



# DREUMESDANS

*kleine stapjes, groot verschil*



## WELKOM!

Dag lieve ouders en lieve kleine spruiten,  
Welkom in onze dansschool, welkom in de dreumesdansen.  
Hier leer je mij wat beter kennen en leer je wat meer over de inhoud van deze lessen: het hoe en waarom, wanneer en hoelang, ... alle vragen worden hier beantwoord. En zo niet, is er nog altijd de mogelijkheid om mij aan te spreken voor of na de les.

## PERSONALIA

NAAM: NICKY VERNIEUWE  
LEEFTIJD: 45, bijna 46 (ai ai ai...)  
KINDEREN: Stenn (12) en 2 bonuskinderen: Robbe (16) en Laura (19)

### OPLEIDINGEN:

- Afgestudeerd als kleuterleidster in 2000
- Certificaat professional kidsopleiding in 2004
- Certificaat dreumesdansen in 2016
- Bodymap opleiding deel 1&2 in 2018
- Opleiding schrijffitmix in 2018

### WERK:

- 2000-2001: 5e en 6e leerjaar in basisschool De Luchtballon
- 2001-2002: opstartklas anderstalige nieuwkomers In De Luchtballon
- 2002-2003: 1e kleuterklas In De Luchtballon
- 2003 - tot heden: oprichter dansschool Danzateljee en als lesgever:
  - dreumesdansen, peuterdansen, kleuterdansen, kinderdansen, dancestars, hip hop 6-8, hip hop kids, latin & ballroom, swing, wedstrijdteams, opleiding wedstrijdteams
- sinds 2023: docente Vlaamse Sportfederatie - Danssport Vlaanderen, voor de opleiding recreatief dansen en jazz opleiding: methodiek en didactiek bij kleuterdansen en dansexpressie bij kleuters

### DANS:

Ik startte mijn danscarrière pas laat: op mijn 15 jaar. En dit in de latin en ballroom discipline. Ik behaalde met mijn partner(s) verschillende titels in binnen- en buitenland. Hierdoor werd de weg opgelegd voor een heleboel tv- programma's, artiesten, showbizz en de dansschool natuurlijk.  
Hoezeer ik hier ook van genoten heb, mijn hart is en blijft toch bij de kinderen, hun ontwikkeling en groei, het groot worden, leren dansen, het stimuleren van een juist bewegingsantwoord op hun ontwikkelingsniveau en leeftijd.



Nu jullie mij een beetje beter kennen, zullen we eens dieper duiken in deze superfijne lessen:

# DREUMESDANS

## DREU.... WATTE?

Dreumesdans is de noemer voor danslessen voor kinderen vanaf de loopleeftijd (ongeveer 1,5 jaar of 18 maanden) tot ze schoolrijp zijn (2,5 jaar)

## SCHOOLRIJP?

Elk kind is op zijn/haar tempo schoolrijp. Zo iets kunnen we niet forceren, wel stimuleren en ondersteunen. Kinderen zijn schoolrijp als ze zich veilig genoeg voelen om 'alleen' of bij de juf te dansen.

## DREUMES 1 OF 2?

Elk kindje doet een eerste proefles in dreumesdans 1. Zo kan ik inschatten hoe ver de ontwikkeling van je kindje staat en of hij/zij al mag overstappen naar dreumes 2.

In principe, mogen ze instappen in dreumes 2 als ze 2 jaar geworden zijn.

## PEUTERDANS

Kindjes die naar de instapklas mogen op 2,5 jaar zitten in deze les. Mama's en papa's blijven aan de zijkant kijken. Deze lessen lijken nog hard op de dreumesdans om de overstap comfortabel, veilig en herkenbaar te maken. Deze lesjes groeien mee met de kindjes en hebben tegen het einde van het schooljaar een heel andere indeling of invulling dan in september.

## KLEUTERDANS

Is je kindje 3 in september en gaat die ineens naar de 1e kleuterklas? Dan mag hij/zij instappen in de kleuterdans of het kleuterballet (3+ tot 4 jaar)



## WAAR WERKEN WIJ AAN?

### MOTORISCHE ONTWIKKELING

= Het proces waarin een kind controle krijgt over de spieren en deze leert gebruiken. Vanaf de geboorte ontdekken baby's nieuwe bewegingen stap voor stap en meestal in een vaste volgorde. Als ouder kun jij je kind helpen zich veilig te ontwikkelen.

### COGNITIEVE ONTWIKKELING

= Het mentale proces van het opslaan, verwerken, terughalen en toepassen van kennis en informatie. In principe is het dus het proces van het leren. Ieder kind wil vanaf zijn/haar geboorte niets liever dan ontdekken en leren, want alles is nieuw en alles is bijzonder.

### SENSOMOTORISCHE ONTWIKKELING

= Het gebruik maken van zowel je zintuigen als de motoriek. Juist deze combinatie helpt kinderen te leren over zichzelf in relatie tot hun omgeving.

### SOCIAAL EMOTIONELE ONTWIKKELING

= Bij sociaal-emotionele ontwikkeling gaat het om het proces waarmee kinderen vaardigheden ontwikkelen die hen helpen hun persoonlijke identiteit te ontwikkelen, relaties te hebben en hen ondersteunen om verwachtingen van hun omgeving te hanteren.

### EXECUTIEVE FUNCTIES

= Verwijst naar de denkfuncties die je nodig hebt om succesvol te kunnen functioneren in het dagelijks leven, met alle uitdagingen of veranderingen die dit dagelijks leven met zich mee brengt.



# WIJ LEREN NON-STOP

**Dreumesjes leren door kopiëren en herhalen. Jouw goede voorbeeld gaan ze nadoen en zo leren wij eigenlijk alles. Soms vinden ze het leuker om te kijken hoe jij kruipt, dan het zelf te doen en dat is helemaal oké!**

**LOOPDANSJES:** Grootmotorische ontwikkeling, ruimtelijk inzicht, bewegingsbanen, coördinatie, evenwicht, lichaamsbewustzijn, KLUSCE, ritme, tempo, snelheid, muzikaliteit, creativiteit, expressie, richtingen, ...

**ZITDANSJES:** Fijne motoriek, oog-hand coördinatie, lichaamsperceptie, volgehouden aandacht (EF), muzikaliteit, ritme, expressie, ...

**START-STOP:** bewegingsbanen, ruimtelijke organisatie, auditieve prikkels, lichaamsorganisatie, richtingen, lichaamshouding, tempo, snelheid, coördinatie, ...

**BEWEGINGSOMLOOP:** Grote motoriek, evenwicht, coördinatie, behendigheid, lateralisatie, lenigheid, concentratie, ...

**BELLEN BLAZEN:** oog-hand coördinatie, ruimtelijk bewustzijn, prikkelreactie, concentratie, ontwikkelen, inzicht in bewegende objecten, doelgericht gedrag (EF), ...

**MUZIEKSTOKJES:** Ritme, tempo, lateralisatie, behendigheid, 2-zijdigheid, fijn motorische werken, auditieve prikkels, experimenteren, creativiteit, ...

Dit is een basisles, die uiteraard uitgebreid wordt naar: werken met materialen, woordenschat ontwikkelen van alle mogelijke andere domeinen, attitudes, ...

## WIST JE DAT...?

- Het moeten wachten op de juf als ze alles klaarzet, is een attitude leeropdracht én werken aan executieve functies: reactie-inhibitie en emotieregulatie. Leert je kindje dit al op jonge leeftijd, zal hij/zij later in spelletjes veel beter tegen verlies kunnen (bijvoorbeeld), of wachten op een beurt in een spel of mensen laten uitpraten. Grenzen stellen (en volhouden!) is belangrijk. Dat geeft kinderen een veilig gevoel, ook al protesteren ze in het begin.
- Bellen prikken de latere leesontwikkeling stimuleert? → om fysiek te kunnen lezen hebben we onze ogen nodig, maar ook onze oogspieren moeten getraind zijn: onze ogen moeten kleine lettertjes kunnen 'vasthouden' om ze te ontcijferen / decoderen en in tempo te kunnen laten binnenstromen in onze hersenen. Dieptezicht is hier ook een belangrijke factor. Door te zoeken naar de bellen, hun snelheid in te schatten, de bellen met de ogen vast te houden en te volgen om ze te kunnen raken, is een zeer goede (start)oefening voor het lezen!
- Kruijen is een van de eerste en belangrijkste evenwichtsoefeningen. Tijdens het kruijen gaat het kind in een gekruist patroon bewegen en moeten linker en rechter lichaamshelft samenwerken. Ook armen en benen moeten gecoördineerd samenwerken. Daarnaast wordt tijdens deze fase het evenwicht intensief getraind. Kinderen die niet kruijen, missen deze specifieke "training". Dit kan gevolgen hebben bij het uitvoeren van bepaalde dagdagelijkse taken. Zo wordt gezien bij kinderen met problemen naar concentratie, dyslexie en oog-handcoördinatie, dat zij vaak niet gekropen hebben als baby. Doordat deze kinderen al zo veel energie moeten steken in hun zitbalans, om een goeie zithouding te bewaren, zien we dat er problemen op school kunnen optreden. Het is dus niet "wauw" dat jouw kindje al een vroeg stappertje was. Lang kruijen is dus echt oké! Wij blijven ook kruijen en rollen tijdens de les.



Het zijn er veel, maar wel belangrijk dat je de regels kent.

## AFSPRAKEN & REGELS

### HET POORTJE

Ik heb een stevig, veilig poortje aan de 'ingang' van de dansvloer. Lig daar niet zelf aan te wringen.

Kruip er niet over. Toe = toe. Ben je te laat? Geen probleem, dan wacht je even.

Je stoort niet alleen de les daardoor, het is ook niet aan jou om de les binnen te wandelen, midden in een dansje / muziekje / oefening.

Je wacht tot de leerkracht je binnen laat op een moment dat voor iedereen aangenaam is.

### BLOTE VOETEN

De kleintjes dansen op blote voeten, ook in de winter. Neen, ze worden daar niet ziek van. Integendeel. De sensomotorische ontwikkeling zit ook in de voetzolen. Sloefjes, schoentjes, ... zorgen voor een vals gevoel van veiligheid, een fout gevoel van balans, evenwicht, coördinatie enz enz...

waardoor ze langer onstabiel op hun voeten kunnen lopen. Ook thuis: zoveel mogelijk op blote voeten. dat si gezond, stimuleert de ontwikkeling op meer vlakken dan je denkt!

→ Ook ouders op schoenen of blote voeten, niet op sokken.

### KLEDIJ

Kindjes dragen comfortabele kledij, liefst een broekje. Wij schuiven op de billen, rollen, kruipen, ... met een kleedje en een pamber is dat alles behalve aangenaam. Je weet op voorhand dat je naar de les komt, pas de outfit van je kleintje dus aan. Vergeet ook jezelf niet. Geen lange rokken, kleedjes, .... en draag zelf aangepaste schoenen of ook op blote voeten.

### ETEN EN DRINKEN

Eens je in de les bent, wordt er niet meer gesabbeld aan een koekje of gedronken (tussendoor)  
Het lukt heus wel 45 min zonder :-)

### GSM GEBRUIK

Geen gsm's in de dansles. Wij dansen, werken, bewegen met de kindjes.

Onze gsm checken en foto's nemen hoort daar niet bij.

### PAKKEN

Kindjes die huilen, geen zin hebben, willen gepakt worden, dat is doodnormaal. We gaan dan samen even zitten en kijken. De boodschap moet duidelijk zijn voor je kindje. Jij (als ouder) moet niet alles in de plaats van je kindje gaan doen. Dat is niet de bedoeling. Je doet wél alles mee en doet alles voor.

De kinderen vinden dat is het begin misschien héél vreemd, maar ze leren er veel van!

### PUBLIEK

Publiek is leuk en mag er zeker zijn. Maar ze zijn rustig en stil. Er wordt niet luidop gesupporterd, of geroepen, gezwaaid en gebabbeld. We willen concentratie en focus in de les.

### PLASSEN

Dit mag altijd! "Droog worden" is een neurologisch proces (en géén aangeleerd gedrag zoals veel mensen denken) dat tijd en geduld vergt. Achterin de zaal is er een speciaal toilet met een potje, een kindertoiletje en een verzorgingskussen om pampers te verversen.



# PRAKTISCH EN LEUK

## RESERVEREN

Je kan maximum per 2 weken reserveren. Dit om iedereen de kans te geven om te kunnen komen dansen. 10-beurtenkaarten kan je helaas niet zelf online aankopen. Dat doe je ter plekke in de dansschool. Is je beurtenkaart bijna leeg, kan je ze ook weer opladen in de dansschool.

## MUZIEK *Ozzebolle!*

Welke muziek is geschikt voor de kindjes of wat gebruik ik in de les? → Er bestaat veel muziek voor peuters en kleuters. Ik ben grote fan van Ingrid Tjaden, Kapitein Winokio, Tura Gerards en Ozzebolle. Ozzebolle zijn liedjes die we zelf gemaakt hebben op maat van onze dreumesjes.

Je vind de liedjes uit de les gewoon terug op [Spotify](#).

## TIPS VOOR THUIS



**OPRUIMEN** → Gebruik een liedje als je je kleintje wil laten opruimen. Gebruik ook altijd hetzelfde liedje en laat het zolang afspelen, tot het opruimen klaar is. Opruimen is voor onze kleintjes géén opdracht, maar een spelletje!! Ze vinden het heerlijk! Wij als ouders vinden opruimen niet leuk en dat gaat vaak gepaard met gezucht en gezeur: omdat we moeten vertrekken, omdat het te rommelig is, omdat er bezoek komt, ... Kleine kindjes nemen deze gevoelens over en leren al heel snel dat opruimen iets is dat niet leuk is en weigeren op de duur dan ook om het te doen.

Maak het leuk, doe het samen, zet een liedje op. Ik gebruik altijd "hop, hop, hop, we ruimen alles op" van Kapitein Winokio. In het liedje wordt gezongen: "anders wordt de juffrouw boos", wat tegenwoordig in de woke generatie 'not done' is, maar dat trek ik mij niet aan. 🙄 Ik ben opgegroeid met "klein klein kleutertje", sprookjes waarin oma's worden opgegeten door wolven, de GVR in zijn originele vorm en heb geen trauma, hoor. Ik speel dit liedje ook gewoon tijdens de les. Dus, opruimen met een liedje maakt het erg fijn! Je zal zien, het doet wonderen!



**MET 2 HANDJES ETEN** → hoe langer onze kleintjes met 2 handjes eten, hoe beter voor de ontwikkeling in het brein. We geven ze nogal snel 1 lepeltje, waardoor de voorkeurshand sneller en sterker ontwikkelt dan de andere. Dit geeft, logischerwijs, problemen bij o.a. het schrijven, sporten, ... Je merkt zelf dat je niet-voorkeurshand eerder een ondersteunende functie heeft. Onze kleintjes moeten langer 2-zijdig blijven. Geef ze dus 2 lepeltjes, laat ze alles met hun handjes eten (fijne motoriek!), geef ze 2 stokjes om mee te trommelen, 2 wasco's om mee te kleuren, ... je hoeft ze niet te dwingen, maar stimuleren kan nooit kwaad!



# JE BENT ER KLAAR VOOR

Geniet net zoals alle mama's en papa's die jullie zijn voorgegaan van deze quality time met je kindje. Zonder de hele tijd op je gsm te scrollen, foto's te nemen... Maar gebruik de tijd nuttig om meer te leren over jouw kindje, samen de wereld te ontdekken de ontwikkeling van je kind te stimuleren. Laat ze meer zelf doen, luister naar wat ze nodig hebben, maar laat hen niet de controle overnemen, dat is jouw taak als ouder. Stel duidelijke grenzen en leer ze om te gaan met verwarrende gevoelens van proberen, falen en opnieuw proberen tot het lukt!

Maar vooral: geniet! Ze worden zo snel groot....



**Heb je zelf supermooie foto's uit onze dansles? Je mag ze zeker posten op sociale media. Maar de andere kindjes onherkenbaar (GDPR) en tag onze dansschool!**

