

Leerlijn Zelfredzaamheid

- 1.1. Hygiëne
- 1.2. Eten en drinken
- 1.3. Aan- en uitkleden

Stamlijn Zelfredzaamheid

Niveau A	Niveau B
Merkt zintuiglijke stimulatie op (aanraking, vibratie, smaken, muziek, licht) Uit lust- en onlustgevoelens Kijkt gericht enkele seconden naar een voorwerp of een gezicht in het midden van zijn blikveld Kijkt gericht enkele seconden naar een voorwerp of gezicht aan de rand van zijn blikveld Volgt bewegingen die direct in het gezichtsveld komen Volgt bewegingen tot de middellijn Volgt een horizontale beweging (van voorwerp of persoon) vanuit het midden van het blikveld Accepteert lichamelijke aanraking en bewegingen Accepteert ADL (baden, douchen, gezicht wassen, haren kammen, zich verschonen, neus schoonmaken, aan- en uitkleden) Zuigt en slikt reflexmatig Zuigt vloeibaar voedsel op of slikt het door Opent zijn mond als voedsel wordt aangeboden Reageert op nauw contact met een (vertrouwde) volwassene Laat zich kalmeren door lichamenlijk contact Laat zich kalmeren wanneer behoeften bevredigd worden (eten, verschonen, lichamenlijk ongemak verzachten)	Reageert op een bepaalde prikkel door het hoofd (of de ogen) te draaien Draait hoofd/ogen richting een geluid dat vlakbij wordt gemaakt Volgt een verticale beweging (van voorwerp of persoon) vanuit het midden van het blikveld Volgt een bewegend voorwerp met de ogen van links naar rechts en kijkt het voorwerp na in de richting waarin het verdwijnt Grijpt/reikt naar voorwerpen die net buiten bereik zijn Reageert op verschillen in smaken (zoet, zuur, zout en bitter) Reageert op verschillen in temperatuur (warm en koud) eten/drinken Reageert op verschillen in temperatuur op de huid (water, aanraking) Reageert op verschillen in textuur (glad, hard, ruw, zacht) Steunt actief op onderarmen vanuit buikligging Richt kin en schouders op in buikligging, waarbij lichaamsgewicht op onderarmen rust Rolt vanuit rugligging tot zijligging en terug Rolt vanuit rugligging tot buikligging Strekt de rug als hij geholpen wordt in de zithouding Zit met steun (ander houdt hem in zit) Heeft een goede controle over het neerleggen van het hoofd Werkt mee met aan- en uitkleden door een lichaamsdeel op te tillen of in de juiste richting te bewegen

vervolg zie volgende bladzijde

Stamlijn Zelfredzaamheid vervolg

Niveau A	Niveau B
Trapt krachtig ongericht met beide benen Draait het hoofd opzij vanuit rugligging Houdt het hoofd vast in de middellijn Beweegt het hoofd mee wanneer hij aan zijn armen wordt opgetrokken Tilt het hoofd een stukje op vanuit buikligging Draait het hoofd opzij vanuit buikligging Valt terug vanuit zijligging op de rug of buik Steunt op de onderarmen in buikligging Tilt het hoofd een stukje op vanuit rugligging Houdt de rug minder krom als hij geholpen wordt in de zithouding Brengt de handen naar de mond Houdt de handen iets geopend Houdt een voorwerp vast dat in de hand gegeven wordt Brengt de handen in de middellijn bij elkaar	Onderzoekt een voorwerp met de mond Grijpt/reikt vanuit rugligging naar voorwerpen in het midden van zijn blikveld Pakt met zijn handen zijn voeten Bekijkt een voorwerp voor het in de mond te stoppen Wisselt zijn blik van het ene voorwerp/persoon naar het andere

1.1. Hygiëne

1	2	3
Herkent een kam en/of haarborstel als verwijzers voor verzorgen van de eigen haren Herkent een washand/doekje als verwijzer voor het wassen Herkent luier of wc-rol als verwijzers voor toiletgang	Herkent tandenborstel en -pasta als verwijzers voor tanden poetsen Associeert een zakdoek met een vieze neus of mond Steekt handen onder een stromende kraan	Maakt wasbewegingen over zijn hoofd en lichaam Maakt kambewegingen met een aangereikte kam of borstel Geeft het verbaal of non-verbaal aan wanneer hij nat of vies is Stopt zelf een tandenborstel in de mond Imiteert het afvegen van de neus wanneer het hem wordt voorgedaan
4	5	6
Maakt poetsbewegingen met een tandenborstel (nog niet echt poetsen) Maakt zelf was- en poetsbewegingen rond de neus met aangereikte zakdoek/washand Accepteert/verdraagt de douchestraal op de lichaamsdelen Ervaart een vieze neus als onprettig Accepteert zitten op het toilet	Steekt een washand onder de kraan en knijpt overtollig water er een beetje uit Maakt een wasbeweging met de handen Blijft staan/zitten onder de douche Wrijft shampoo in zijn haren Houdt de tandpasta in de mond i.p.v. door te slikken Zit op het toilet en doet af en toe een plas Maakt na het tandenpoetsen een spuugbeweging Maakt een droogbeweging bij het wassen van de handen en het gezicht	Draait een kraan open en dicht Spoelt zijn mond met een aangereikte beker water Gebruikt een spiegel bij het wassen van zijn gezicht Gebruikt een spiegel bij het kammen Maakt afdroogbewegingen over zijn hoofd en lichaam met een handdoek Vult zelf een beker met water Veegt een vieze neus oppervlakkig af Snuut (blaast door de neus) Is klokszindelijk (plast op vaste tijden, draagt geen luier) Gebruikt zelf zeep bij het (handen) wassen Spuugt tandpasta uit na het tandenpoetsen

Aansluitende doelen VSO-leerlijnen

Mens, natuur en techniek
2.2. Hygiëne
Wast zijn handen na elk toiletbezoek Houdt zich aan regels rond boeren, niezen en hoesten die thuis en in de klas gelden

1.2. Eten en drinken

1	2	3
Slikt fijngemaakt gewoon voedsel door Kauwt zacht voedsel (banaan, brood) Herkent concrete verwijzers voor eten en drinken Opent de mond wanneer een lepel bij de mond wordt gehouden	Eet zelf met de handen (stukjes brood) Maakt hapbewegingen (banaan afhappen)	Maakt beweging met bestek van bord naar mond (hoeft bestek niet te vullen) Houdt zelf een beker vast met twee handen Drinkt zelf uit een aangepaste beker Zuigt door een rietje Kauwt harder voedsel (appel, cracker)
4	5	6
Geeft een leeg bord terug aan de leerkracht Drinkt uit een beker die een ander vasthoudt Brengt gevulde vork naar de mond	Vult zijn lepel en eet van de lepel (knoeien mag) Prikt stukjes brood aan een vork Eet een boterham-uit-het-vuistje Drinkt uit een gewone beker zonder te morsen	Eet doorgaans met een gesloten mond Eet met een lepel (zonder knoeien) Houdt een beker drinken in één hand Maakt een smeerbeweging met een mes Eet zijn mond eerst leeg en neemt vervolgens een nieuwe hap Pakt zijn eigen brooddoosje en beker uit zijn tas/kast

1.2. Eten en drinken

Aansluitende doelen ZML-leerlijnen

Wonen en vrije tijd 1.1. Eten en drinken	Wonen en vrije tijd 1.3. Tafeldekken
Begrijpt de begrippen happen, drinken, heet, mmm, koek, eten, op (eten) Eet en drinkt zonder hoesten of verslikken Geeft aan honger of dorst te hebben Geeft aan (wijzend) wat hij op brood wil of wil drinken bij een keuzemogelijkheid Maakt onderscheid tussen eetbaar en niet eetbaar, schoon en vies voedsel Zit vijf minuten stil en recht aan tafel tijdens de maaltijd Gebruikt het mes aan de dominante kant (nog niet snijden) Eet zijn mond leeg voordat hij praat Blijft aan tafel zitten tijdens de maaltijd Gebruikt woorden om aan te geven wat hij wil eten en drinken (kaas, pasta, jam, boter(ham), melk)	Legt zijn eigen placemats op tafel Legt borden, bestek en bekers op tafel Benoemt vijf voorwerpen die op tafel staan bij de lunch (boter, brood, hagelslag)

Aansluitende doelen VSO-leerlijnen

Mens, natuur en techniek	Mens, natuur en techniek
1.1. Gezond eten	1.3.Afwassen
Eet en drinkt zonder hoesten of verslikken Geeft aan honger of dorst te hebben Begrijpt de begrippen happen, drinken, heet, mmm, koek, (op)eten Geeft aan (wijzend) wat hij op brood wil of wil drinken bij een keuzemogelijkheid Drinkt met een rietje Maakt onderscheid tussen eetbaar en niet eetbaar, schoon en vies voedsel	Heeft begrip van het aan tafel zitten tijdens het eten Legt zijn eigen placemats op tafel

1.3. Aan- en uitkleden

1	2	3
Werkt mee door verschillende lichaamsdelen actief te gebruiken (doet wat hij kan om mee te helpen) Trekt samen met een ander een kledingstuk naar beneden of omhoog Trekt zelf een makkelijk kledingstuk uit (sok, muts) Herkent verwijzers voor het aan- en uittrekken van kleding	Trekt uit zichzelf een aangetrokken kledingstuk naar beneden of omhoog Begint op verzoek een kledingstuk aan of uit te trekken, waarna een ander verder helpt	Trekt op verzoek een kledingstuk uit, mits voorbereid (trui over het hoofd) Trekt samen met een ander een grote rits omhoog of los Gooit op verzoek een uitgetrokken kledingstuk in de waszak Pakt een aan te trekken kledingstuk Vindt zijn eigen jas op de kapstok
4	5	6
Trekt op verzoek een kledingstuk aan, mits voorbereid (trui over het hoofd) Trekt na beginnetje van een volwassene zelf een grote rits los Trekt veters los Helpt met het uitkleden door (losgemaakte) schoenen uit te doen	Trekt zelf een makkelijk zittend kledingstuk aan en uit (mag binnenstebuiten) Trekt na beginnetje van een volwassene zelf een grote rits omhoog Hangt zijn jas op de juiste plek op de kapstok Sluit een klittenbandsluiting (van een schoen) Gooit uit zichzelf uitgetrokken kledingstukken in de waszak	Trekt zelf een kledingstuk aan en uit (mag binnenstebuiten) Maakt zelf zijn rits los Maakt grote knopen los en vast Maakt, als de situatie dat vereist, zelf aanstalten om kleding aan of uit te trekken

1.3. Aan- en uitkleden

Aansluitende doelen ZML-leerlijnen

Wonen en vrije tijd
3.1. Kleding aantrekken en verzorgen
Werkt mee als zijn jas of ander kledingstuk wordt aangetrokken
Vindt zijn eigen jas op de kapstok
Hangt zijn jas op de juiste plek op de kapstok