

Routineschema voor kinderen

Vul je eigen tijden en stappen in. Hang het schema op waar het tijdens de routine te zien is.

KIND

DATUM

Ochtend

- 1 Wakker worden en uit bed komen
- 2 Wc, tanden poetsen, handen wassen
- 3 Aankleden (kleren gisteren klaargelegd)
- 4 Ontbijten
- 5 Schoeltas inpakken
- 6 Jas en schoenen
- 7 De deur uit

Middag

- 1 Thuiskomen, jas ophangen
- 2 Tussendoortje en even rust
- 3 Huiswerk of één taak met aandacht
- 4 Vrije tijd / spelen
- 5 Helpen met tafeldekken

Avond

- 1 Avondeten
- 2 Opruimen (10 min)
- 3 Tas inpakken voor morgen
- 4 Kleren voor morgen klaarleggen
- 5 Tandenvoetsen en pyjama aan
- 6 Verhaaltje of iets rustigs
- 7 Licht uit

DRIE SNELLE TIPS

- Begin met 3 tot 4 stappen. Breid na een week uit.
- Beelden voor jongere kinderen, tekst voor oudere. Of allebei door elkaar.
- Een duidelijk einde — een vinkje, een ster, een high five — helpt het brein registreren dat de taak klaar is.