stofzuigt. Het imiteren van jou zal de peuters een groot plezier doen, en intussen leren ze dat ook die kleine klusjes in huis er gewoon bij horen. Voor de grotere kinderen kun je een klusjesrooster maken (mét beloning!).



Dagtaak

Zo'n 80% van de vrouwen met kinderen heeft het gevoel al een dagtaak achter de rug te hebben voor zij beginnen met werken. De gemiddelde vrouw heeft tegen die tijd al twee uur aan het huishouden besteed. Mannen komen niet verder dan 49 minuten. Ook de avond ervoor zijn vrouwen drukker om het gezin goed en wel op het werk, school of de opvang te laten komen. Deze taken, zoals boterhammen smeren en tassen inpakken, nemen zo'n anderhalf uur in beslag. Mannen zijn de avond ervoor zo'n 8 minuten zoet met klusjes.

BRON: STYLE MAGAZINE

Druk, druk, druk

Nu even niet

'Sam en Snibbel willen even niet druk zijn' is het verhaal over Sam die, zoals bijna ieder kind, het soms druk hoofd en de onrust in zijn lijf. De kernboodschap van dit schattige boekje is dat drukte bij het leven hoort, maar dat je zelf wel iets kunt doen om rust te krijgen. De oude knuffel Snibbel vertelt eenvoudig hoe je de indrukken van de dagelijkse dingen los kan laten, en lichaam en gedachten in de ruststand kan krijgen. Geschreven door Cynthia Ringeling, illustraties van Rietek van Bokhorst. Prijs € 15,95. Te bestellen via www.kindervoorleesboekjes.nl.

WIN!

Heb jij een goede ontspanningstip voor kinderen? Stuur hem op en win een exemplaar van 'Sam en Snibbel willen even niet druk zijn'. Stuur je tip naar redactie@gastouder.info.

