



3 jaar



Je kind groeit snel en leert steeds beter bewegen en praten. Wat gaat die ontwikkeling nu hard! In deze nieuwsbrief lees je er meer over.

Klimmen en klauteren

Peuters bewegen graag. Ze kunnen hun energie kwijt in rennen, klimmen en klauteren. Ze leren [nieuwe bewegingen](#) en worden lichamelijk zekerder van zichzelf. Je kunt je peuter hiermee helpen door bijvoorbeeld samen naar de [speeltuín](#) te lopen en de buggy thuis te laten. Je kunt ook kijken of er peutergym of peuterzwemmen in jullie omgeving is. Een loopfietsje met twee wielen, als voorbereiding op het echte [fietsen](#), is nu ook reuze spannend.



Ik ben bang!



Welke school

Je kind krijgt nu de leeftijd waarop het goed is om op zoek te gaan naar een school. De meeste kinderen gaan met 4 jaar naar groep 1 van de basisschool. Bereid je voor op je [keuze](#). School zal de komende jaren belangrijk zijn in het leven van je kind. En ook in dat van jou als ouder.

'Er zit een krokodil onder mijn bed papa!' Driejarigen kunnen last krijgen van fantasie-angst. Dat hoort bij hun ontwikkeling. Neem de [angst](#) van je kind serieus. Jaag bijvoorbeeld de krokodillen samen even weg, dan voelt je kind zich meestal snel weer veilig en verdwijnt de angst vanzelf. Als je kind [heel vaak bang](#) is of als de angst steeds erger wordt, neem dan contact op met de Jeugdgezondheidszorg.

Zindelijk?

De meeste kinderen zijn eerst overdag zindelijk voordat ze 's nachts droog zijn. Een goede tip is om de luier thuis eens niet om te doen, maar alleen een broekje aan te trekken. Zo voelt je kind wat er gebeurt. Dit versnelt het **zindelijk worden** meestal. Lukt het dan om een plasje **op het potje** te doen, dan zijn kinderen heel trots als ze bijvoorbeeld een mooie sticker krijgen. Als het zindelijk worden niet lukt is dit helemaal niet erg, wacht dan nog even en probeer het later opnieuw. Elk kind is anders!



Veilig achter papa of mama

Nu je peuter zich meer bewust wordt van zichzelf, kan je kind ook ineens **verlegen** worden in onbekende situaties. Je peuter kruipt weg of zegt ineens niets meer. Dat is heel normaal. Je kind heeft even tijd nodig om zich vertrouwd en veilig te voelen in nieuwe situaties.

Zelf doen!



Ineens kan je kind zelf zijn jas aantrekken. Leuk! Het is goed voor de ontwikkeling en zelfstandigheid van kinderen om dit aan te moedigen. Natuurlijk gaat het **zelf aankleden** nog weleens fout. Kinderen van deze leeftijd zien het bijvoorbeeld niet altijd als de jas binnenstebuiten zit. Doe de jas gewoon even goed en geef een compliment voor het zelf aankleden. Daar krijgt je kind **zelfvertrouwen** van.

Vragen? Neem contact op!

Heb je vragen over onderwerpen uit deze nieuwsbrief? Neem contact op met de Jeugdgezondheidszorg bij jou in de buurt. Voor meer informatie kun je ook kijken op [GroeiGids.nl](https://www.groeiGids.nl).



Download de app

Volg de groei en ontwikkeling van je zwangerschap of kind met onze gratis **GroeiGids app**. Vind betrouwbare



informatie, volg de groei-curves en leg bijzondere momenten vast in het groeipad. Inclusief foto's en filmpjes. Zo maak je een groeialbum als herinnering voor later.

