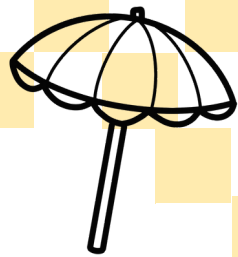
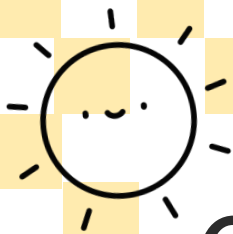


BUITENLOL & BINNENPRET

HET LEERZAME
-ZOMER DOEBOEK-

van Praktijk Liefs
& Wall-vis



Over ons

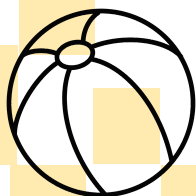
Hoi! Ik ben Linda, moeder, kindercoach en oprichter van **Praktijk Liefs**.

Ik werk met kinderen die anders leren, anders voelen en soms even niet passen in het 'gewone plaatje'. En juist die kinderen raken mij. Omdat ik zie hoe krachtig ze zijn, als je maar kijkt met andere ogen.

Als kind had ik ontzettend veel moeite met het basisonderwijs, ik snapte werkelijk waar niks van wat er werd verteld op school. Ik zat altijd te dagdromen en zat ik wel in de klas maar mijn gedachten waren ergens anders. Ik werd gepest en met regelmaat werd ik in elkaar geslagen omdat ik dat domme meisje was uit de klas. Ik was echt die zwakke schakel.

En de overtuigingen dat ik niet goed genoeg ben, dom of raar kunnen mij nog steeds overvallen. Ik was zo onzeker en zo bang dat anderen mij niet leuk vonden. Na een dikke burn-out nam ik de teugels in handen en ben ik voor het leven gegaan waar ik blij van wordt en niet die ander.. dus daar hoorde bij dat ik iets zou gaan creëren voor de kinderen die ik vroeger ben geweest. Toen de brief van de toelatingstoets op de mat viel durfde ik hem niet te openen... maar er stond HBO.. Hoe dan, ik was toch dat domme meisje!

Toen mijn zoon **Mas** in het basisonderwijs terechtkwam, ontdekte ik weer hoe weinig ruimte er is voor wie nét een andere gebruiksaanwijzing heeft. Zijn gevoelige brein, zijn lijf dat niet stil wilde zitten, zijn behoefte aan duidelijkheid én



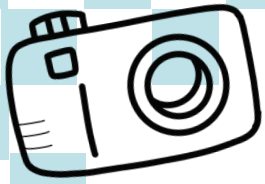
vrijheid... het werd niet altijd begrepen. En dat deed iets met hem. En met mij.

Ik voelde: dit kan anders. Dit móét anders.

Niet met nóg meer druk en regels. Maar met liefde. Met zachtheid én stevigheid. Met ruimte om te bewegen, te spelen en te zijn wie je bent. Zo ontstond Praktijk Liefs.

Liefs Linda

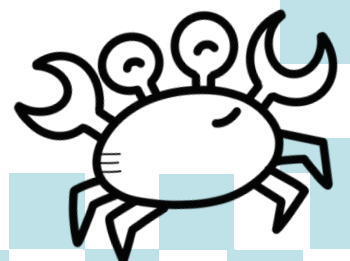
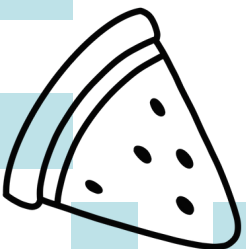


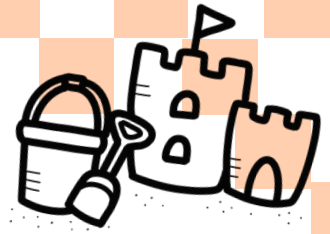
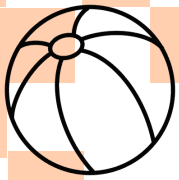


Hoe werkt het brein van je kind?

In ons onderwijssysteem gaan we er bijna vanuit dat elk kind hetzelfde leert. Helaas is dit niet zo. 20% van de kinderen op school hebben moeite met leren. En dat heeft alles te maken met de dominantie van het brein.

We nemen je even mee, als kinderen worden geboren is ten alle tijden het rechtergedeelte van het brein dominant. Met dit brein kun je overleven in dat gedeelte zitten je emoties voor als je een poepbroek hebt of honger en heel graag een slokje melk wilt. Een net geboren baby praat niet maar doormiddel van het tonen van emoties snappen wij dat er een behoefte is. Baby's hebben ook een sterke intuïtie en zijn ook heel gevoelig. Ze ontwikkelen door het gebruik van hun zintuigen en die ontwikkelingen zorgen voor verbindingen met het linkerbrein waar het stukje taal zit en de getallen en door die ontwikkelingen gaat jouw kindje praten en leren tellen en elke dag komen er weer verbindingen bij en 80% van de kinderen maakt dus rond een jaar of 6 de overstap naar het linkerbrein en is dus eigenlijk het kind klaar voor het werk van groep 3 en zal weinig tot geen moeite ervaren met de lesstof op school. Deze kinderen leren stap voor stap zoals het wordt aangeleerd op school.





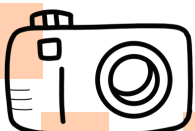
Maar bij 20% blijft dat rechterbrein dominant en eigenlijk zie je dit al terug in de gehele ontwikkeling dit kunnen kinderen zijn die heel heftig zijn in emoties, heel gevoelig, slaapproblemen maar ook moeite met het aanleren van praten bijvoorbeeld. Dit zijn kinderen met een grote fantasie en vaak ook een sterke wil. Ze hebben ook vaak een hyperfocus voor specifieke onderwerpen zo wil mijn zoontje boer worden.. hij was drie en kon er al zoveel over vertellen en dat blijft. Dat rechterbrein is visueel maakt beelden van gesproken taal en ook weer andersom.

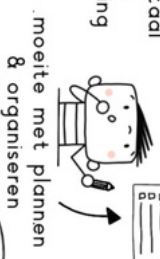
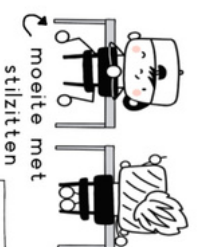
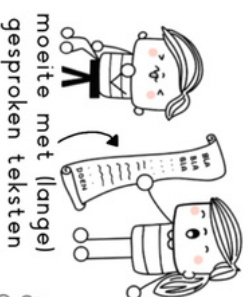
Ik benoem wel eens de som met Er zitten 3 kippen in het hok, elke dag leggen zij 1 ei hoeveel eieren heb je na een week.... Een linksbrein denk ohh dat is 3×7 een rechtsbrein..... bedenkt eerst 3 kippen.. die kippen moeten een naam hebben, dat hok moet mooi zijn, dan gaan ze eieren erbij bedenken. Oooh dat kunnen bruine of witte eieren zijn.. hoe kan dat eigenlijk verschillende eieren.... Uhuh wat was de som?????

Heel logisch dat er allerlei diagnoses om hun oren gaan vliegen van ADHD, ADD, dyslexie en ga zo maar door.

Alle kinderen leren door te bewegen en het gebruik van hun zintuigen dus of je nu een links of rechtsbreinig kind hebt, dit werkboek hebben we gemaakt zodat kinderen de lesstof beleven, ervaren, proeven en ondertussen delen we waardevolle tips met jullie. Ohh en het belangrijkste kinderen hoeven zich niet te vervelen en hebben jullie ook vakantie.

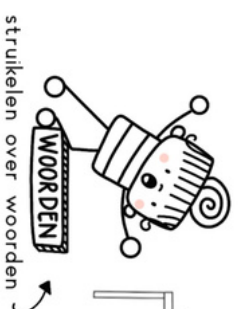
Liefs Linda en Mariëlle.



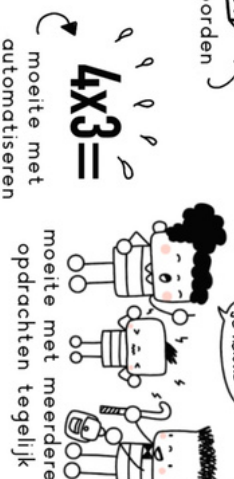
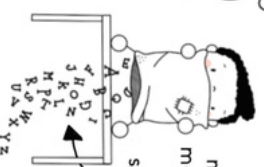


maakt je thuiswerk

ruim je spullen op?



struikelen over woorden

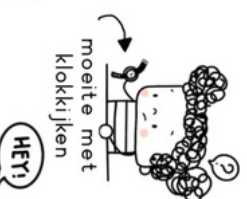


moete met automatiseren

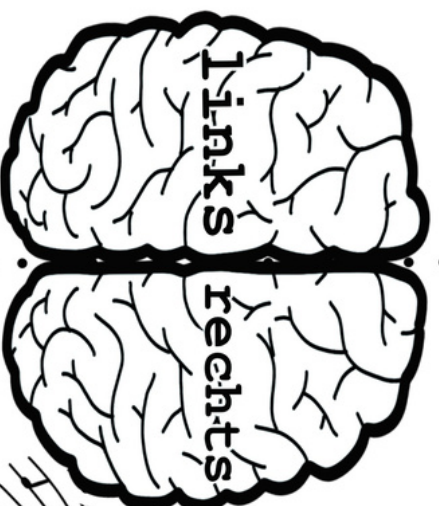
4x3=



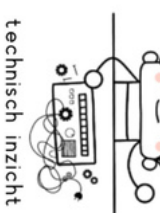
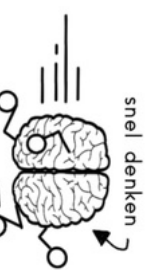
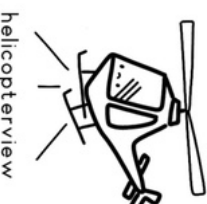
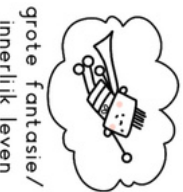
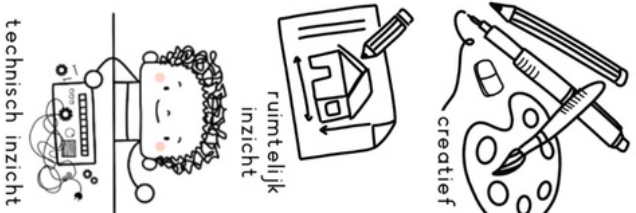
"Eh"



HEY!



Waar loopt een beelddenker tegenaan?



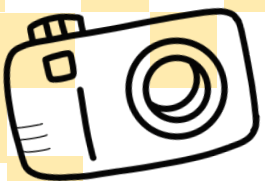
probleem oplossend

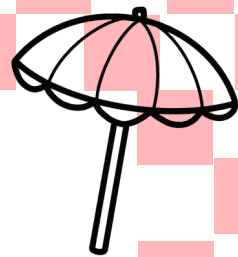
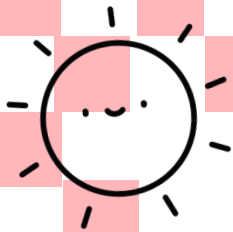


interesse voor natuur



Waar is een beelddenker goed in?





Waarom spelenderwijs?

Spel is de natuurlijke taal van kinderen. Kinderen leren en ontwikkelen door te bewegen, het gebruiken van hun zintuigen. Tijdens het spelen oefenen ze met vaardigheden, zonder dat het 'moet'. Ze durven meer, zijn nieuwsgierig en in beweging – en dat activeert het hele brein. Het gebruik van **zintuigen, beeld, kleur en beweging** helpt om de lesstof op meerdere manieren te 'landen' in het hoofd.

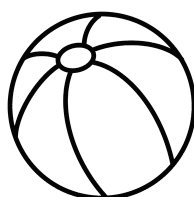
Een kind dat mag **ervaren in plaats van alleen onthouden**, groeit met meer zelfvertrouwen, plezier en verbinding.

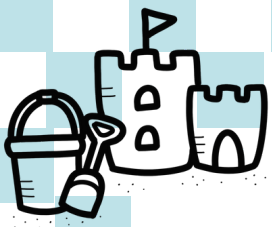
Dit doeboek is niet alleen leerzaam, het is een beleving. Voor het hoofd, het hart én het lijf.

Laat je kind ontdekken in zijn eigen tempo. Ga mee op avontuur, als je wil. En geniet van wat er gebeurt als leren weer leuk wordt.

Veel kinderen zijn allergisch voor **moeten**, ze moeten immers als zoveel.

Het is niet de bedoeling dat jullie het boek ook zo gebruiken, kijk wat bij jullie past. Ik neem jullie mee in een wereld wat belangrijk is voordat het kind tot leren komt. We prikkelen het enthousiasme. Hoe de opdrachten ook uitgevoerd worden er is geen goed of fout.





Voel & Verken

Een zintuiglijk begin – perfect voor vakantie, thuis of onderweg

 **Welkom bij je eerste avontuur!**

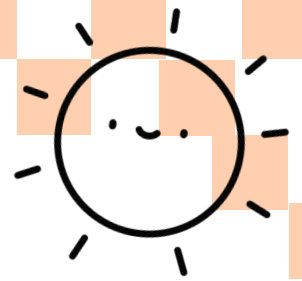
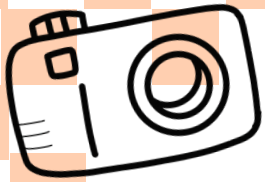
We gaan op ontdekkingstocht met... *je zintuigen!* 🧠👂👁️👋

Wat hoor je? Wat voel je? Wat ruik je? Wat zie je? 🌿🎵☀️

Door te spelen met je zintuigen word je hoofd lekker rustig en je aandacht superscherp. Een fijne manier om de dag te beginnen, als energizer tussendoor of als spelletje onderweg. Zelfs tijdens die lange autorit naar je vakantiebestemming kun je jouw zintuigen aan het werk zetten. 🛣️🌍

Dus... klaar voor wat speelse zintuigenpret? Let's go!





Zintuigspelletjes voor onderweg

1. 👁️ Ik zie, ik zie wat jij niet ziet

Een klassieker! Kies iets wat je ziet en zeg de kleur: "Ik zie, ik zie wat jij niet ziet en de kleur is... blauw!" Laat de ander raden wat het is.

2. 🦻 Geluidenbingo

Luister goed naar de geluiden om je heen. Wie hoort als eerste:

- een vogel
- een toeter
- een zucht
- een omroepstem
- een knisperend zakje?

3. 🦃 Neusdetective

Sluit je ogen en laat iemand een geur onder je neus houden (een snoepje, handcrème, fruit, deo...). Raad wat het is!

4. 🖐️ Ra ra wat voel ik?

Stop iets kleins in een zakje (paperclip, knuffeltje, steentje). Laat iemand voelen zonder te kijken: wat zou het kunnen zijn?

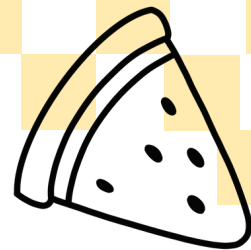
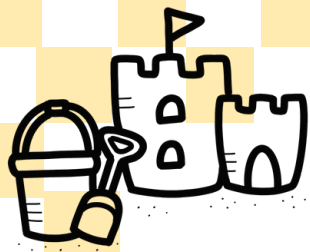
5. 🍷 Smaaktest (voor de durfals!)

Doe dit op een veilige plek zoals in het vliegtuig of op een boot met snackjes. Sluit je ogen en proef iets kleins: chips, rozijn, stukje komkommer... Raad de smaak!

6. 🎵 Neurie het liedje

Iemand neuriet een liedje, de ander raadt welke het is. Tip: hou het bij kinderliedjes of bekende hits!





7. 🌬️ Windwijzer

Voel aan je huid: waait het? Komt het van voren of van opzij?
Kun je de wind 'vangen' met je handen of gezicht?

8. 🧠 Mini-geheugenspel

Kijk 20 seconden uit het raam en sluit dan je ogen. Noem zoveel mogelijk dingen op die je zag. De ander controleert!

Zintuigen-speurtocht Op ontdekking in en om het huis

Voor ouders:

Deze speurtocht is ontworpen om kinderen met al hun zintuigen te laten ontdekken. Hij is eenvoudig uit te voeren in huis, in de tuin of in het park. Kinderen mogen dingen zoeken, voelen, ruiken, luisteren en bewegen. Perfect voor wiebelaars, denkers en dromers!

🌍 Speurtochtopdrachten:

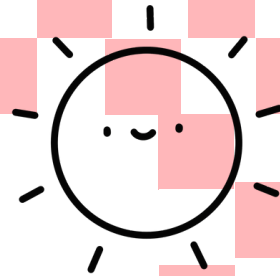
1. Voelen met je voeten

Zoek iets dat zacht voelt en iets dat prikt.
Wat voelde jij?

2. Zoek iets met een geur

Wat ruikt lekker? Wat ruikt gek?
Wat rook je en waar lag het?





3. Vind iets dat geluid maakt

Kun je het geluid nadoen?

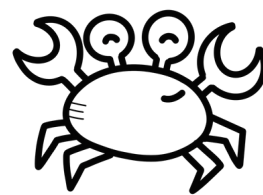
Wat hoor je?

4. Kijk om je heen: iets met jouw lievelingskleur

Wat vond je in die kleur?

5. Raak iets warms en iets kouds aan

Wat was warmer dan je dacht?



6. *Speur een natuurlijk voorwerp op*

Een blad, takje, steentje of bloem.

Hoe voelt het? Wat valt je op?

7. Doe 5 gekke sprongen op een plek die jij mooi vindt

Waarom koos je deze plek?

Rugteken-raadsel

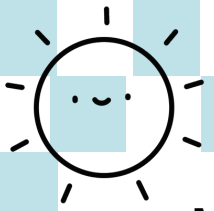
Laat iemand een tekeningetje of een woord op je rug tekenen met hun vinger.

- Wat voel je?
- Kun je raden wat het is?
- Of probeer het na te tekenen op papier! 

Je kunt het ook omdraaien: jij tekent, de ander raadt.

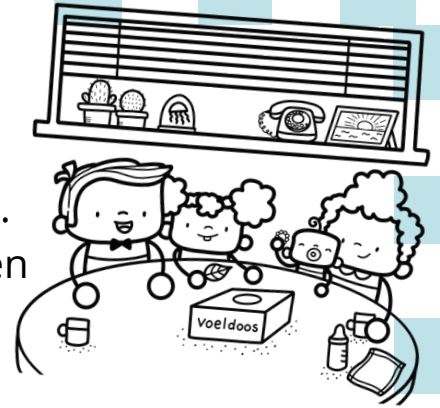
Extra uitdaging: schrijf een woord *spiegelschrift* of teken iets met gekke vormen. Gegiechel gegarandeerd!





Maak een Voeldoos 🙌

Zoek 5 voorwerpen met verschillende structuren (zacht, ruw, glad, pluizig, bobbelig). Stop ze in een doos of zak. Laat iemand voelen zonder te kijken.



Vraag: Wat denk je dat het is? Hoe voelt het?

De Geluidenzoeker 💡

Ga samen buiten of open een raam. Sluit je ogen en luister 1 minuut.

Vraag: Wat hoor je allemaal?

👉 Teken of schrijf het op. Welke geluiden zijn dichtbij? Welke ver weg?

Geurenspelletje 🕯️

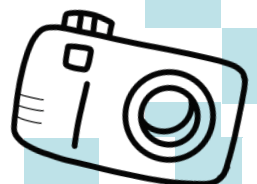
Laat iemand 3 potjes vullen met kruiden of geuren (bijv. kaneel, munt, citroen). Raad de geur met je ogen dicht.

Vraag: Waar doet de geur je aan denken?

Zintuigenbingo 🎯

Maak een bingo-kaart met zintuiglijke opdrachten:

- iets zachts aanraken
- iets kouds voelen
- iets roods zien
- iets warmes ruiken
- Een geluid nadoen
- 👉 Kleur een vakje in als je het hebt gedaan.





Kijk-kracht & Ogen-op-avontuur!

☀ Thema: Oogmotoriek & Aandachtig kijken

Kinderen gebruiken hun ogen de hele dag. Om te lezen, schrijven, rekenen, bouwen en navigeren in de wereld. Maar... hoe goed werken die ogen samen? Bij heel veel kinderen met een leesprobleem, dyslexie of ADD, ADHD is de kans groot dat misschien de ogen niet zo goed samenwerken met elkaar of zelfs moeite hebben met samenwerken met de hersenen. Kijken ze soepel? Volgen ze wat er beweegt? Deze les maakt van **kijken een beleving** – met spel, beweging en plezier.

🌈 Opdrachten & Activiteiten

☀ Thema: Oogmotoriek & Aandachtig kijken

1. Ogen-Opwarmertje: Kijk wat ik doe!

- Ga tegenover elkaar staan (ouder & kind of kind & kind).
- Eén doet een beweging, de ander volgt met zijn ogen (niet het hoofd!).

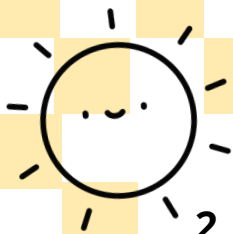
💡 Bijvoorbeeld: hand op en neer, gekke gebaren, vingers wiebelen.

➡ Wissel om! Wie is de beste 'volger'?

. Zoek de verschillen – in het echt!

- ♥ Leg 5 spulletjes neer (bijv. uit de tuin of keuken).
- 💙 Laat het kind 10 seconden kijken, dan even omdraaien.
- ♥ Verander 1 ding.
- 🔍 Kan jouw kind zien wat er veranderd is?





2. Zoek de verschillen – in het echt!

- ♥ Leg 5 spulletjes neer (bijv. uit de tuin of keuken).
- ♥ Laat het kind 10 seconden kijken, dan even omdraaien.
- ♥ Verander 1 ding.
- 🔍 Kan jouw kind zien wat er veranderd is?

3. Ogen & Lichaam in actie – de Ballenbaan!

🏐 Gooi een (lichte) bal naar elkaar over en laat de ogen volgen.

🎯 Extra uitdaging:

- Wissel met links/rechts
- Gooi laag of hoog
- Gooi met effect (draaiende beweging)

🧠 Benoem wat je kind voelt: waar kijk je naartoe? Wat helpt om goed te vangen?

4. Focus-oefening: Staarspelletje!

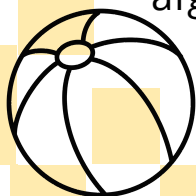
Wie kan het langst naar een stip (of elkaar) kijken zonder te knipperen of te lachen?

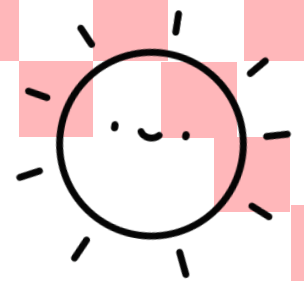
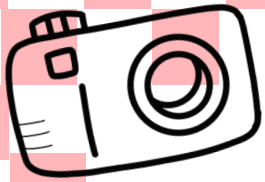
Of... maak een tekening met een stip waar je kind z'n ogen op richt terwijl jij iets eromheen doet om af te leiden.

💡 Lukt het om geconcentreerd te blijven?

💡 Tip voor ouders:

Veel kinderen hebben ongemerkt moeite met oogvolgbewegingen of het overschakelen van veraf naar dichtbij (bijv. schoolbord naar werkboek). Door deze speelse oefeningen worden de oogspieren en de hersenen beter afgestemd – wat helpt bij lezen, schrijven én concentreren

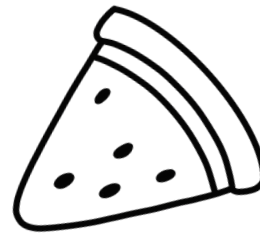




10 simpele opdrachten

Tijttaart of pizza bakken

Bak samen met een volwassene een taart of pizza, help mee afwegen, mixen en roeren en als de taart klaar is deel je die in 'taartpunten' en gebruik je een hele taart als heel uur, door de helft is half uur, kwart voor & over en kijk maar of je hem nog kleiner kunt verdelen in 5 minuten..

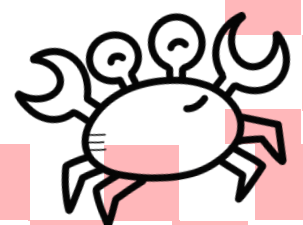


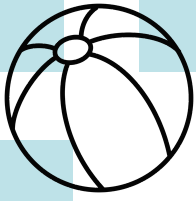
Stoelendans

Zoek wat vriendjes, vriendinnetjes, papa's. mama's broertjes of zusjes bij elkaar en zet alle tuinstoelen bij elkaar (of iets waar je op kunt zitten). Wel net 1 minder dan het aantal deelnemers zet een leuk muziekje op en iedereen gaat lopen, dansen en swingen. Als de muziek stopt dan is degene zonder zitplek af. En elke keer haal je er een zitplek weg en uiteindelijk blijft de winnaar over.

Loop als een kapotte robot.

En die is lastig johhh. Loop totaal tegenovergesteld dan hoe je normaal loopt. Gegarandeerd plezier. Dit zijn echte breinkrakers. Als het robotloopje je goed lukt gaat een ander een reeks instructies geven (bijv. "loop naar de stoel, pak een boek, spring 3x") en je moet ze correct uitvoeren. Werkt aan werkgeheugen en volgorde. Wat ook leuk is om te doen.. met je andere hand eten, schrijven of kralen rijgen. Deze zou je dagelijks moeten doen.. Werkt perfect.





een
hele
pizza



100%

een
halve
pizza



50%

een
kwart
pizza

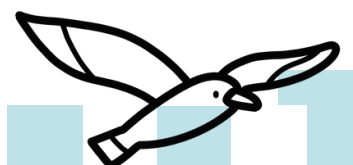
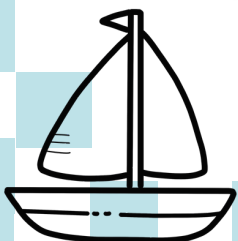


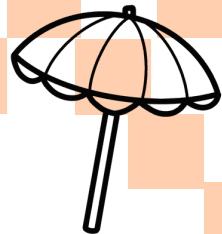
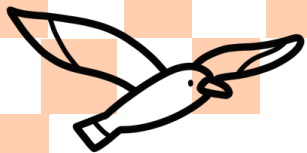
25%

een
derde
pizza



33,3%





Emotiespel

Kaarten met emoties → kind rent naar een plek, pakt een kaart en bedenkt een situatie waarbij je dat voelt. Versterkt zelfinzicht en flexibiliteit.

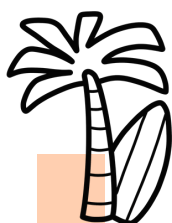
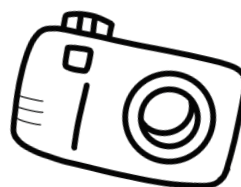
Ik zie, ik zie wat jij niet ziet

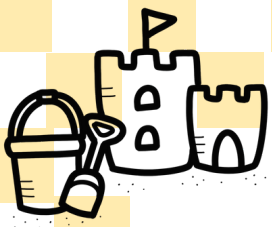
Om goed te kunnen lezen en schrijven is het heel belangrijk dat je ogen doen wat ze moeten doen en omdat we steeds meer werken en kijken op schermen trainen we onze ogen niet meer. Dus als je in de auto zit, of je stierlijk verveeld ga je het volgende spelletje spelen.. Gegarandeerd plezier.

Lingo

Een woordspel waarbij je woorden van een bepaald aantal letters moet raden. Je krijgt de eerste letter van het woord te horen en moet dan proberen het hele woord te spellen. Dit spelletje moet wel worden opgebouwd in niveau. Maar ga eens aan de slag met deze woorden. En ga met deze woorden eens rijmen dan ontstaan er zo nog meer woorden.

- Vis
- Kat
- Muis
- Roos
- Doos
- Muur
- Tak
- Mat
- Mis
- Boom
- Room





Letterjacht

Ga op letterzoektocht: zoek voorwerpen in huis of buiten die beginnen met de letter "S", "B", enz. maak lekker een fijne wandeling of fietstocht en ga opzoek naar de voorwerpen. Wat heel leuk is om ook nog te doen is om het woord letter voor letter op te noemen en als dat simpel gaat worden dan het woord van achter naar voor spellen.

Nummerbord rekenen

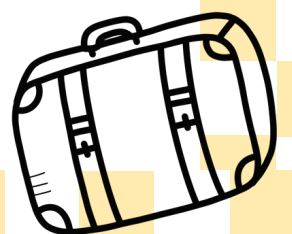
Zoek kentekens en maak plus, min en keer sommen of juist splitsingen wat zijn de eenheden wat de tien of zelfs honderdtallen. Of wat moet erbij om op een rond getal uit te komen. Dus schermpjes uit en rekenen maar.

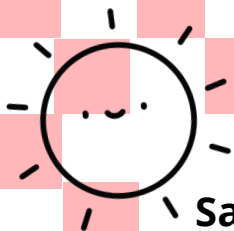
Spring de som

Teken met (bijv. met stoepkrijt) een huppelparcours op de stoep en laat iemand sommen opnoemen en jij springt juiste antwoord. Automatiseren met beweging. Ideaal!!h

Rekenschat zoeken

Vraag aan papa of mama of ze papiertjes willen verstoppen met getallen 1 tot 10 in huis of buiten. Dat kan met van die kleine memo briefjes. Stop ze door het hele huis of tuin !! Twee briefjes bij elkaar zoeken en benoem of het plus, min of keer is en het kind rekt uit.





Samen geld uitgeven

Ga samen met papa of mama om boodschappen voor bijvoorbeeld de picknick of bbq. Bekijk eerst eens de folder van de winkel waar jullie heen gaan. Wat heb je nodig? Maak maar eens een boodschappenlijstje. Wat kost dat allemaal? Hoeveel centjes moeten jullie meenemen? Dit kan natuurlijk ook voor andere boodschappen maar het gaat erom dat kinderen kijken naar wat hebben we nodig, wat kost het, en hoeveel geld moeten we dan meenemen.

Voelen & raden

Stop natuurlijke materialen (blad, steen, kastanje) in een doos. Een blinddoek om en voelen maar, raadt jij het goede antwoord?

Dierenbewegingen

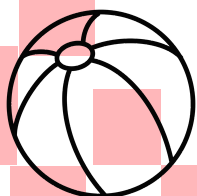
Bespreek een dier (bijv. kikker, beer) → kind bootst de bewegingen na. Combineer natuurkennis met motoriek.

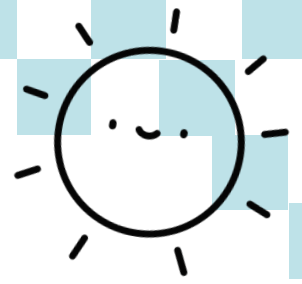
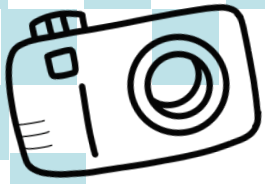
Schilder met je twee handen

Beeld een gevoel uit met kleuren zonder kwast. Stimuleert expressie en sensoriek.

Teken wat je ruikt

Laat het kind iets ruiken (bijv. munt, koffie) en teken wat erbij past. Versterkt geurassociaties en creativiteit.





Koken!

Meten, wegen, tellen en smullen – je leert het allemaal in de keuken. Papa's en mama's hebben tenslotte ook vakantie

Wat gaan we doen?

We gaan wegen, meten, delen en tellen alsof we echte koks zijn. Want wist je dat koken eigenlijk stiekem één grote rekenles is?

Opdracht 1: Weet wat je weegt

Nodig: keukenweegschaal, 3 tot 5 ingrediënten (bijv. banaan, boter, havermout, bloem, rozijnen)

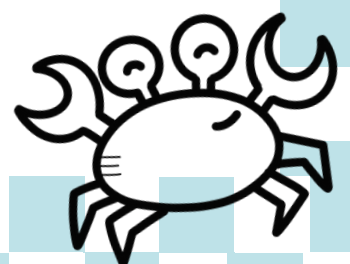
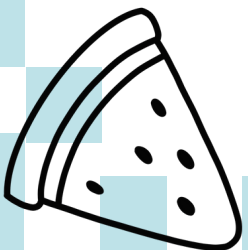
Spel:

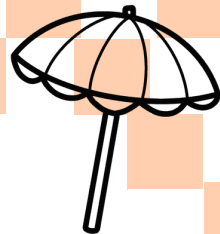
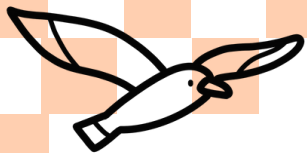
- Weeg elk ingrediënt en noteer het gewicht.
- Welke is het zwaarst? Welke het lichtst?
- Hoeveel gram zijn ze samen?

Wat is een maatbeker?

Een maatbeker is een speciaal bekertje waarmee je precies kunt meten hoeveel vloeistof je nodig hebt. Bijvoorbeeld water, melk of sap.

Op de maatbeker staan lijntjes met cijfers erbij. Die cijfers vertellen hoeveel milliliter (ml) of liter (l) er in het bekertje past.





Waarom is dat handig?

Als je een recept volgt, moet je vaak precies weten hoeveel je van iets gebruikt. Met een maatbeker weet je zeker dat je niet te veel of te weinig doet!

Zo gebruik je een maatbeker:

1. Zet de maatbeker op een vlakke tafel.
2. Giet voorzichtig de vloeistof in het bekertje.
3. Kijk goed op ooghoogte naar de cijfers en lijntjes.
4. Stop met gieten als de vloeistof precies bij het lijntje komt dat je nodig hebt.

Wist je dat? 🧐

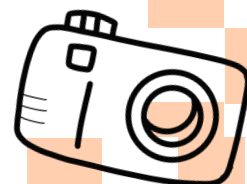
- 1000 milliliter (ml) is hetzelfde als 1 liter (l).
- Kleine maatbekers meten soms al 100 ml of 250 ml.
- Je kunt een maatbeker ook gebruiken om te tellen hoeveel kopjes je nodig hebt, bijvoorbeeld 4 kopjes water is ongeveer 1 liter.

Voor we gaan koken moeten we ook kopen. We hebben boodschappen nodig en daarvoor moeten we even uitrekenen wat we nodig hebben. Hieronder vind je een boodschappenlijstje waar je alles op kunt schrijven.

🍌 Receptenrekenen

Voorbeeldrecept (Mini-bananenpannenkoekjes):

- 1 banaan
- 2 eieren
- 3 eetlepels havermout
- Snuf kaneel





Spel:

- Verdubbel het recept → hoeveel heb je van alles nodig?
- Halveer het recept → hoeveel gebruik je dan?
- Maak voor 4 kinderen → hoeveel eieren heb je dan nodig?

✓ Extra opdracht: Maak een boodschappenlijst met hoeveelheden (gram/ml/stuks).

Opdracht 4: Tijd voor de timer

Spel: Zet de kookwekker voor 10 minuten.

Wat kun je in die tijd voorbereiden of opruimen?

Laat kinderen zelf inschatten hoeveel tijd iets kost (bijv. eieren klutsen = 2 minuten?).

✓ **Oefening klok kijken (digitaal + analoog):**

Je begint om 14:10 uur. Je bakt 15 minuten. Hoe laat is het dan klaar?



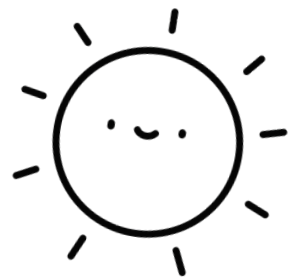
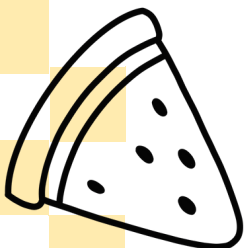
Bonus: Reken het recept!

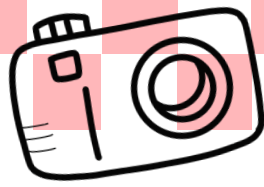
Laat kinderen hun eigen recept bedenken en erbij rekenen:

- Hoeveel gram? Hoeveel lepels? Hoeveel tijd?
- Wat als je het voor 2, 4 of 6 mensen maakt?



(eventueel in te vullen op een printbare "Receptenrekenkaart")





Koken = rekenen + plezier + proeven!

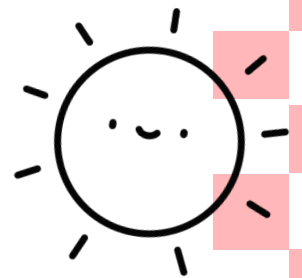
En het mooiste? Je mag alles opeten als je klaar bent 😊

🧙♀️ **Heksensoep met Regenboogslim**

Een magische soep vol kleur, geheimzinnige ingrediënten en een snufje toverspreuk.

Ingrediënten:

- 1 handje groene erwten (kikkerwratten)
- 2 wortels (drakenstaarten)
- 1 handje vermicelli (slangensliertjes)
- 500 ml water (toverdrank)
- 1 bouillonblokje (toversteen)
- Eventueel: een snuf glitter (peterselie)

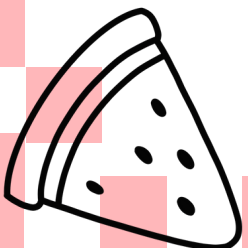


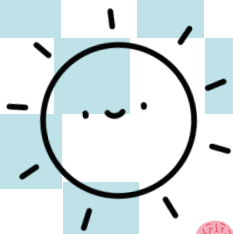
🧮 **Rekenopdrachten:**

- Hoeveel ingrediënten gebruik je in totaal?
- Meet 500 ml water → hoeveel kopjes is dat?
- Wat als je de soep voor 4 heksen maakt?

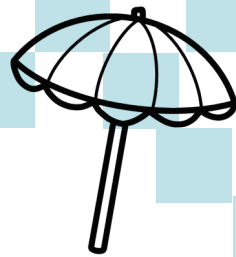
🎃 **Speelopdracht:**

- Verzin je eigen magische ingrediënt en teken het erbij!





Geheugensmoothie



Een smoothie die je brein wakker maakt met bessenpower en rekenkracht!

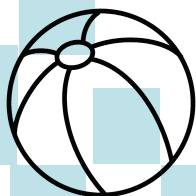
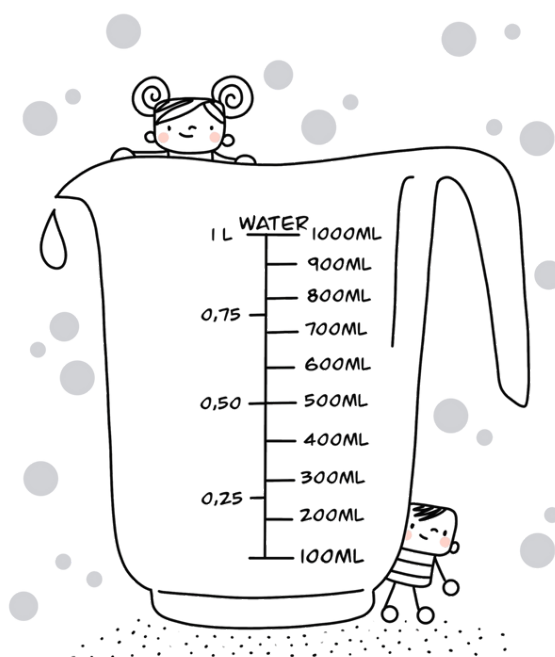
Ingrediënten:

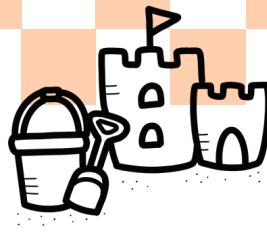
- 100 ml yoghurt of plantaardige melk
- 1 banaan
- 1 handje blauwe bessen
- 1 eetlepel havermout
- 1 theelepel honing



Rekenspel:

- Tel hoeveel ingrediënten je gebruikt
- Meet 100 ml – hoeveel keer moet je je maatbeker vullen?
- Hoeveel smoothie krijg je in totaal? Kun je het delen met 2 personen?





Regenboogspiesjes

Zon op een stokje! Perfect voor op reis of als vrolijk tussendoortje.

Ingrediënten:

- Rode aardbeien
- Oranje stukjes meloen
- Gele banaan
- Groene kiwi
- Blauwe bessen
- Paarse druiven
- Satéprikkers



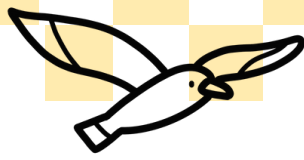
Spel:

- Maak een regenboog op volgorde (rood-oranje-geel-groen-blauw-paars)
- Hoeveel stukjes fruit gebruik je per spies?
- Maak er 3 → hoeveel stuks heb je dan in totaal nodig?

Extra rekenvraag:

- Verzin een ander patroon met fruit → teken en tel!





Ritmerakkers & Klankkriebels

☀ Thema: Taal, luisteren & ritmegevoel

Taal begint niet met letters, maar met **luisteren, klanken horen, herhalen en ritme voelen**. In deze les gaan kinderen op ontdekkingsstocht met hun oren én hun lijf. Zo wordt taal iets wat je hoort, voelt, zingt en speelt.

- Auditieve aandacht en luistervaardigheid versterken
- Taalgevoel ontwikkelen door ritme en rijm
- Plezier beleven aan klanken, woorden en muziek
- Verbinding tussen lijf, brein en taal leggen
- Woordenschat vergroten

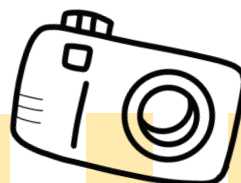
🎵 Opdrachten & Activiteiten

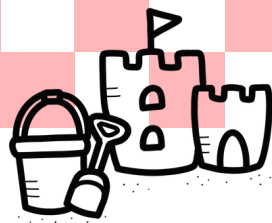
1. Ritme Rammen!

- Gebruik potten, pannen, lepels of een trommel.
- Doe een ritme voor met tikken of klappen.
- Laat je kind het ritme nadoen.
- ➡ Wissel om! Laat je kind zelf iets bedenken.
- 💡 Extra: maak er een beweging bij – bijv. klappen + draaien.

2. Rijmpret & Taalspel

- 📢 Roep een woord: bijv. *boom*
- 🌳 Je kind roept iets wat rijmt: *room – gnoom – stroom*
- 💡 Geen goede rijm? Dan een dansje doen!
- 🧠 Maak het moeilijker met langere woorden: *kikkervisje – honingpot – vliegende aap*





3. Luisterwandeling

🧑 Ga samen naar buiten (tuin, balkon of park).

💡 Sluit de ogen en luister 1 minuut.

Wat hoor je allemaal?

☀️ Vogels? De wind? Een auto? Mensen?

💡 Teken of beschrijf daarna wat je hoorde.



4. Taal Twister!

🎲 Zeg een zin met gekke klanken:

“Tien tamme tijgers tellen taartjes!”

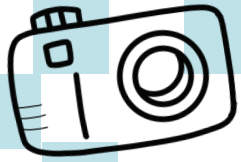
Laat je kind het nadoen – langzaam en snel!

➡️ Bedenk samen een eigen klankzin met een letter naar keuze.

💡 **Tip voor ouders:**

Auditieve vaardigheden zijn de basis voor **taalbegrip en lezen**. Kinderen die goed kunnen luisteren, rijmen en klanken herkennen, hebben vaak minder moeite met lezen en spelling. En dat leer je niet uit een boekje, maar door te **horen, bewegen, zingen en spelen**.





Gevoelskracht & Kleurenspeel

☀️ Thema: Emoties, lichaamssignalen & expressie

Zomervakantie een rolercoaster aan emoties en gevoelens.. Eerst bijkomen van een druk schooljaar en wat minder structuur in de dagen kan zorgen voor vuurwerk! In deze les gaan kinderen **ontdekken, benoemen en uiten wat ze voelen**. We maken emoties tastbaar, zichtbaar en bespreekbaar – zonder oordeel. Spelenderwijs, met het lijf en in kleur!

🎯 Doelen van deze les:

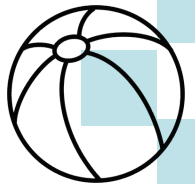
- Bewustwording van emoties en gevoelens
- Leren herkennen van lichaamssignalen
- Veilige uitlaatklep creëren voor innerlijke beleving
- Emoties leren reguleren via spel, beweging en creativiteit

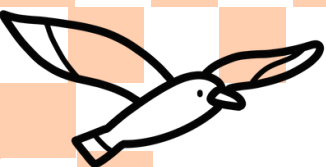
Hoe voelt boos zijn of bang zijn? 🔥🌈 Of hoe voel je je als je vrolijk bent of verliefd??

Ik kende eens een meisje dat zei:

"Als ik boos ben, voelt het alsof er een brandje achter mijn ogen is."

En als ze bang was voor de glijbaan, voelde het alsof ze op een wiebelbrug stond — haar benen gingen trillen en ze kon bijna niet meer recht blijven staan!



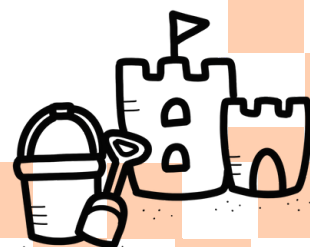
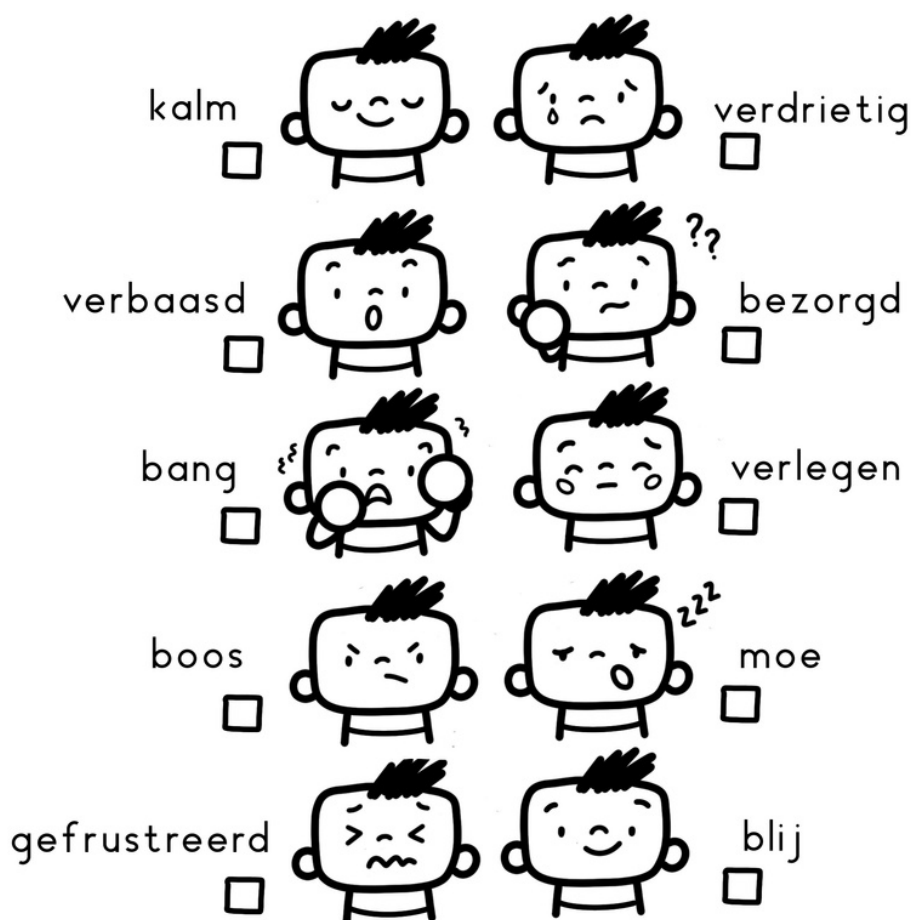
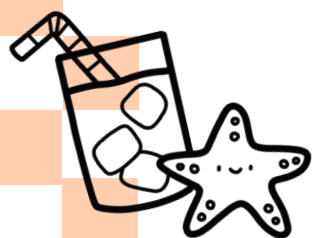


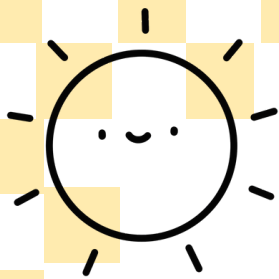
Hoe voelt het bij jou?

Laten we eens kijken naar jouw emoties. Pak je kleurpotloden en teken of kleur hoe jij je voelt! Misschien ben je wel vuurwerk als je boos bent, of juist zo groen als een kikker als je zusje een snoepje meer krijgt.

Tip voor ouders:

Emoties zijn geen probleem, maar signalen. Door je kind te helpen **voelen, benoemen en uiten**, geef je het tools voor het leven. Emotionele intelligentie ontwikkel je **niet zittend in een werkboek**, maar in het lijf, via ervaring, beeld en spel. Laat het voelen veilig zijn, zonder goed of fout – en vooral met liefde.





Meten is weten

Striikkralenijsjes – Maak je eigen zomerslinder!

Yum! Je zou bijna een likje nemen van deze vrolijke ijsjes van strikkralen. In deze opdracht ga je zelf ijsjes ontwerpen met strikkralen. Daarna plak je er een ijslollystokje achter en kun je er zelfs een zomerse slinger van maken!

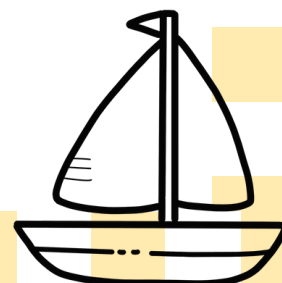
Wat heb je nodig?

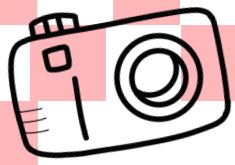
- Striikkralen in allerlei kleuren
- Een vierkant of rond strikkralenbordje
- Bakpapier
- Striikkijzer (met hulp van een volwassene!)
- Ijslollystokjes
- Lijm
- Touw of lint (voor een slinger)



Zo maak je de ijsjes:

1. Leg op het bordje een patroon van een ijsje met strikkralen.
2. Gebruik kleuren als roze, geel, bruin, wit, oranje – wat jij lekker en leuk vindt!
3. Laat het bovenste deel lijken op het ijs, en het onderste als het stokje (of laat ruimte voor een echt stokje).
4. Vraag een volwassene om het ijsje te **striikken** met bakpapier erbovenop.
5. Laat het ijsje even afkoelen.



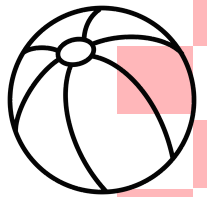


🍌 Maak het af!

1. Draai je ijsje om en **lijm een echt ijslollystokje** op de achterkant.
2. Laat het goed drogen.
3. Wil je een **zomerslinger** maken?
4. Rijg een touwtje door de bovenkant van je ijsjes en hang ze op in de klas, keuken of kamer!

🌈 Tips:

- Maak verschillende soorten ijsjes: raketijsjes, hoorntjes, bolletjesijs.
- Voeg "sprinkles" toe met kleine kraaltjes bovenop.
- Schrijf je naam op het stokje voor je eigen ijssmaak!

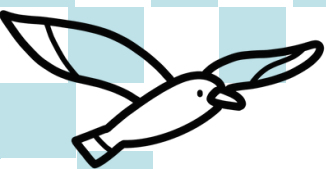


📷 Idee!

Maak een leuke foto met je ijsjes op verschillende plekken:
→ dichtbij (op tafel) en → ver weg (bijv. op 5 meter afstand).

Hoe ziet je ijsje er dan uit?





Striikkralenracewagens – Bouw je eigen raceteam!

Start je motoren! In deze opdracht maak je stoere racewagens van strikkralen. Als je klaar bent, plak je er een ijslollystokje achter en kun je ze laten 'racen'. Je kunt zelfs een mini-racebaan maken!

Wat heb je nodig?

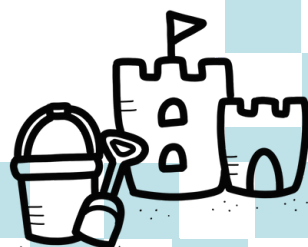
- Striikkralen in stoere kleuren (rood, zwart, blauw, geel, wit)
- Een rechthoekig of vierkant strikkralenbordje
- Bakpapier
- Strijkijzer (met hulp van een volwassene)
- Ijslollystokjes
- Lijm
- Papier, karton of een oude doos voor een racebaan
- Stiften of washi tape (voor de baan)

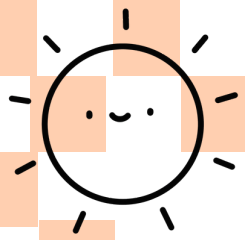
Zo maak je de racewagens:

1. Leg een patroon van een raceauto op het strikkralenbord.
2. Gebruik zwart voor de banden, rood of blauw voor de auto zelf, en wit/geel voor details.
3. Vraag een volwassene om je auto te **strikken** met bakpapier erboven.
4. Laat de auto afkoelen.

Bouw het onderstel:

1. Plak een ijslollystokje op de achterkant van je auto zodat je hem kunt vasthouden of laten rijden.
2. Je kunt ook twee ijsstokjes kruisen en gebruiken als standaard of 'as'.



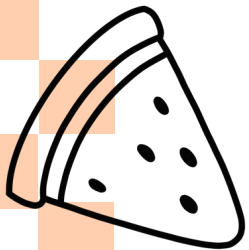


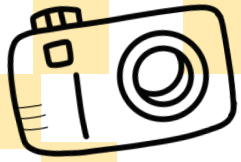
Maak een racebaan!

1. Gebruik een groot stuk karton of papier en teken een racebaan.
2. Voeg bochten, startstrepen en finish toe.
3. Zet je auto erop en racen maar! Je kunt zelfs meerdere auto's maken en een wedstrijd houden.

Extra uitdaging:

- Bouw een garage van wc-rollen of karton.
- Geef elke auto een naam of nummer.
- Meet met een meetlint hoe ver je auto 'rijdt' als je hem duwt – welk ontwerp is het snelst?





Hoe ver is ver? - Ontdek meters met je camera

Weet jij hoe ver 1 meter is? En wat dacht je van 100 meter? Of zelfs een kilometer? In deze opdracht ga je dat ontdekken met je eigen ogen – én je camera!

Wat heb je nodig?

- Een telefoon of tablet met camera
- Een meetlint of stappen-teller (1 grote stap = ongeveer 1 meter)
- Een knuffel, pop, speelgoedauto of iets anders leuks om op de foto te zetten
- Papier en potlood

Eerst even dit: Wat is ook alweer...?

Maat

1 meter

100 meter (hectometer)

1 kilometer

wandeling!

Hoeveel is dat?

Ongeveer één grote stap of een tafel

100 stappen, ongeveer een voetbalveld

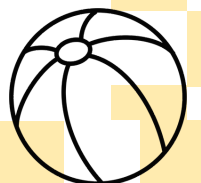
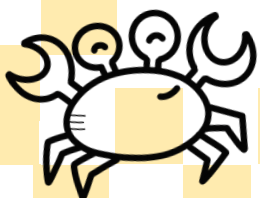
1000 meter – dat is een flinke

Stap 1: Zet je voorwerp klaar

Kies een knuffel of speelgoed en zet die buiten op een vaste plek, bijvoorbeeld in het gras of op de stoep.

Stap 2: Maak foto's op verschillende afstanden

1. Maak een foto van je voorwerp op **1 meter afstand**.
2. Loop ongeveer **100 meter** (of vraag hulp bij het inschatten) en maak daar nog een foto.





3. Ga (met hulp!) op pad en maak een foto op 1 kilometer afstand. Kun je het voorwerp nog zien?
4. → Of: Maak een foto van de plek waar het ligt, vanaf 1 km afstand (bijv. een straat of speeltuin).



Stap 3: Bekijk en vergelijk

- Bekijk de 3 foto's naast elkaar.
- Wat valt op?
 - Hoe duidelijk is het voorwerp nog?
 - Hoeveel kleiner lijkt het?
 - Kun je het bij 1 km nog herkennen?



Laat het kind dit tekenen of beschrijven op papier:

“Op 1 meter zag ik...”

“Op 100 meter zag ik...”

“Op 1 kilometer zag ik...”



Snap je het nu beter?

Een meter is iets voor dichtbij.

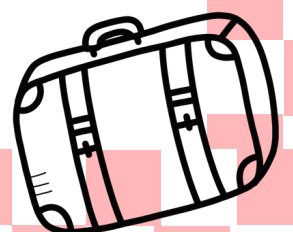
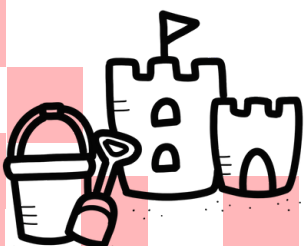
100 meter is al best een eindje.

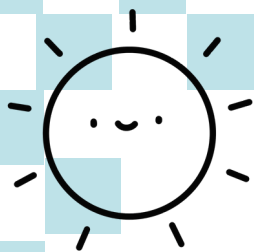
En 1 kilometer? Dat is echt ver – dan zie je iets soms niet meer!



Extra's:

- Laat kinderen zelf inschatten: “Hoe ver is het van hier tot het klimrek?”
- Of laat ze iets fotograferen dat ongeveer 1 km verderop is (bijv. de school, supermarkt, molen).
- Maak er een mini-speurtocht van: zoek voorwerpen op 1, 100 of 1000 meter afstand.

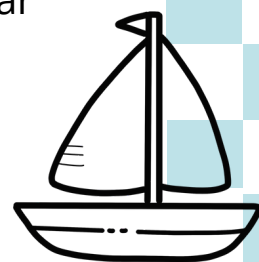




KiloMeterMissie: Opruimen over 1 kilometer!

Wist je dat 1 kilometer ongeveer **1.000 meter** is? Dat zijn héél veel stappen.

In deze opdracht ga je niet alleen meten en bewegen, maar ook iets goeds doen voor de natuur: **afval opruimen!**



Wat heb je nodig?

- Handschoenen 
- Een afvalzak of emmer
- Een grijper (als je die hebt)
- Een meetlint of telefoon met stappenteller (1.000 stappen $\approx$ 1 km)
- Pen/potlood en papier of deze opdrachtpagina



Stap 1: Kies je route

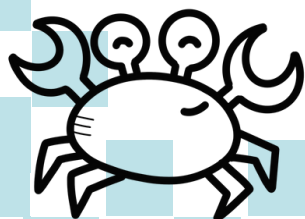
Bedenk waar je jouw kilometer gaat lopen:

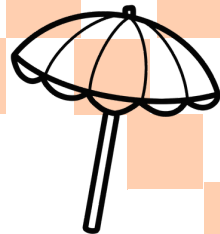
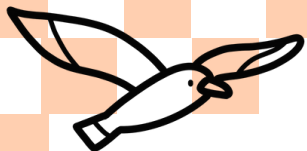
- Rondje door de buurt
- Naar school of het park
- Langs een fietspad of sloot

Teken of beschrijf hieronder je route:

 Van: _____

 Naar: _____





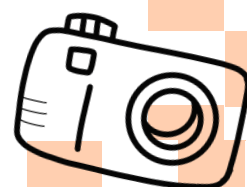
Stap 3: Wat heb je geleerd?

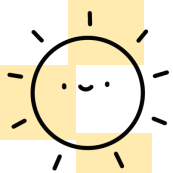
- Was 1 kilometer ver? Ja / Nee
- Was er veel afval? Ja / Nee
- Wat vond je het meest verrassend?

- Wat zou jij doen om afval op straat te voorkomen?

Bonus:

Maak een voor-en-na-foto van je route of van je volle afvalzak. Of maak een foto op 250 meter, 500 meter, 750 meter en 1 kilometer. Zo zie je hoever je bent gekomen!





Terugkijken op mijn vakantie en wat ik leerde



Mijn vakantie in het kort

Waar ben ik geweest? Wat vond ik leuk?



Mijn allerleukste moment van de vakantie

Dit vond ik echt superleuk om te doen:



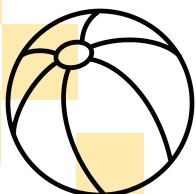
Wat heb ik geleerd in dit werkboek?

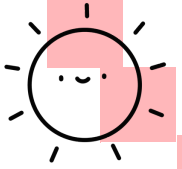
Kies uit:

- Zintuigen 🧠 👁️ 👂 👄 🖐️
- Beweging 🏃 ♂ 🏃 ♀
- Koken 🔪 🥕
- Emoties 😊 😞 😡
- Afstanden 📏 🚶 ♂



Ik vond het leren over _____ het leukst, want...





 **Tekening van mijn vakantie**
(Teken hier je leukste vakantieherinnering)

