



Spelen met je baby

Wist je dat jij misschien wel
het favoriete speelgoed van je
baby bent?

Eenvoudige, speelse ideeën voor de eerste
zes maanden.



Samen de wereld ontdekken

In de eerste zes maanden draait spelen niet om duur speelgoed of ingewikkelde activiteiten. Het gaat om samen de wereld ontdekken, momentje voor momentje.

Je stem, je glimlach, je aanrakingen en de manier waarop je op je baby reageert: het helpt allemaal bij de ontwikkeling. Van de eerste knuffelmomentjes tot het grijpen naar een favoriete rammelaar: iedere fase brengt weer iets nieuws om te ontdekken.

We hebben een aantal eenvoudige, speelse ideeën verzameld om de band met je kleintje te versterken en samen volop te genieten van deze bijzondere eerste maanden.

Wat staat erin

1

0–3 maanden

De wereld ontdekken met de zintuigen

4

2

3–6 maanden

Grijpen, rollen en ontdekken

8

3

Nog een paar dingen om te onthouden

Volg het tempo van je baby

12

1



De wereld ontdekken met de zintuigen

In de eerste maanden went je baby aan een compleet nieuwe wereld. Je kleintje begint vertrouwde stemmen te herkennen, gezichten te bekijken en te ontdekken hoe het eigen lichaam beweegt. In deze fase zijn de eenvoudigste activiteiten vaak het meest waardevol.

1 Lekker knuffelen

Soms is dicht bij elkaar zijn de fijnste manier om samen tijd door te brengen. Zoek een comfortabel plekje en houd je baby tegen je borst voor wat huid-op-huidcontact. Jouw warmte, hartslag en vertrouwde geur kunnen je kleintje helpen zich rustig en veilig te voelen. Een heerlijk moment om samen te ontspannen en jullie band te versterken.

2 Gekke bekken trekken

Je baby kijkt graag naar gezichten, en vooral naar dat van jou! Houd je gezicht ongeveer 20–30 cm van dat van je baby en probeer eens te glimlachen, je wenkbrauwen op te trekken of grappige gezichten te maken. Beweeg je gezicht langzaam van links naar rechts en kijk of je baby je met de ogen volgt. Grote kans dat die kleine oogjes je aandachtig blijven aankijken!

3 Zingen en kletsen

Je hoeft echt geen goede zanger te zijn. Voor je baby is jouw stem sowieso bijzonder. Vertel wat je aan het doen bent, zing een kinderliedje of maak zachte geluidjes. Pauzeer af en toe om je baby de kans te geven te reageren met een geluidje of gezichtsuitdrukking. Voor je het weet, voeren jullie de eerste gesprekjes!

4 Op ontdekkingstocht door het huis

Voor een baby is alles nieuw en fascinerend. Neem je kleintje mee op een rustige ontdekkingstocht door het huis. Wijs verschillende voorwerpen aan en vertel wat jullie zien. Van het zonlicht dat door het raam schijnt tot de kleurrijke plaatjes aan de muur: zelfs de gewoonste dingen kunnen kleine ontdekkingen worden.

5

Avonturen op de buik

Op de buik liggen helpt je baby om de nek-, schouder- en rugspieren te versterken. Begin met korte momentjes onder toezicht, wanneer je baby wakker is. Dat kan op jouw borst of op een stevige speelmat op de vloer. Ga op ooghoogte liggen, glimlach en praat tegen je baby om je kleintje aan te moedigen het hoofdje op te tillen. Zelfs een paar minuten per keer kunnen al verschil maken. Bouw het rustig op en volg het tempo van je baby.



2



Grijpen, rollen en ontdekken

Je baby wordt steeds nieuwsgieriger en actiever! Misschien begint je kleintje naar voorwerpen te grijpen, handjes en voetjes te ontdekken, nieuwe geluidjes te maken en te oefenen met omrollen. Het is een spannende fase vol kleine ontdekkingen. En er zijn genoeg leuke manieren om die groeiende nieuwsgierigheid te stimuleren.

1 Fietsen met de beentjes

Tijd om die kleine beentjes in beweging te brengen! Leg je baby comfortabel op de rug en beweeg de beentjes voorzichtig in een rustige fietsbeweging. Zing er een kinderliedje bij of maak grappige geluidjes om het nog leuker te maken. Houd de bewegingen zacht en natuurlijk en laat je baby het tempo bepalen.

2 Rammelen en ontdekken

Je baby begint te ontdekken dat eigen bewegingen iets kunnen veroorzaken. Geef je kleintje een lichte, veilige rammelaar of een zacht knisperboekje en laat verschillende geluiden en structuren ontdekken. Schud bijvoorbeeld voorzichtig met een rammelaar in de buurt en kijk of je baby het hoofdje naar het geluid draait. Of laat je kleintje oefenen om de rammelaar zelf vast te houden. Iedere beweging is weer een nieuwe ontdekking!

3 **Spiegeltje, spiegeltje**

Wie is dat schattige gezichtje? Baby's kijken graag naar gezichten en een babyveilige spiegel is een leuke manier om die te ontdekken. Zet tijdens het spelen op de buik een onbreekbare babyspiegel voor je kleintje neer en kijk hoe de nieuwsgierigheid groeit. Je baby herkent de eigen spiegeling misschien nog niet, maar vindt het waarschijnlijk geweldig om alle gezichtsuitdrukkingen en bewegingen te bekijken.

4 **Kiekeboe!**

Een kleine verrassing kan voor een grote glimlach zorgen! Bedek je gezicht even met je handen en kom dan vrolijk tevoorschijn met een enthousiast 'Kiekeboe!' Geef je baby een moment om te reageren voordat je het opnieuw doet. Naarmate je kleintje het spelletje beter leert kennen, word je misschien beloond met een glimlach, enthousiaste bewegingen of zelfs een klein schaterlachje.

5 Reiken naar de sterren

Een babygym of speelboog kan van speeltijd een klein avontuur maken. Leg je baby op de rug onder een stevig geplaatste babygym, met speelgoed dat geschikt is voor de leeftijd en binnen comfortabel grijpbereik hangt. Kijk hoe je kleintje begint te trappelen, naar het speelgoed slaat en er uiteindelijk naar grijpt. Een leuke manier om beweging en oog-handcoördinatie te stimuleren, terwijl je baby ontdekt wat het eigen lichaam allemaal kan.



3



Nog een paar dingen **om te onthouden**

Iedere baby is anders en juist dat maakt het zo bijzonder om je kleintje te zien groeien.

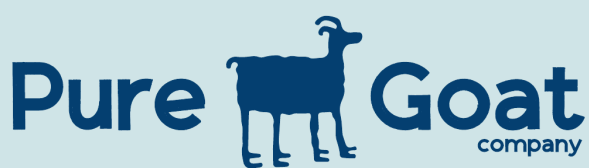
Sommige baby's vinden op de buik liggen heerlijk, terwijl andere liever knuffelen of naar liedjes luisteren. Je hoeft niets te overhaasten of te vergelijken. Volg het tempo van je baby en geniet samen van het ontdekken wat je kleintje laat glimlachen.

- **Let op de signalen van je baby.** Kijkt je kleintje weg, begint het te gapen of wordt het onrustig? Dan is het misschien tijd voor een pauze. Zelfs een paar minuten spelen kunnen al genoeg zijn.
- **Houd het spelen veilig.** Kies speelgoed dat past bij de leeftijd, zonder kleine of losse onderdelen, scherpe randen of lange koorden. Houd altijd toezicht wanneer je baby speelt.
- **Op de buik spelen doe je alleen als je baby wakker is.** Blijf altijd in de buurt en houd toezicht. Wanneer het tijd is om te slapen, leg je je baby op de rug op een stevig, vlak slaapoppervlak.
- **Laat je baby zich in het eigen tempo ontwikkelen.** Iedere mijlpaal komt op zijn eigen moment. Geef je kleintje voldoende ruimte om op een natuurlijke manier te bewegen en te ontdekken, zonder te vroeg te stimuleren om te zitten of staan.

En misschien wel **het belangrijkste**

Spelen hoeft niet perfect te zijn. Soms is een knuffel, een glimlach of een gek liedje alles wat je baby nodig heeft.

Dit e-book is bedoeld als algemene informatie en inspiratie voor het spelen met je baby. Iedere baby ontwikkelt zich in een eigen tempo. Heb je vragen of zorgen over de ontwikkeling van je baby? Raadpleeg dan een zorgprofessional.



puregoatcompany.com

