

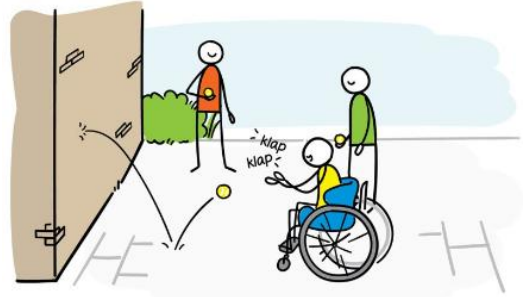
# Meivakantie Nieuwsbrief

## IN BALANS OEFENTHERAPIE – Bijna meivakantie

De meivakantie staat weer voor de deur, samen met Koningsdag. Hier wat leuke oefeningen voor binnen en buiten, veel plezier er mee!

### De zevensprong

Heb je wel gehoord van de zeven, de zeven...? Ja, de zevensprong is niet alleen een liedje, maar ook een heel oud spelletje. Dit balspelletje is bij veel kinderen nog steeds populair. Het enige wat je nodig hebt is een muur en een tennisbal.



Op 7 manieren gooi je de bal tegen de muur. Je begint met zeven keer de bal tegen de muur te kaatsen waarna je vervolgens zes keer op een andere manier de bal tegen de muur werpt. Dan vijf keer op andere manier, dan vier keer op weer een andere manier enzovoort... Het aantal keer gooien loopt dus af, maar de moeilijkheidsgraad loopt juist op per manier. Je hebt het spel afgerond wanneer je de hele zevensprong gehaald hebt. En? Lukt het jou?

1. Gooi de bal tegen de muur met de bal en vang de bal op, doe dit **zeven** keer
2. Gooi de bal tegen de muur, laat hem een keer stuiteren en vang hem op, doe dit **zes** keer
3. Gooi de bal via de grond tegen de muur en vang de bal op, doe dit **vijf** keer
4. Gooi de bal onder je been tegen de muur en vang de bal op, doe dit **vier** keer
5. Gooi de bal tegen de muur, klap in je handen en vang de bal op, doe dit **drie** keer
6. Gooi de bal tegen de muur, draai je om en vang de bal op, doe dit **twee** keer
7. Gooi de bal tegen de muur, klap voor, klap achter, klap achter en vang de bal weer op, doe dit **één** keer

**Tip!** Je kan het spel ook met een andere bal spelen. Bijvoorbeeld met een grote voetbal of zelfs een stuiterbal! Daar wordt het spel nog moeilijker van.

### Touwtje springen

In je eentje touwtjespringen kan bijna overal. Voor de spelletjes met meer spelers kun je beter een wat grotere vrije plek zoeken, zoals een pleintje.

#### **1 SPELER**

Oefenen! Touwtjespringen gaat in het begin vaak nog mis en langzaam, maar hoe meer je het doet, hoe beter het gaat. Hoe vaak kun jij achter elkaar springen? Liever wat moeilijker? Probeer dan op één tegel te blijven tijdens het touwtjespringen. Of draai het springtouw de ander kant op (achteruit).

#### **2 SPELERS**

Heb je wel eens geprobeerd om met z'n tweeën touwtje te springen met een springtouw voor één persoon? Als het touw lang genoeg is (of jullie niet al te lang) kun je naast elkaar staan en allebei één uiteinde van het touw draaien. Je kunt ook vlak voor elkaar gaan staan, één iemand draait en jullie springen allebei vlak na elkaar. Lukt het?

#### **3 SPELERS OF MEER**

Als je met meer spelers bent, kun je ook op een andere manier springen. Eén speler staat in het midden en de andere spelers staan er in een cirkel omheen. De speler in het midden draait niet al te snel het springtouw in het rond, over de grond. De spelers die erom heen staan moeten over het touw heen springen zodra het touw bij hen is. Als een speler geraakt wordt is hij/zij af. Je speelt door tot iedereen af is, daarna mag iemand anders in het midden staan. **Let op!** Het uiteinde van het springtouw is hard en het kan pijn doen als je deze te hard tegen je aan krijgt. Draai het touw dus nooit te snel in het rond en niet hoger dan een paar centimeter boven de grond.



# Meivakantie Nieuwsbrief

## Vlinder knutselen van WC Rol

Benodigheden:

WC rol, verf, kwast, schaar, lijm, gekleurd papier

Stap 1: verf de wc rol in een mooie kleur

Stap 2: Pak een stukje mooi gekleurd papier en knip er vleugels uit voor de vlinder. Het is makkelijk eerst met potlood op het papier te tekenen hoe de vleugels ongeveer moeten worden.

Stap 3: Plak de vleugels op de wc rol (als de verf droog is)

Stap 4: Teken de oogjes en het mondje

Stap 5: Knip twee dunne strookjes papier

Stap 6: Rol allebei de strookjes papier aan één kant in een krul en plak ze op

Stap 7: De vlinder is klaar. Hoe heet jouw vlinder?



## Koningsdag strijkkralen figuur maken

Met strijkkralen kun je een mooie leeuw, kroon of Hollands hart maken.



## Nederlandse vlag maken van papier

Maak zelf de Nederlandse vlag. Het enige wat je nodig hebt is een schaar, lijm en groen, rood, wit, blauw en oranje papier. Veel knutsel plezier!

Ken jij nog meer vlaggen? Deze kun je natuurlijk ook maken.



## Kronen koken

Je hebt nodig; 4 vellen bladerdeeg, 16 kleine abrikoosjes op sap, 1 ei, 150 ml melk, 10 gram custardpoeder, 1 eetlepel suiker, poedersuiker.

1. Snijd de (ontdooide) bladerdeeg vellen in vieren (kleine vierkantjes).
2. Roer het custardpoeder met 2 eetlepels melk en de suiker tot een papje. Verwarm de rest van de melk in een pannetje en giet het custardpapje er bij. Verwarm al roerend met een garde door. Als de custard pudding genoeg is ingedikt zet je het vuur uit.
3. Halveer de abrikoosjes.
4. Schep een beetje van de custardpudding in het midden van de plakjes bladerdeeg en leg er een halve abrikoos op met de bolle kant naar boven.
5. Vouw de hoekjes naar boven en vouw ze een beetje over de abrikoos.
6. Klop het eitje los en bestrijk de bladerdeeghapjes aan de bovenzijde.
7. 20 minuten in de (voorverwarmde) oven op 200 graden. Laat ze daarna afkoelen en bestrooi met poedersuiker.



Nog niet genoeg oefeningetjes gedaan? Hieronder zijn nog enkele werkbladen. Op onze facebookpagina kunt u nog veel meer leuke spelletjes en opdrachten vinden!

<https://www.facebook.com/In-Balans-Oefentherapie-1174394382578405>

(Ook zichtbaar wanneer je zelf geen facebook hebt)

Op de website zijn alle weekbrieven te vinden: [www.inbalans-oefentherapie.nl](http://www.inbalans-oefentherapie.nl)

Fijne meivakantie! **Team In Balans Oefentherapie**

# In Balans Oefentherapie





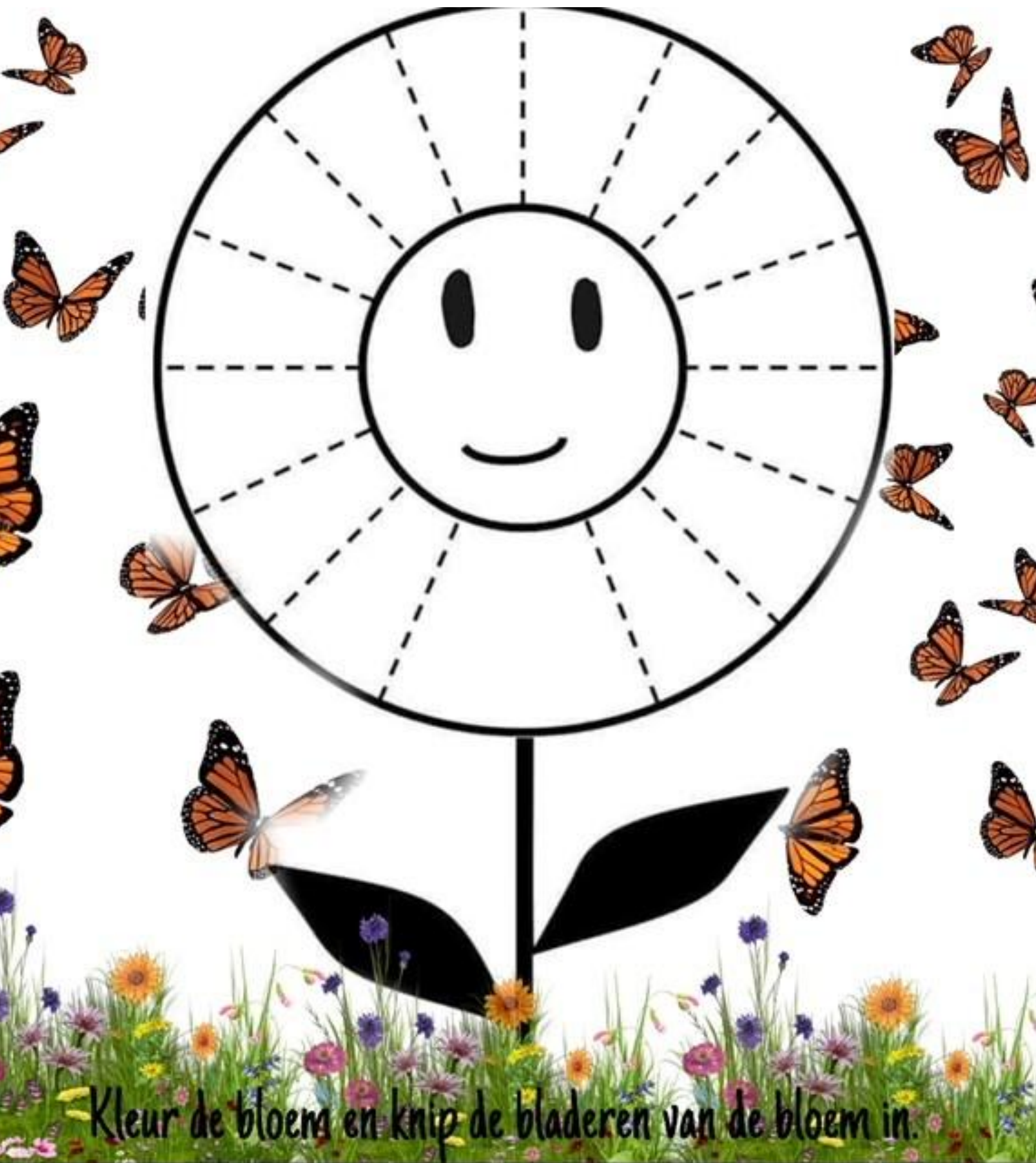
# Meivakantie Nieuwsbrief



Knip de vogel uit  
Versier deze met kleur  
Vouw hem in het midden  
over de stippellijn  
dubbel!



# Meivakantie Nieuwsbrief



Kleur de bloem en knip de bladeren van de bloem in.

In Balans Oefentherapie



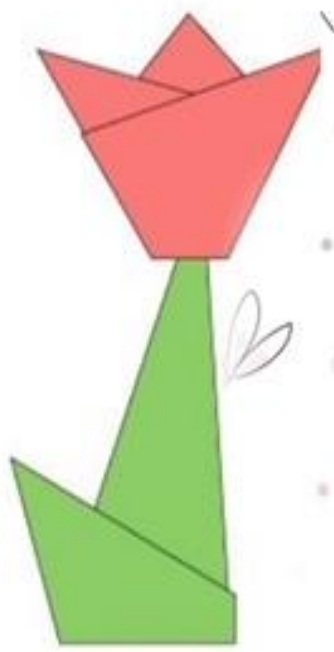
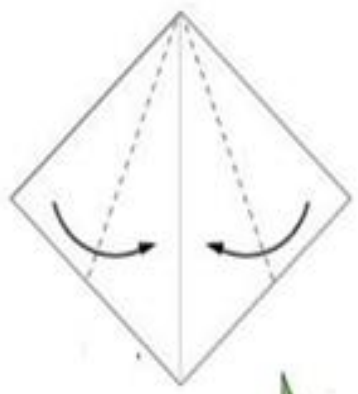
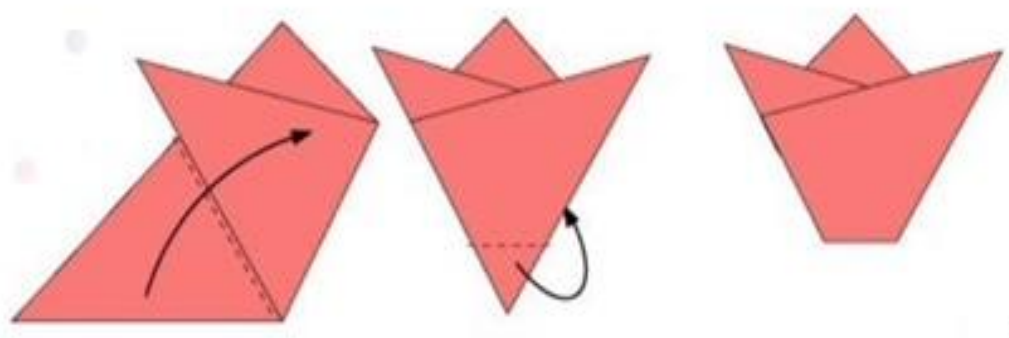
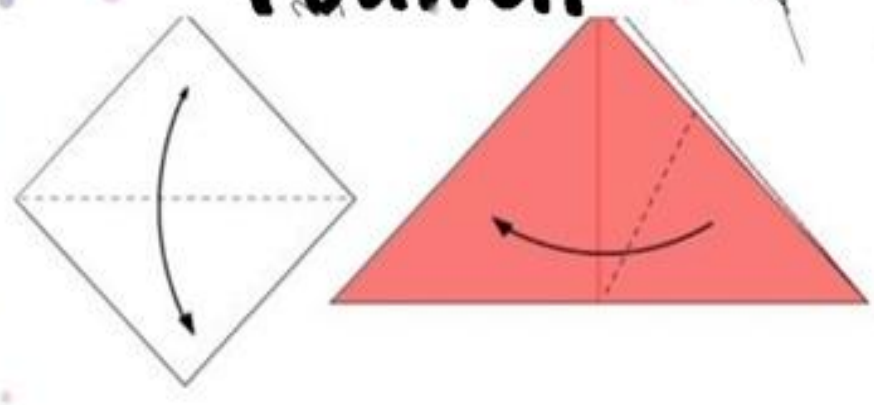


# Spelen met vormen

Knip de vormen uit en probeer de haan na te maken.



# Vouwen



Tulp





# Sudoku

	6				9		5	
							2	8
	5	3			8	7		
	4							
7		1	6					
6			1					2
		2	8					5
						3		4
8	7			3				



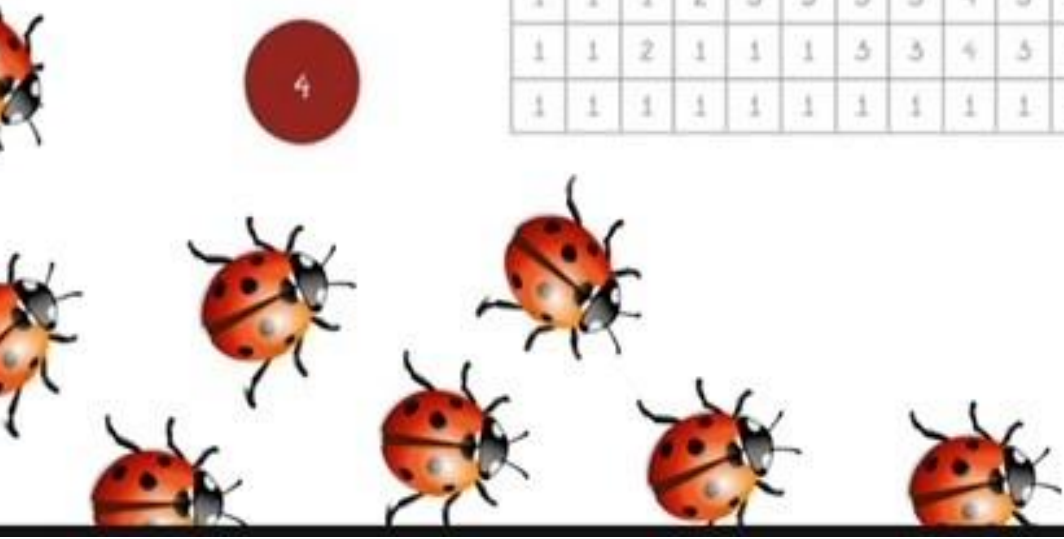
# Meivakantie Nieuwsbrief



*Kleur de nummers*

- 
- 
- 
- 

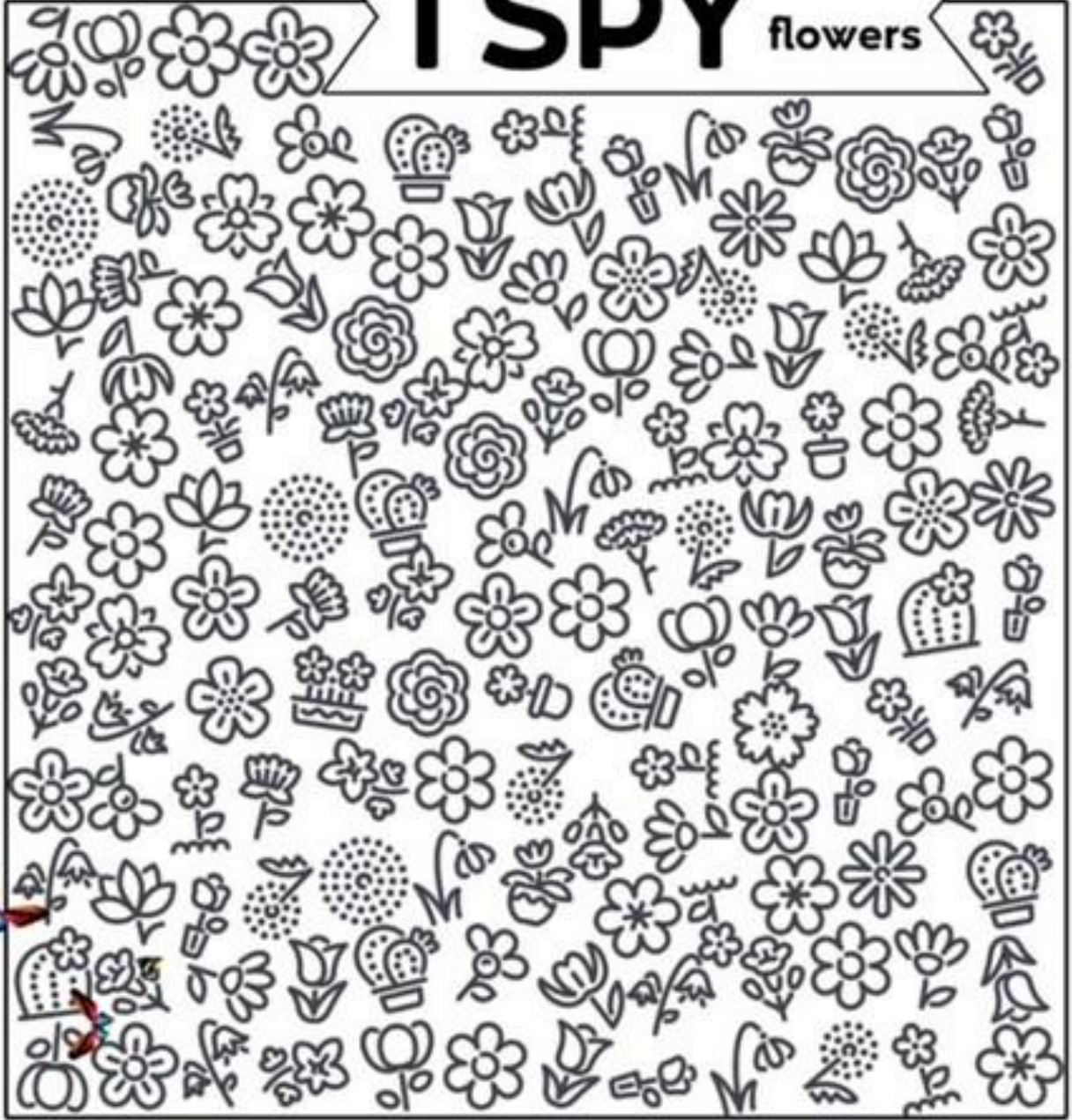
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1
1	1	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	1
1	1	1	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	1
1	1	1	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	1	1
1	1	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	1
1	1	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1
1	1	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1
1	2	1	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3	1	2
1	1	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	1
1	1	1	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	1	1
1	1	1	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	1
1	1	2	1	1	1	3	3	4	3	3	1	1	1	2	1
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1





# Meivakantie Nieuwsbrief

## I SPY flowers



- |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |
|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|
| 2 |  | 4 |  | 4 |  | 5 |  | 4 |  | 5 |  | 7 |  | 4 |  | 6 |  | 5 |  |
| 1 |  | 6 |  | 7 |  | 1 |  | 3 |  | 6 |  | 7 |  | 4 |  | 7 |  | 5 |  |
| 3 |  | 3 |  | 4 |  | 6 |  | 2 |  | 7 |  | 5 |  | 9 |  | 6 |  | 3 |  |































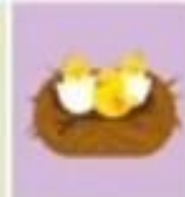

In Balans Oefentherapie

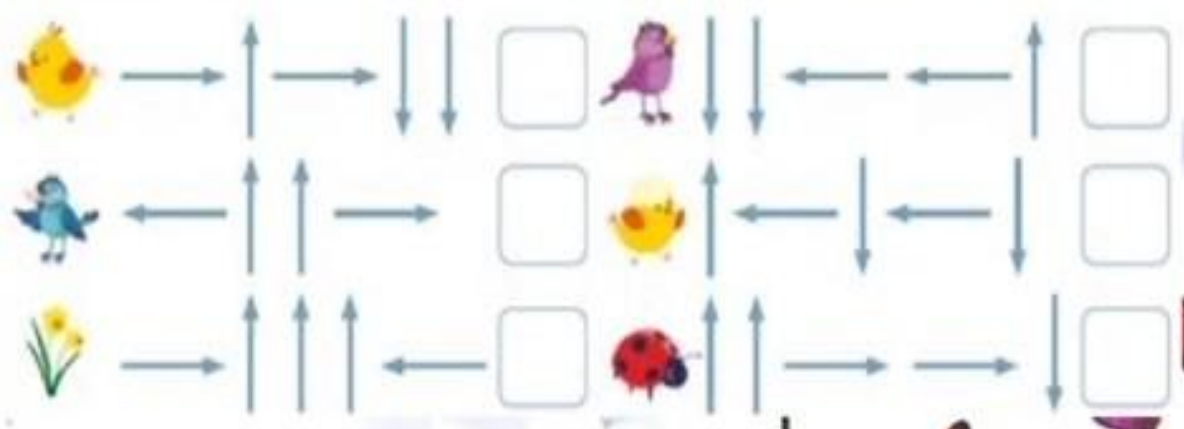




# Meivakantie Nieuwsbrief

Begin bij het plaatje en volg de pijltjes. Waar kom je uit?

	a	b	c	d	e	f
5						
4						
3						
2						
1						





# Meivakantie Nieuwsbrief



In Balans Oefentherapie





# Meivakantie Nieuwsbrief



Zoek de 26 woorden!

X	P	D	M	G	B	I	G	G	E	T	J	E	U	D	P	E	V
T	S	S	U	K	O	R	K	N	E	S	T	Y	S	U	E	C	O
L	O	C	U	B	L	O	E	S	E	M	O	A	T	R	I	K	O
Q	S	R	O	K	A	L	F	J	E	Y	D	S	O	V	T	V	R
E	E	N	D	J	E	S	O	W	E	M	E	O	L	B	J	C	J
E	J	S	N	E	E	U	W	K	L	O	K	J	E	J	E	U	A
J	D	K	O	N	I	J	N	H	U	F	D	J	V	O	S	Z	A
T	A	B	I	J	E	B	F	E	P	R	E	D	N	I	L	V	R
E	A	N	G	D	J	D	C	L	T	A	Y	R	R	H	L	A	T
M	Z	E	S	Y	T	X	U	E	O	U	Z	T	E	X	S	D	P
M	K	I	I	Q	N	T	C	P	N	W	V	Y	D	T	D	R	M
A	A	E	C	K	E	L	C	H	T	Z	F	I	O	Y	E	P	G
L	G	O	R	G	L	L	V	O	K	T	G	M	F	P	A	I	B
N	E	R	A	D	U	P	H	R	M	S	U	U	E	R	C	O	G
Y	O	G	N	D	E	Q	S	L	E	B	E	I	R	K	T	H	P
E	T	N	E	L	V	O	Q	K	U	I	K	E	N	T	J	E	R
P	F	H	D	K	G	L	A	A	R	T	S	E	N	N	O	Z	U
Q	S	P	R	I	N	G	E	N	S	H	Y	A	C	I	N	T	M

- O BIGGETJE
- O BIJ
- O BLOEM
- O BLOESEM
- O EENDJES
- O EITJES
- O GIETER
- O GROEIEN
- O HYACINT
- O KALFJE
- O KONIJN
- O KRIEBELS
- O KUIKENTJE
- O LAMMETJE
- O LENTE
- O NARCIS
- O NEST
- O SNEEUWKLOK
- O SPRINGEN
- O TULP
- O VEULENTJE
- O VLINDER
- O VOORJAAR
- O ZAADJES



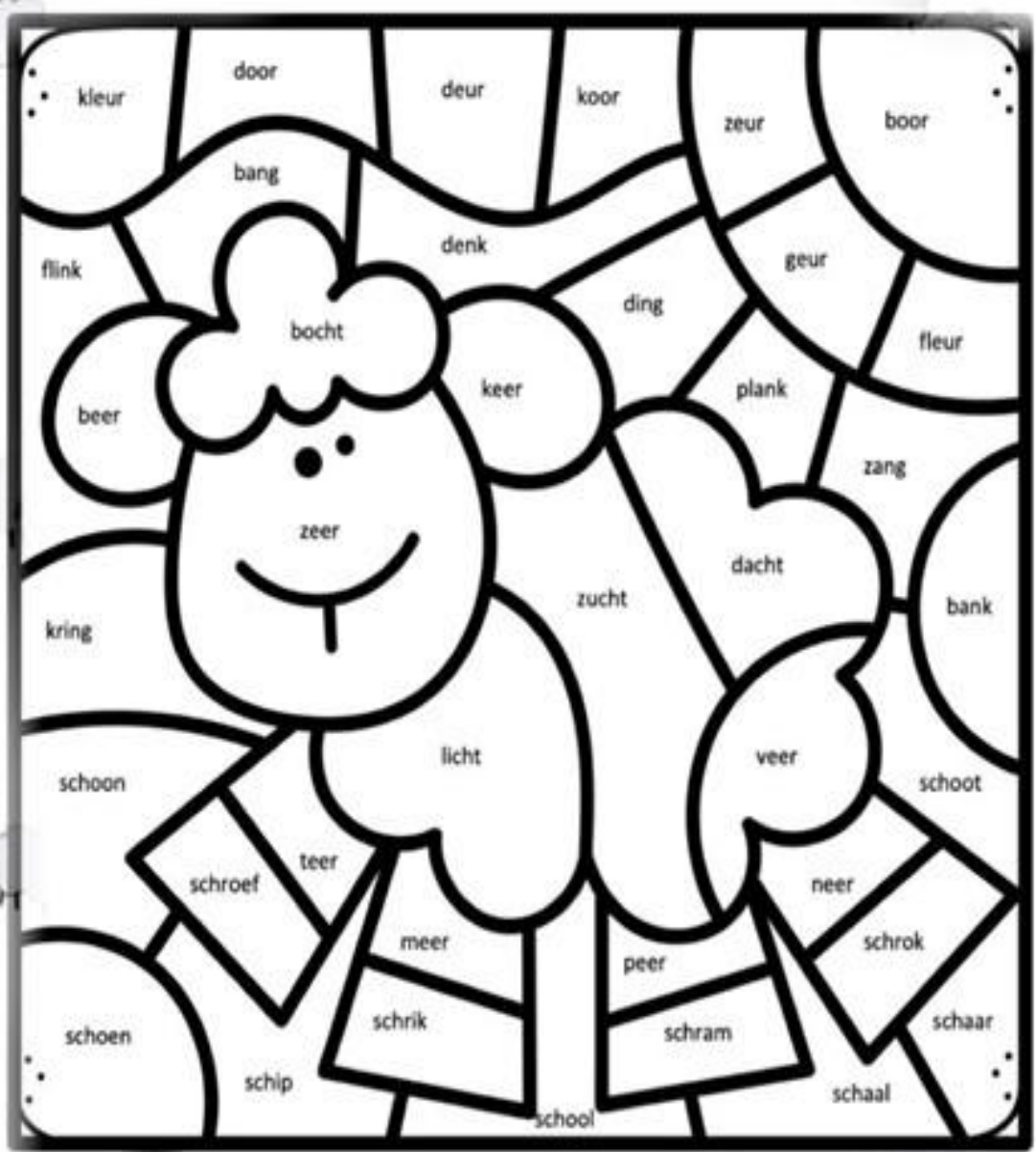
In Balans Oefentherapie





# Meivakantie Nieuwsbrief

sch schr ng nk eer eur oor ch

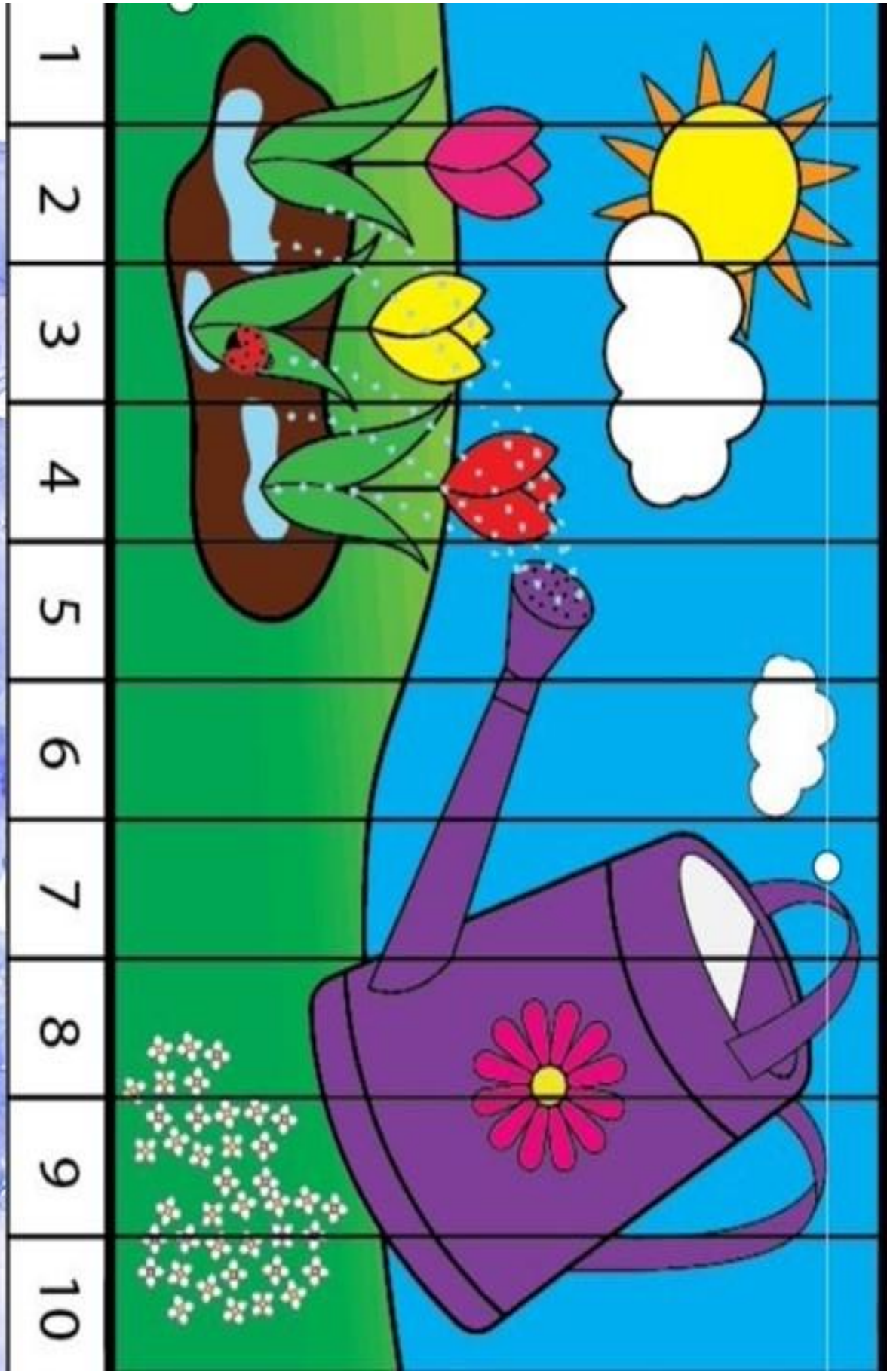


- sch = groen
- schr = zwart
- ng = donkerblauw
- nk = lichtblauw
- eer = grijs
- eur = oranje
- oor = roze
- ch = wit





# Meivakantie Nieuwsbrief



## Puzzel

Knip de stroken uit.  
Schud de puzzel stukken door elkaar  
Los de puzzel weer op!





## Geske Sente tekening

Teken 3 opdrachten die omschreven staan in één tekening

- 
1. Een vlinder met zes vleugels.
  2. Een lammetje in een zwembroek.
  3. Een regenboog van bloemen.
  4. Een koe zittend op een reuze paardenbloem.
  5. Een kikker die uit een ei springt.
  6. Een moddergevecht tussen een kip en een haas.
  7. Een biggetje in een overall.
  8. Een vliegend schaap.
  9. Een bij met een gieter.
  10. Een varken als model.
  11. Een kalfje met voelsprietten.
  12. Een haas die verstoppertje speelt.
  13. Een speeltuin van snoep.
  14. Een boos ijsje.
  15. Een hond met een zonnebril en slippers.
  16. Feestende koeien in de wei.
  17. Een kuikentje op de rug van een varken.





# Meivakantie Nieuwsbrief



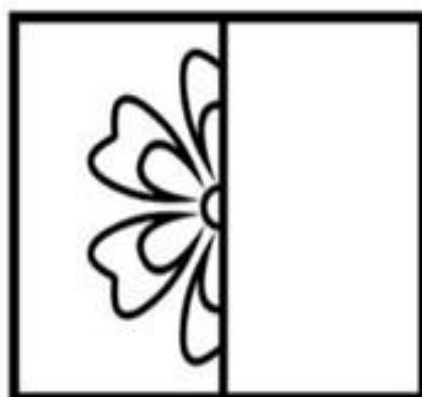
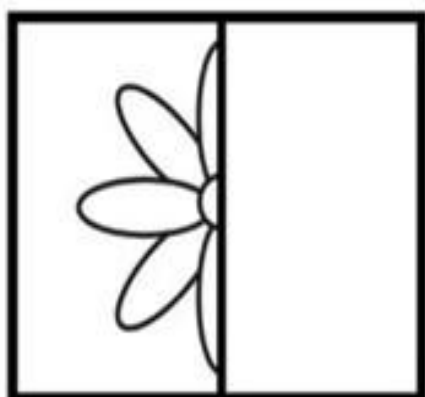
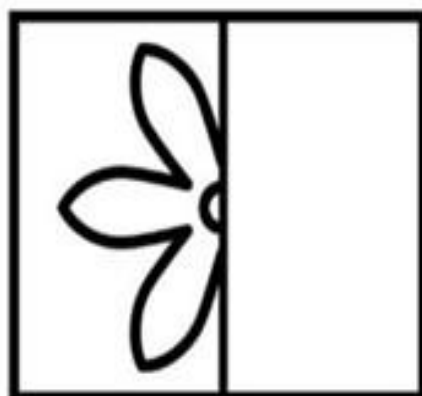
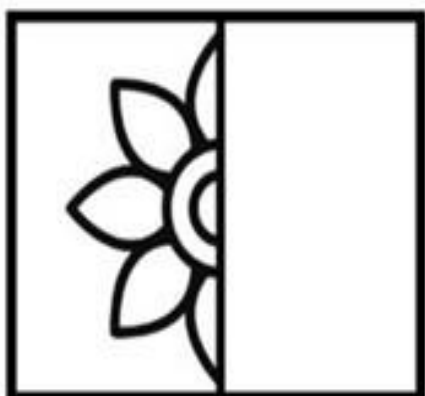
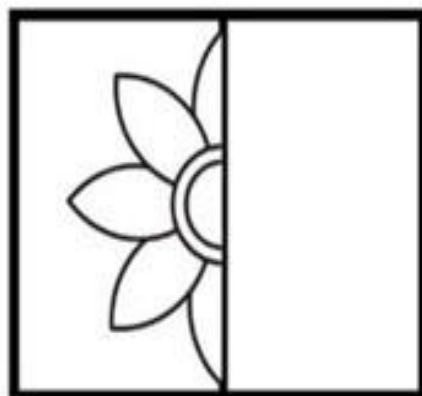
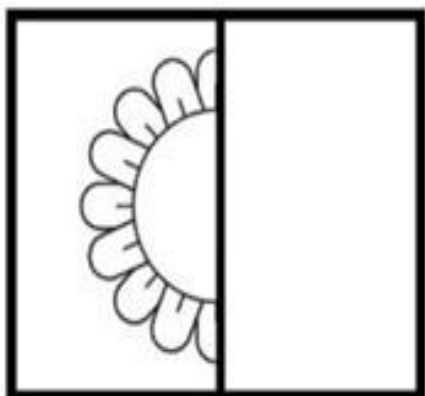
In Balans Oefentherapie





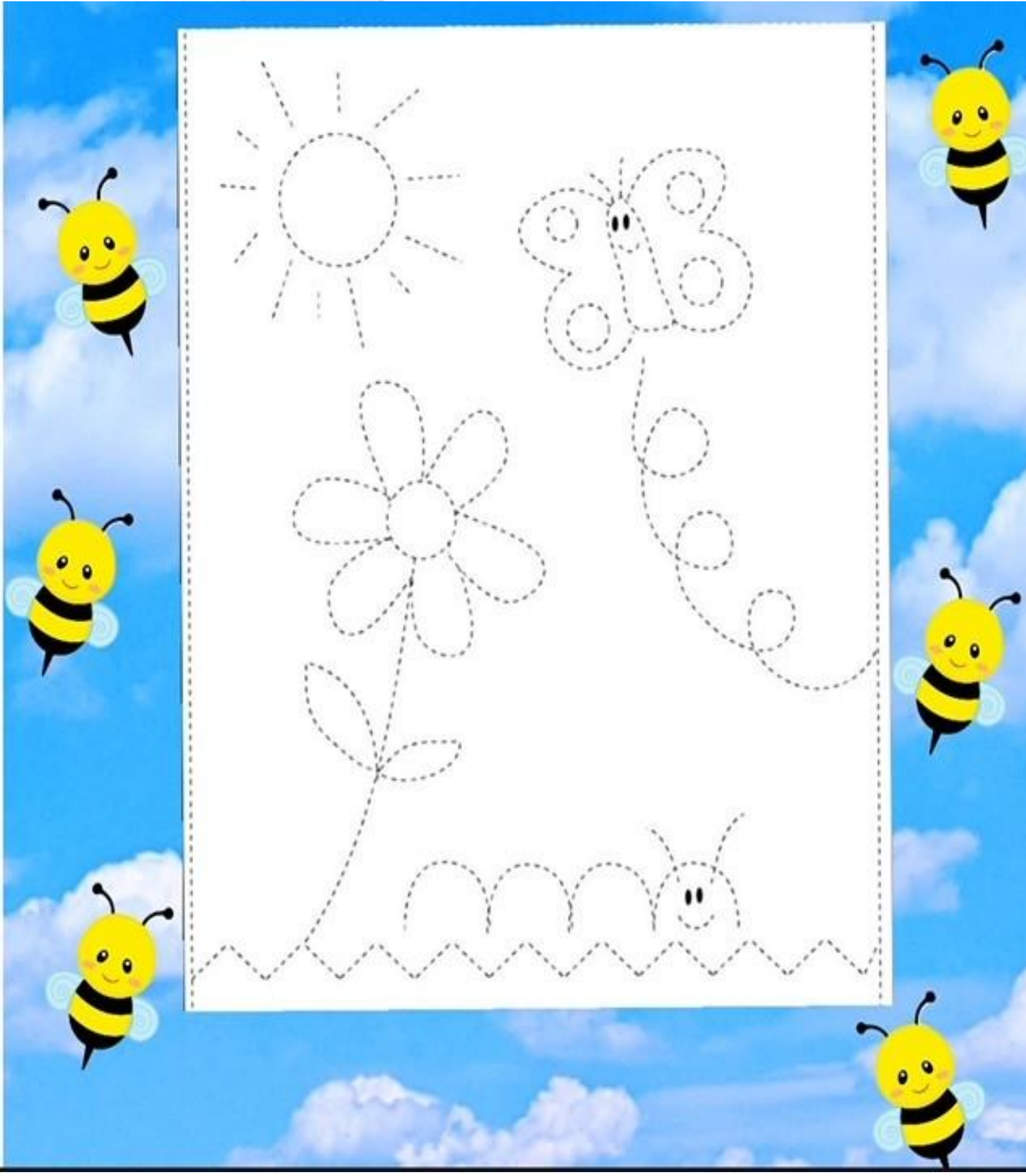
## VORMEN EN KLEUREN

Maak de plaatjes af door de andere helft te tekenen.





# Meivakantie Nieuwsbrief



In Balans Oefentherapie





# Meivakantie Nieuwsbrief

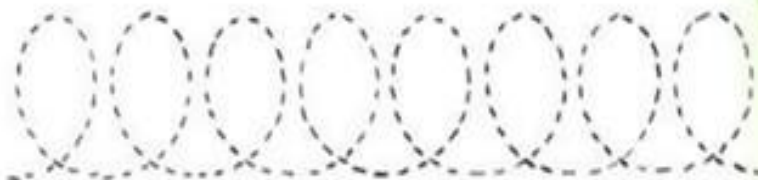
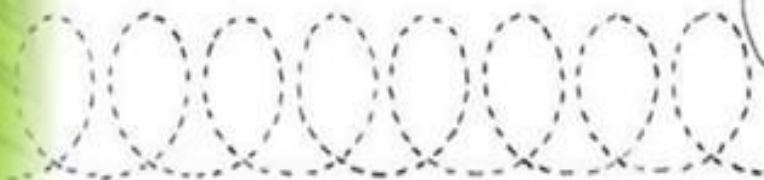


In Balans Oefentherapie





# Meivakantie Nieuwsbrief

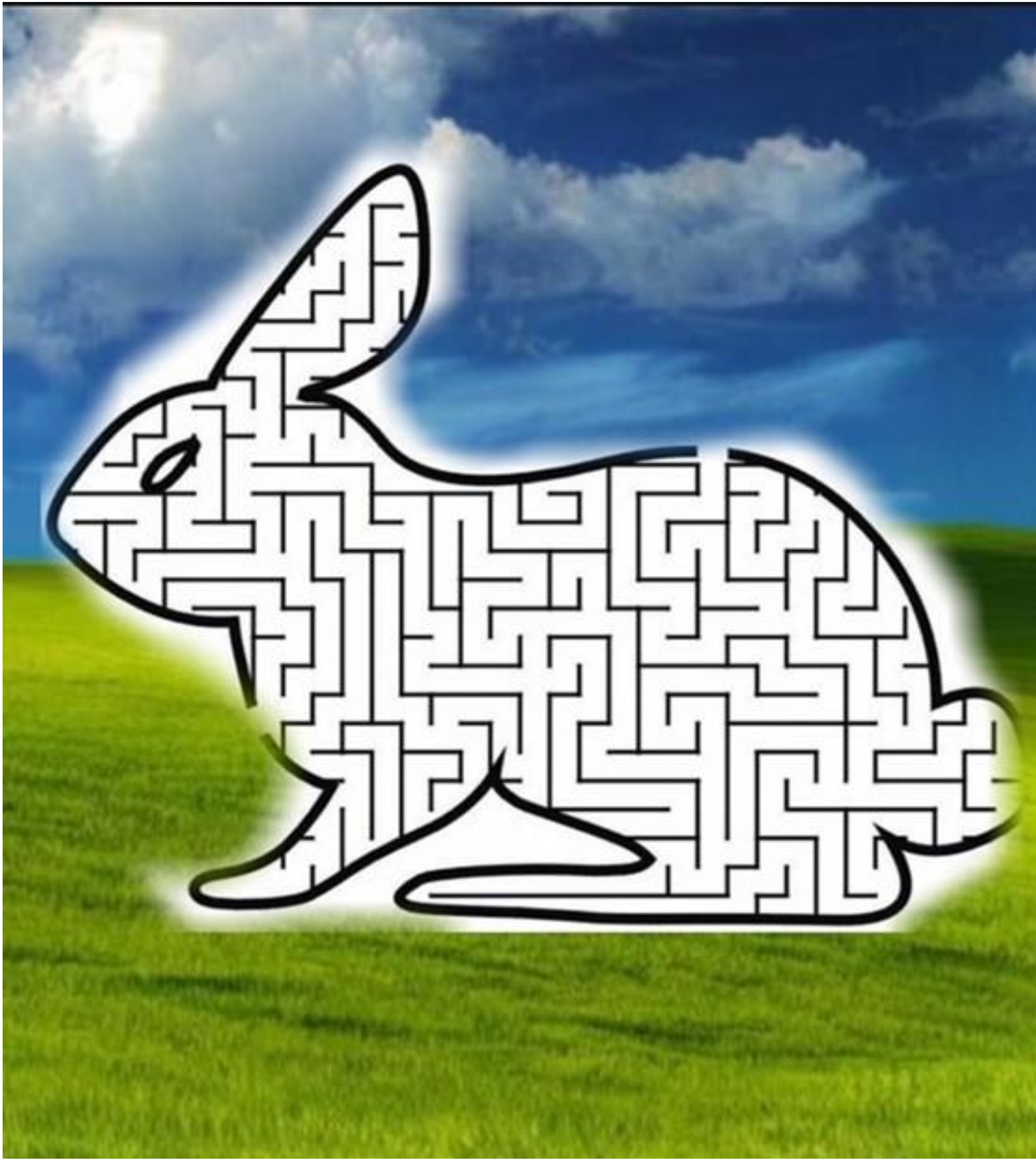


In Balans Oefentherapie





Meivakantie Nieuwsbrief



In Balans Oefentherapie





# Meivakantie Nieuwsbrief

## Ra ra ra ... wie ben ik ?



ra ra wie ben ik ?  
ik woon in de zee.  
en zwem heel de dag.  
ik zeg blub blub blub.

ra ra wie ben ik ?  
ik ben geel en zwart.  
ik vlieg van bloem naar bloem.  
pas op of ik prik je !

ra ra wie ben ik ?  
ik ben heel groot.  
en ik ben grijs.  
ik heb een slurf en een staart.

ra ra wie ben ik ?  
ik woon in een hol  
en eet graag kaas.  
ik ben grijs en ik piep.

ra ra wie ben ik ?  
ik woon in een hok  
ik leg elke dag een ei.  
ik eet graag een worm.

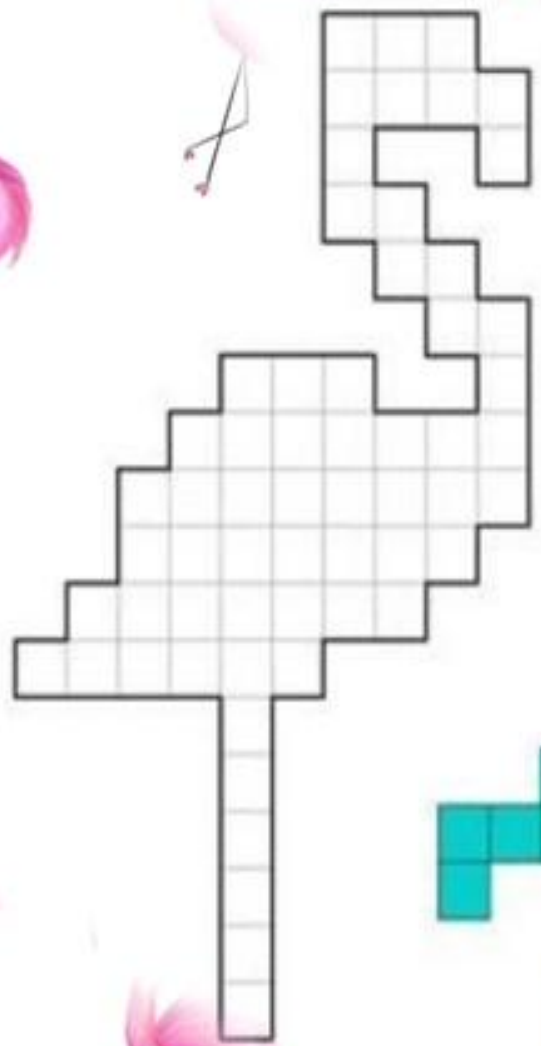
ra ra wie ben ik ?  
ik sta in de wei  
en ik geef elke dag melk.  
ik eet graag gras.





# Meivakantie Nieuwsbrief

Gebruik de vormen, om deze puzzel op te lossen.  
Knip de vormen uit om ze te passen.





# Meivakantie Nieuwsbrief

Handwriting practice sheet with tracing exercises on a blue sky background. The exercises include tracing clouds, rain, hearts, ovals, teardrops, and flowers. The sheet is decorated with six cartoon bees.

In Balans Oefentherapie





# Meivakantie Nieuwsbrief





# Meivakantie Nieuwsbrief



In Balans Oefentherapie





# Meivakantie Nieuwsbrief

# LENTE

Geheimschrift

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z

\_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_









# Meivakantie Nieuwsbrief

## Lente



Het is eindelijk lente. Het is heerlijk weer buiten en de familie van Schaap is lekker buiten aan het werk in de tuin. Ze hebben ook een kleine lammetje in de tuin en er komen veel buurkinderen kijken naar het lammetje. Kom erachter hoe ze heette, op welk nummer ze wonen en wat hun favoriete ijsje is.

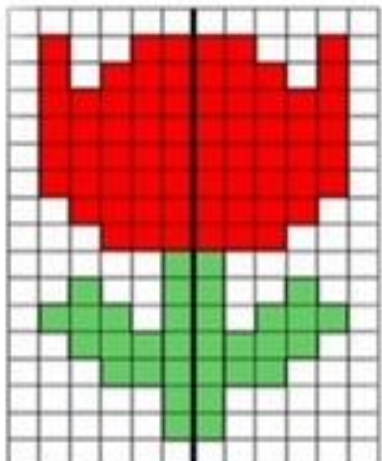
	Kist	Steeg	Plant	Van Schaap	Nr. 8	Nr. 10	Nr. 12	Nr. 14	Aardbei	chocolade	vanille	limoen
Sofie												
Joris												
Klaas												
Janneke												
Aardbei												
Chocolade												
Vanille												
Limoen												
Nummer 8												
Nummer 10												
Nummer 12												
Nummer 14												

1. De dochter van Familie van Schaap heet Janneke.
2. Joris lust geen limoenijs en de zoon van de familie Plant eet graag aardbeien ijs.
3. Janneke woont op nummer 10.
4. Klaas wil als eerste het lammetje de fles geven, voordat hij aan zijn aardbeien ijsje begint.
5. Het jongetje wat woont op nummer 14 eet geen chocolade ijs en het kind van de familie Kist eet geen vanille ijs.
6. Het kind van de familie kist woont niet op nummer 8.
7. De familie Plant woont niet op het laagste nummer en niet op het hoogste nummer.
8. Joris wil graag een chocolade ijsje met vanille, maar als hij dan toch moet kiezen. Kiest hij voor chocolade.
9. Sofie is daar blij mee en krijgt dan haar vanille ijsje. Heel de familie Steeg is daar dol op.

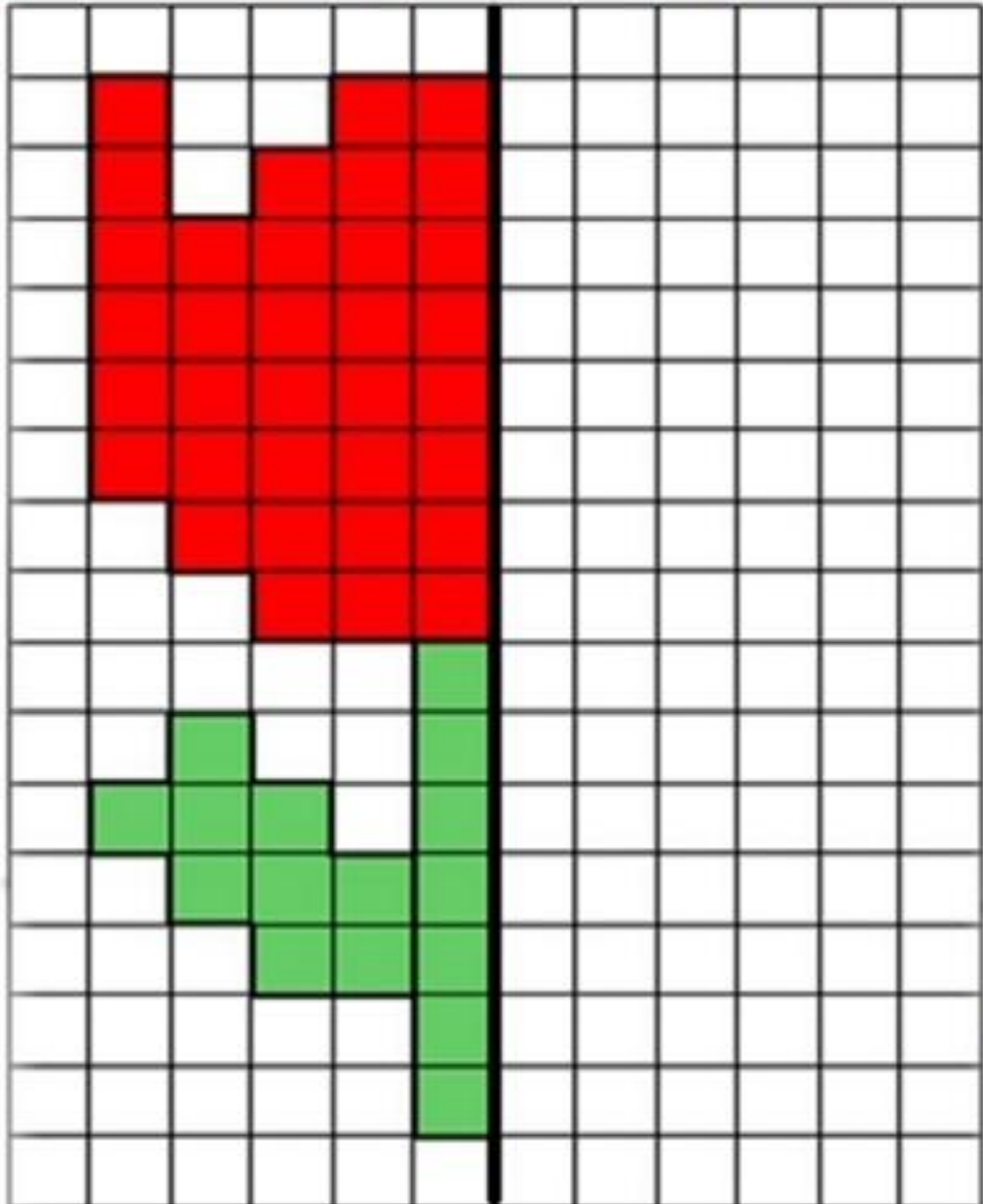




# Meivakantie Nieuwsbrief



**Maak deze tulip af: kleur de vakjes**





# Meivakantie Nieuwsbrief

Versier de delen van de vlinder met kleur  
Knip delen uit en plak de vlinder in elkaar volgens  
voorbeeld

