

Dinosaur stamp



STAMPEN

Laat je kind met z'n voeten stampen op de grond, als één dinosaurus.

Zeg: 'Ik ben een grote dinosaurus en ik loop door de jungle!' en zet stevige voetstappen door de kamer. Hey, jij dino, stamper damper met me mee, op zoek naar....eten of bedenk iets wat op dat moment past.



WAAROM HET WERKT?

Stampen als een dinosaurus biedt sterke proprioceptieve input door de benen en voeten, wat helpt te gronden en te kalmeren. Het overactieve zenuwstelsel laat door deze bewegingen het teveel aan energie los.

Children don't say: 'I had a hard day, can we talk?' They say: 'Will you play with me.'