

### IN BALANS OEFENTHERAPIE – Kerst

In de donkere dagen rondom kerst is er gelukkig tijd voor leuke oefeningen, zowel voor binnen als voor buiten. Trek een lekkere warme jas aan en beweeg!

#### Sneeuwballen maken

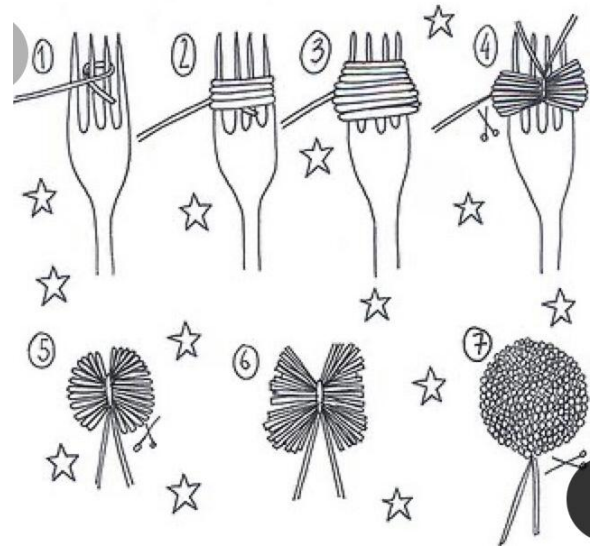
Benodigdheden:

- Wol
- Vork
- Schaar



Volg de stappen en je maakt mooie sneeuwballen!

Deze kun je met de vingers wegschieten of mee overgooien. Zet meerdere sneeuwballen op elkaar en maak er een sneeuwpop van.



#### Sneeuwballen gevecht

Benodigdheden:

- Wit papier



Maak van het witte papier grote proppen, de sneeuwballen. Zoek een goede verstop plek en probeer te scoren door de andere speler met een sneeuwbal te raken.



#### Sneeuwpop bowlen

Benodigdheden:

- Wit papier
- (minimaal) 6 wc rollen / keukenrollen
- Lijm of plakband
- Balletje (of prop papier)

Bekleed met het witte papier het wc-rolletje en plak deze vast.

Doe dit zo dat het rolletje rechtop kan staan.

Versier het wc-rolletje als sneeuwpop, maak er minimaal 6 maar meer is ook erg leuk!

Zet ze neer in een driehoek en mikken maar! Kijk hoeveel jij erom kan krijgen.



### Kerstman maken

Benodigheden:

- Bananen
- Druiven
- Aardbeien
- Mini marshmallows
- Satéprikkers

Stapel het fruit zoals op de foto en je hebt heerlijke fruit-kerstmannen om van te smullen!

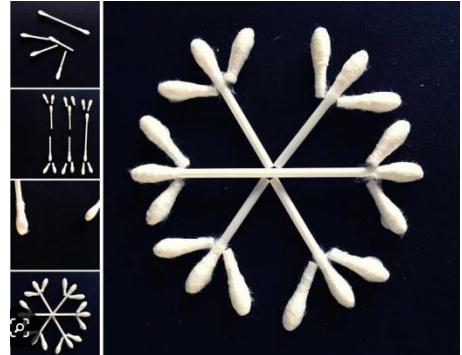


### Sneeuwvlokken knutselen

Benodigheden:

- Papier, liefst in een kleur
- Wattenstaafjes
- Schaar
- Lijm

Leg de wattenstaafjes neer op het blaadje, knip de bovenkant en onderkant er af en leg deze er schuin naast. Je kunt er meerdere maken en je tekening verder versieren om nog iets van de winter erbij te tekenen.



### Stoepkrijt winterkunst

Pak je stoepkrijt uit de kast en maak een mooie kerst- of wintertekening.

Maak bijvoorbeeld:

- Een kerstbal
- Een kerstengel
- Een kerstboom
- Vuurwerk
- Een sneeuwpop



### Koekjes bakken

Doe de 200g bloem, 75g suiker, 1 zakje vanillesuiker in een kom. Voeg 125g boter (in blokjes) en 1 eidooier toe. Mix dit tot een kruimelig geheel. Voeg dan 1 eetlepel (koud)water toe en kneed het deeg met je handen tot een stevige bal. Is het nog erg droog, voeg dan een beetje extra water toe, is het erg plakkerig dan een beetje bloem. Wikkel het deeg in een stuk plastic folie en leg een half uurtje in de koelkast. Als het deeg koud is dan krijg je een extra knapperig resultaat en is het makkelijker te bewerken. Verwarm de oven op 175 graden.

Haal het deeg daarna uit de folie. Bebloem een ondergrond en rol het deeg uit met een deegroller. Steek er met een vormpje vormen uit of maak zelf leuke winterfiguren en leg deze op een bakplaat met bakpapier. De koekjes lopen niet heel erg uit maar het is wel goed om een beetje ruimte ertussen te houden. Schuif de bakplaat met de koekjes de oven in en bak de koekjes in 15 minuten goudbruin. Haal de bakplaat uit de oven en laat de koekjes erop afkoelen.

Versier de koekjes zoals jij het mooi vindt. (met hagelslagjes, smarties, rozijntjes etc.)



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)

Team In Balans Oefentherapie





# Woordzoeker

Zoek de woorden en streep ze door!



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

stal  
denneboom  
lichtjes  
piek  
vrede  
kerstkrans  
goud  
ster

kalkoen  
kaarsen  
cadeaus  
winter  
jezus  
christmas  
vrij

kerstman  
kerstboom  
ballen  
december  
liedjes  
sneeuw  
arreslee  
rendieren

IN BALANS OEFENTHERAPIE



# Kerstkoekjes Versieren



In Balans

Oefentherapie







ED BAKERS OFFERED GRACE

# Husselen



leeeerrsa = \_\_\_\_\_

Ksrobmeto = \_\_\_\_\_

mestnagr = \_\_\_\_\_

tesroktsl = \_\_\_\_\_

rietslijkeed = \_\_\_\_\_

njlg bleil = \_\_\_\_\_

iihtcrlnvge = \_\_\_\_\_

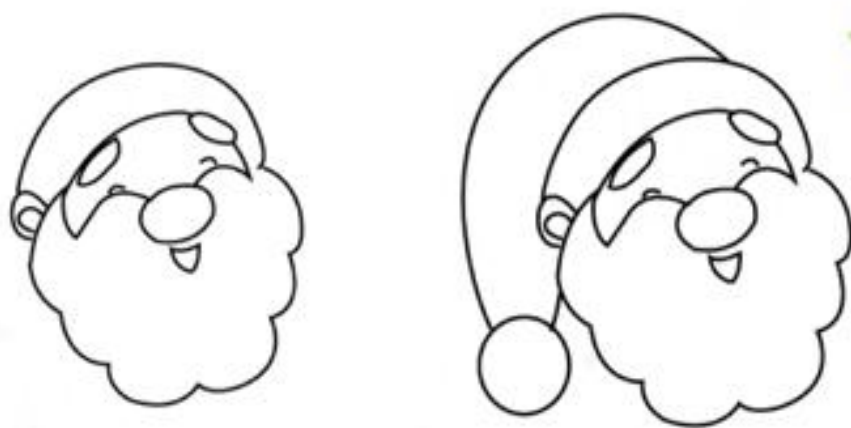


IN BALANS OEFENTHERAPIE



# Teken een Kerstman

Pak een leeg blad papier en teken een kerstman.



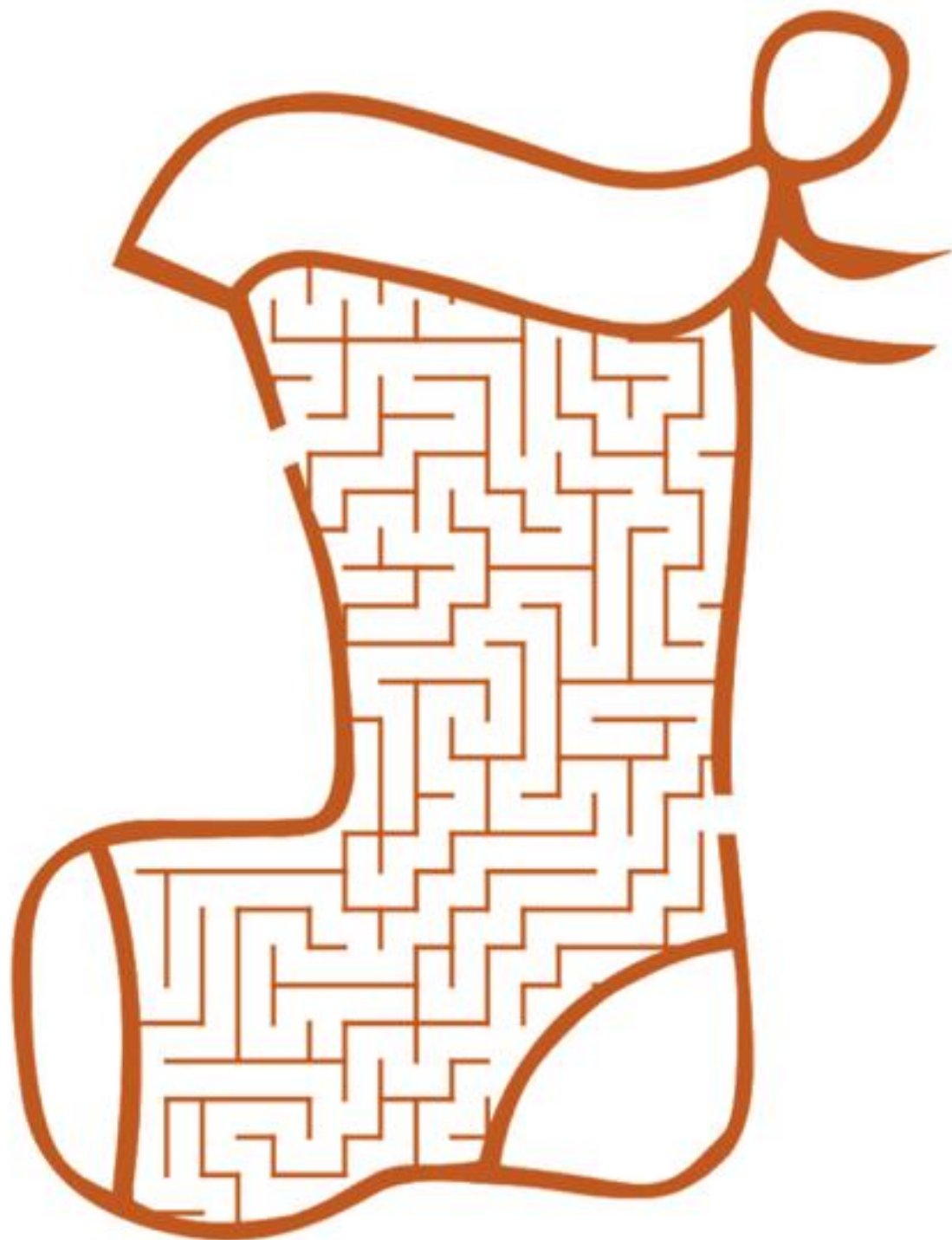


In Balans  
Oefentherapie  
Kerstboom Spiegelen





# Doolhof



In Balans  
Oefentherapie

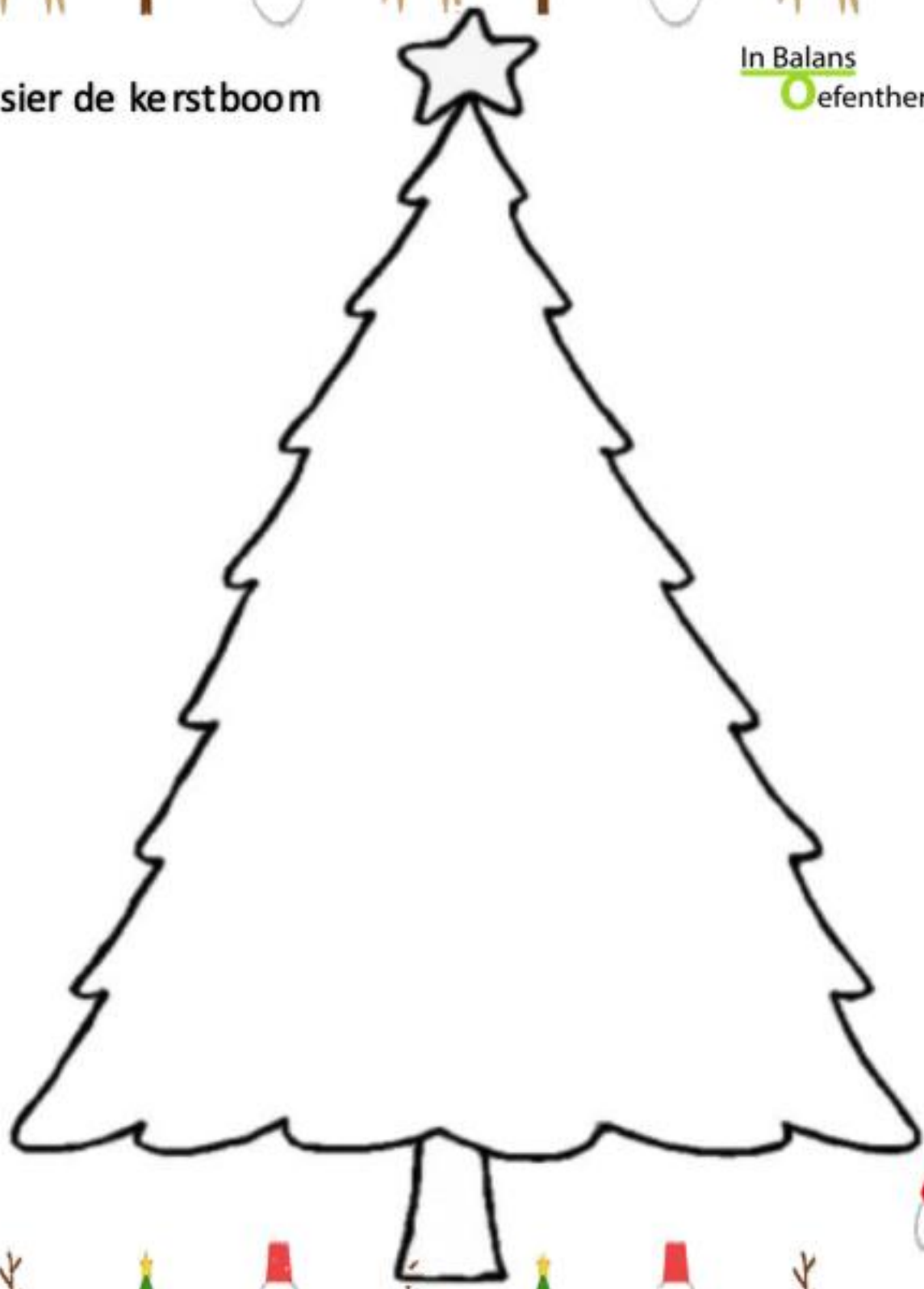




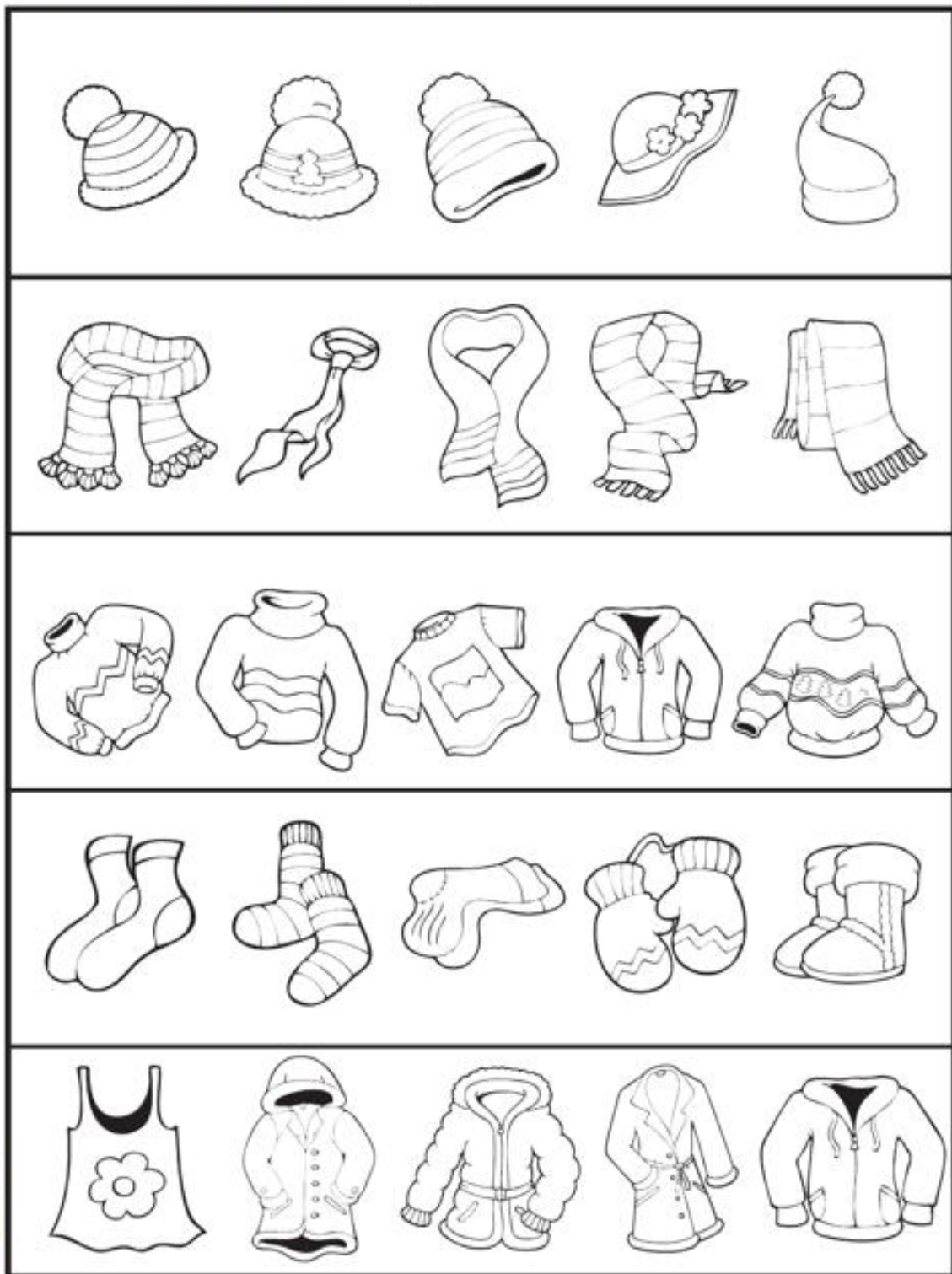


In Balans  
Oefentherapie

Versier de kerstboom



Welke hoort er niet bij?



In Balans

Oefentherapie



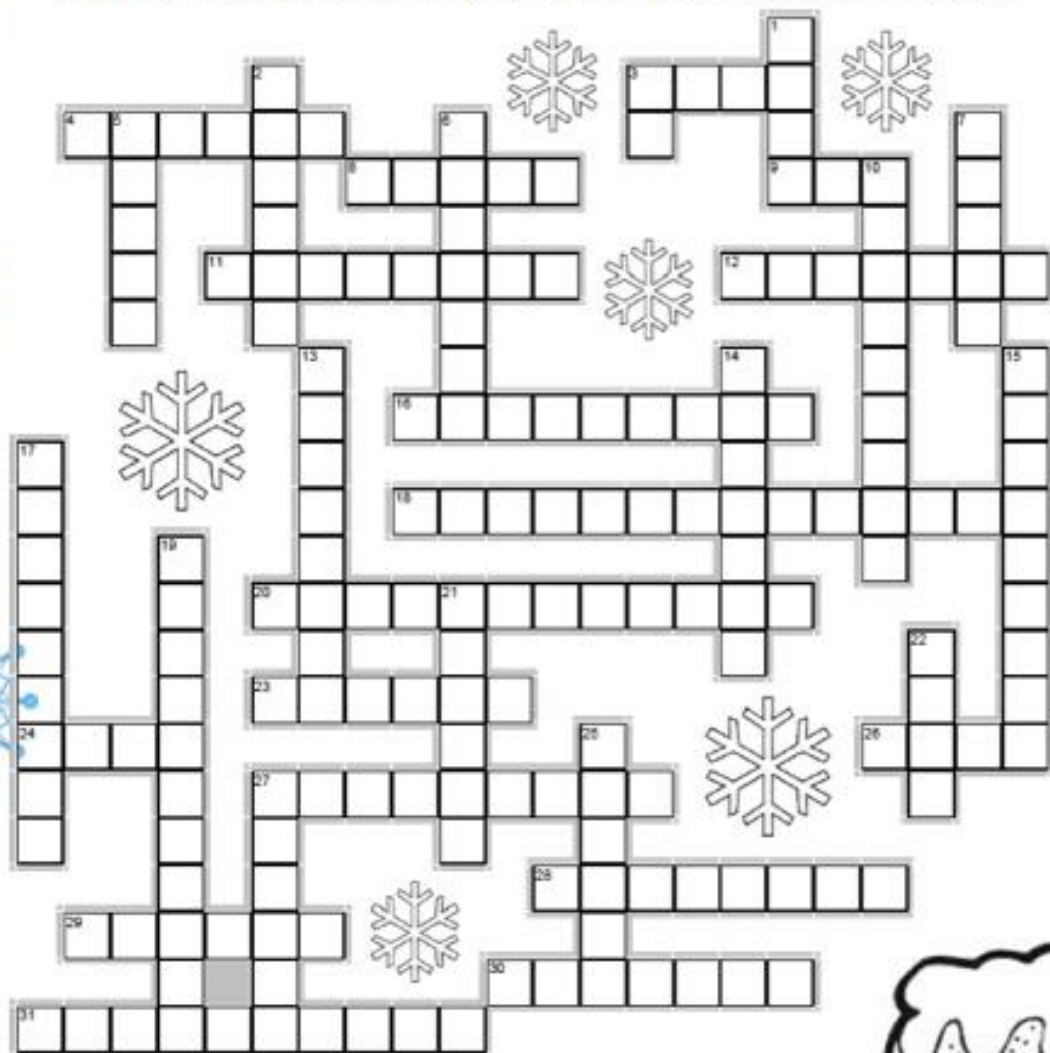




# legwoord



De woorden onder en naast het invul vak moet je invullen. Er staat steeds bij hoeveel letters een woord heeft. De ij staat in één hokje. Werk met potlood !!



**2 letters**

ijs

**3 letters**

das

**4 letters**

glad  
ijzel  
koud  
muts  
slee

**5 letters**

hagel  
skiën  
vorst

**6 letters**

dooien  
ijsbaan  
kachel  
sleeën  
sneeuw  
wanten  
winter

**7 letters**

januari  
krabben  
rodelen  
vriezen

**9 letters**

schaatsen  
sneeuwbal  
sneeuwpop  
snowboard  
winterjas

**11 letters**

wintersport

**12 letters**

handschoenen

**14 letters**

elfstedentocht

**8 letters**

december  
februari  
stampot

**10 letters**

erwtensoep



**Tip: Begin met de enkele woorden.  
De ij is 1 hokje.**





# IN KALANG OEFENTHERAPIE

## woordendoolhof

Zoek de weg door het winter-woorden-doolhof.  
 Begin bij sneeuw en eindig bij wintersport.  
 Hiernaast staan de woorden die je moet volgen.

sneeuw-winter-jas-glad-ijjsbaan-handschoenen-das-  
 koud-kachel-slee-schaatsen-skiën-sneeuwpop-  
 stampot-vriezen-dooien-wanter-wintersport





## Geheimschrift Winter



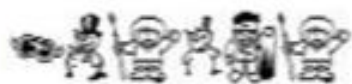
Wat staat hier?



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



.....



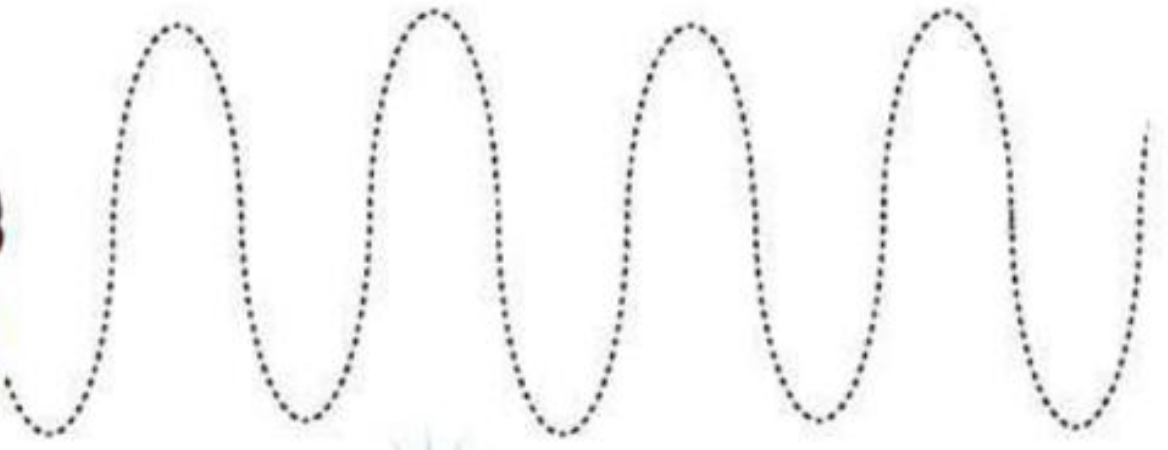
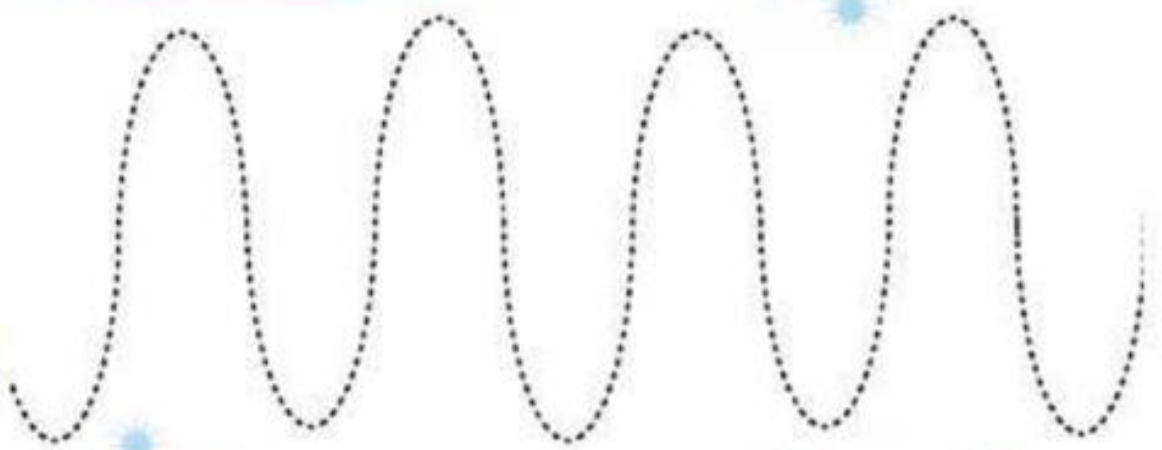
.....



.....

**IN BALANS OEFENTHERAPIE**

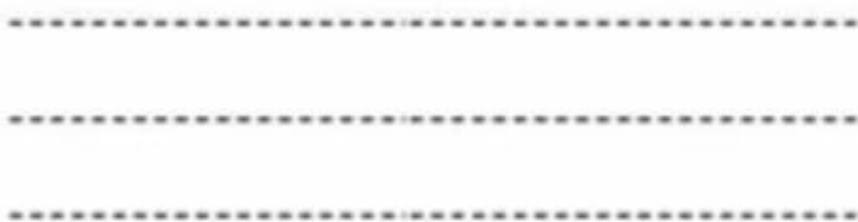
Trek de lijnen over



IN KALANG OEFENTHERAPIE



Sport jij mee met de sneeuwpoppen?  
Trek met een potlood lijnen over hun sporen heen.



In Balans

Oefentherapie





IN KALANG DEFENTHERAPIE

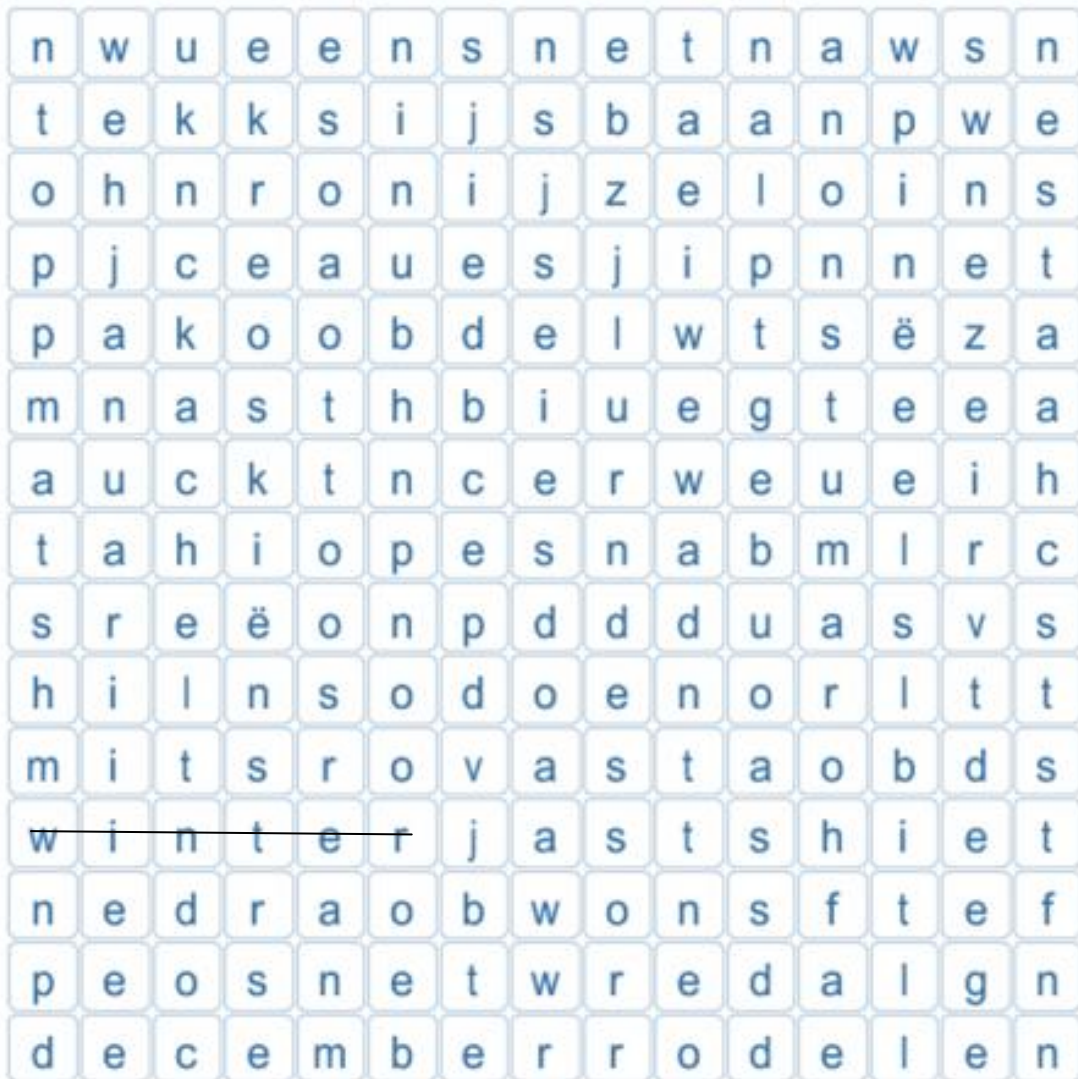


# IN BALANS OEFENTHERAPIE





# woordzoeker



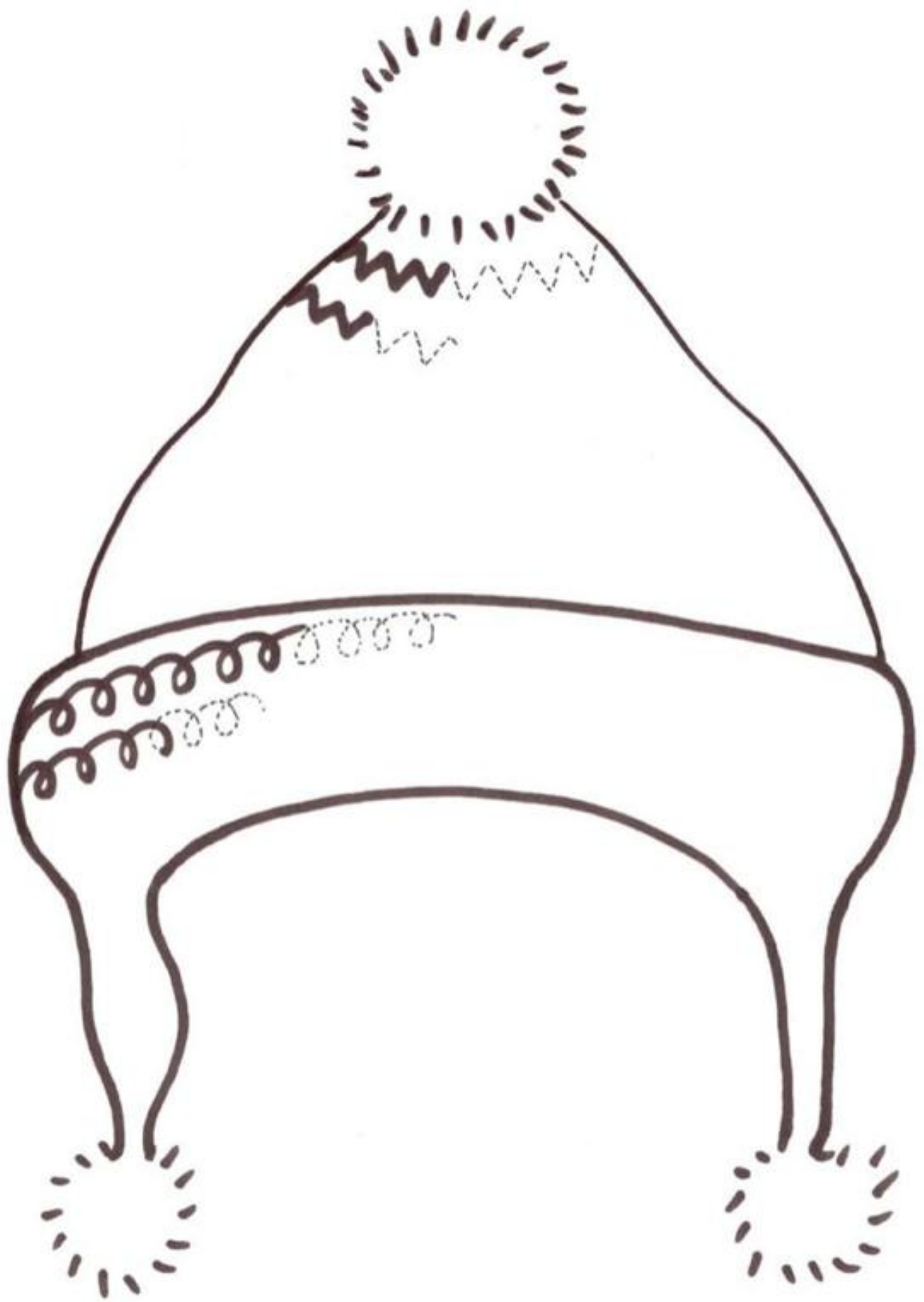
## Woorden die je moet zoeken:

das, december, dooien, elfstedentocht, erwtensoep, februari, glad, handschoenen, ijs, ijsbaan, ijzel, januari, kachel, koud, krabben, muts, rodelen, schaatsen, skiën, slee, sleeën, sneeuw, sneeuwbal, sneeuwpop, snowboarden, stampot, vorst, vriezen, wanten, ~~winter~~, winterjas, wintersport.

# IN KALANG OEFENTHERAPIE

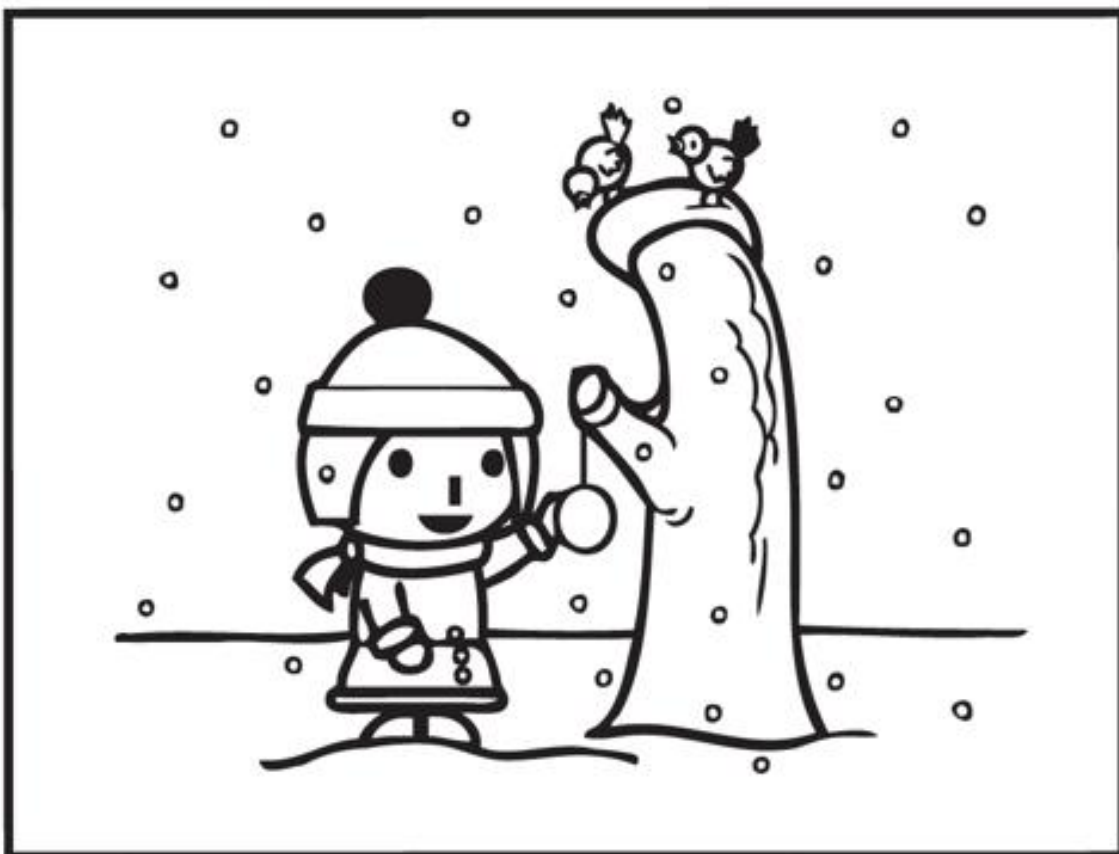
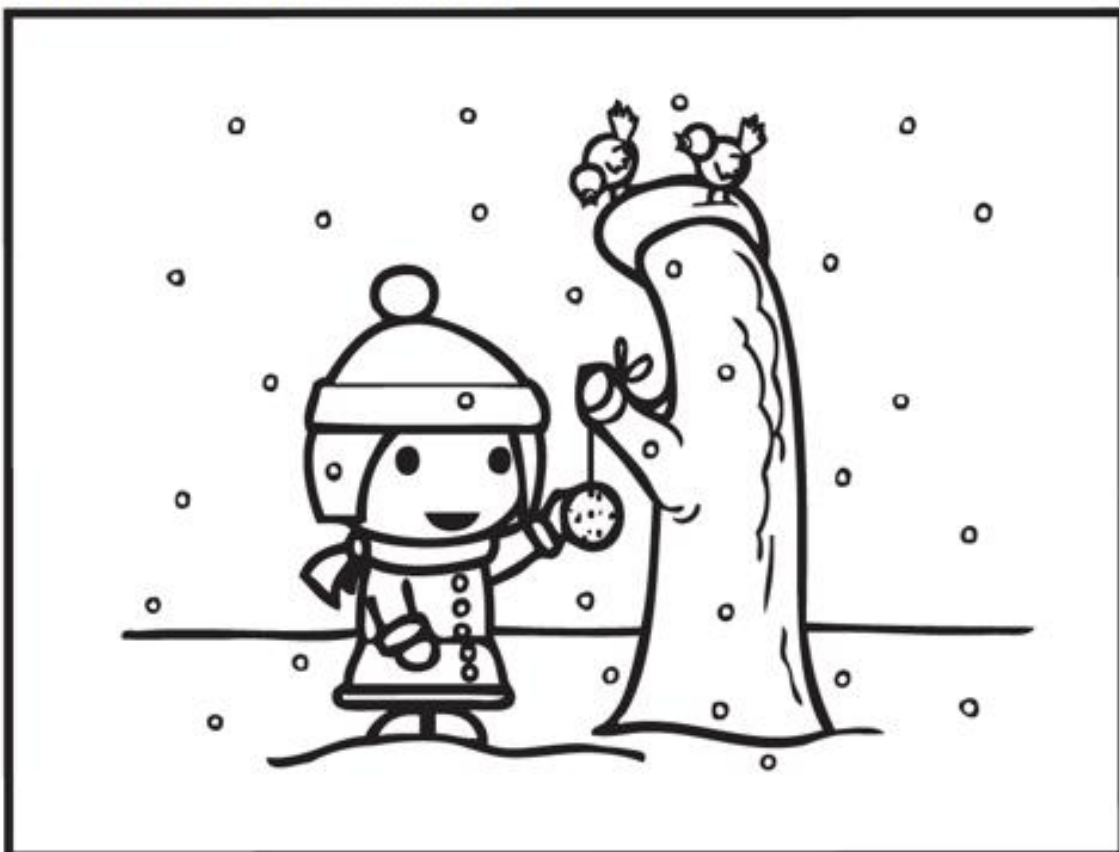






IN BALANS OEFENTHERAPIE

Zoek de 10 verschillen



In Balans

Oefentherapie

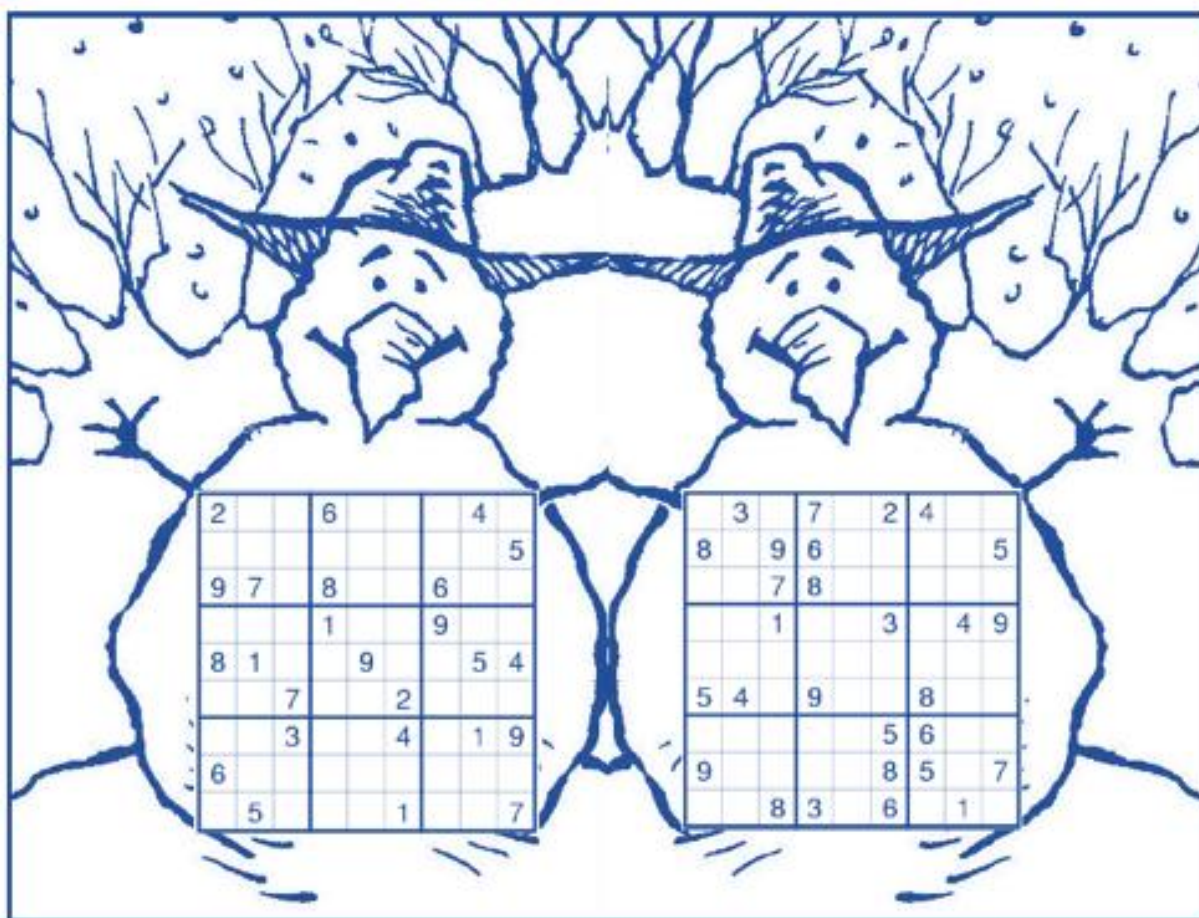




# sudoku



In elk vakje komen de cijfers van 1 t/m 9.  
Maar ook op elke horizontale lijn en elke verticale lijn  
Elk cijfer komt in het vakje of lijn maar één keer voor.  
Kun jij de cijfers op de goede plek zetten? Denk logisch!



## zoek de verschillen

In de twee plaatjes hieronder zitten 6 verschillen. Kun jij ze allemaal vinden? [A]

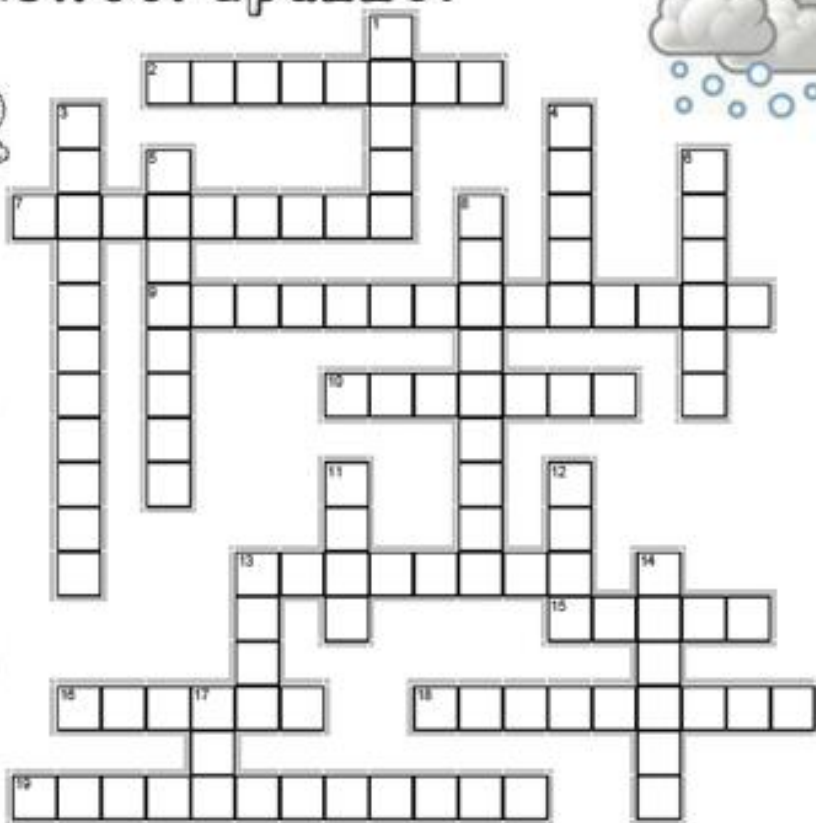


**IN BALANS**  
**OEFENTHERAPIE**



# kruiswoordpuzzel

## WINTER



De ij = 2 hokjes

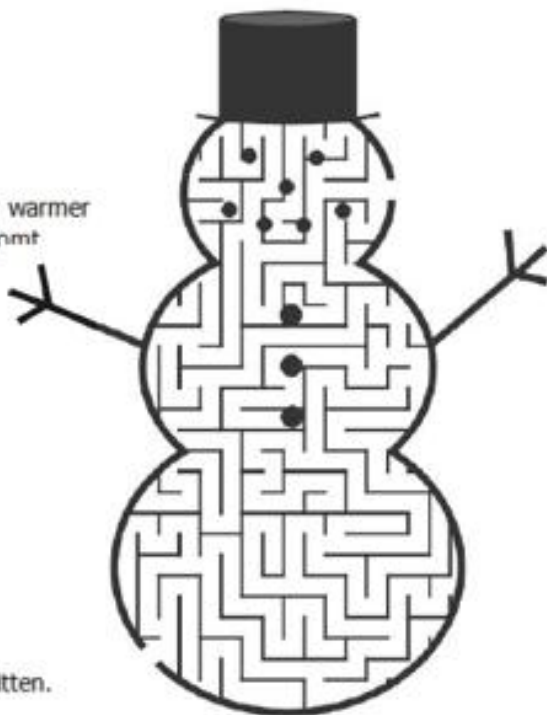
## Deze woorden moet je invullen:

### Van links naar rechts

2. 3e wintermaand.
7. Bal waarmee je veel sneeuwpret hebt.
9. Schaatsstocht in Friesland.
10. 2e wintermaand.
13. Lekker wintereten, waar alles door elkaar geprakt zit.
15. Lekker warm om je nek.
16. Zo noem je het als het na een koude vorstperiode weer warmer gaat worden en de temperatuur boven de nul graden komt.
18. Kun je doen op een bevroren sloot.
19. Stop je je handen in als het erg koud is.

### Van boven naar beneden

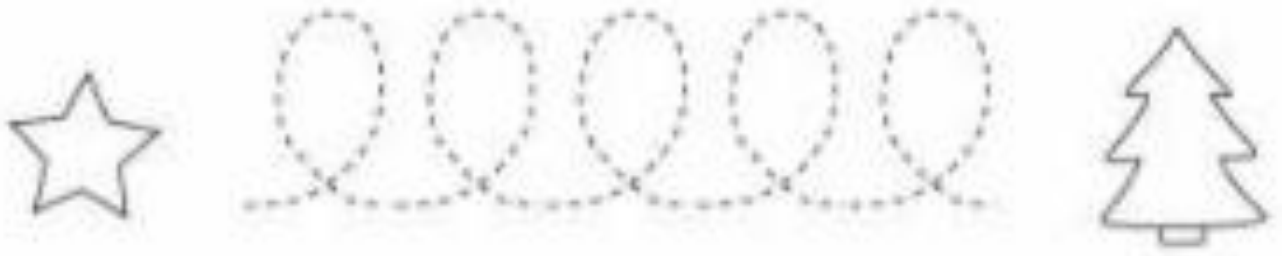
1. Neerslag van harde witte bolletjes.
3. Vakantie die veel mensen houden in de winter.
4. Zo noem je de temperatuur als het buiten vriest.
5. 1e wintermaand.
6. Brandt extra hard als het koud is.
8. Grote figuur van sneeuw.
11. Wordt de straat en stoep als het ijzelt.
12. Lekker warm op je hoofd.
13. Hierop kun je glijden in de sneeuw.
14. Soort handschoenen, maar waar alle vingers bij elkaar zitten.
17. Bevroren water.



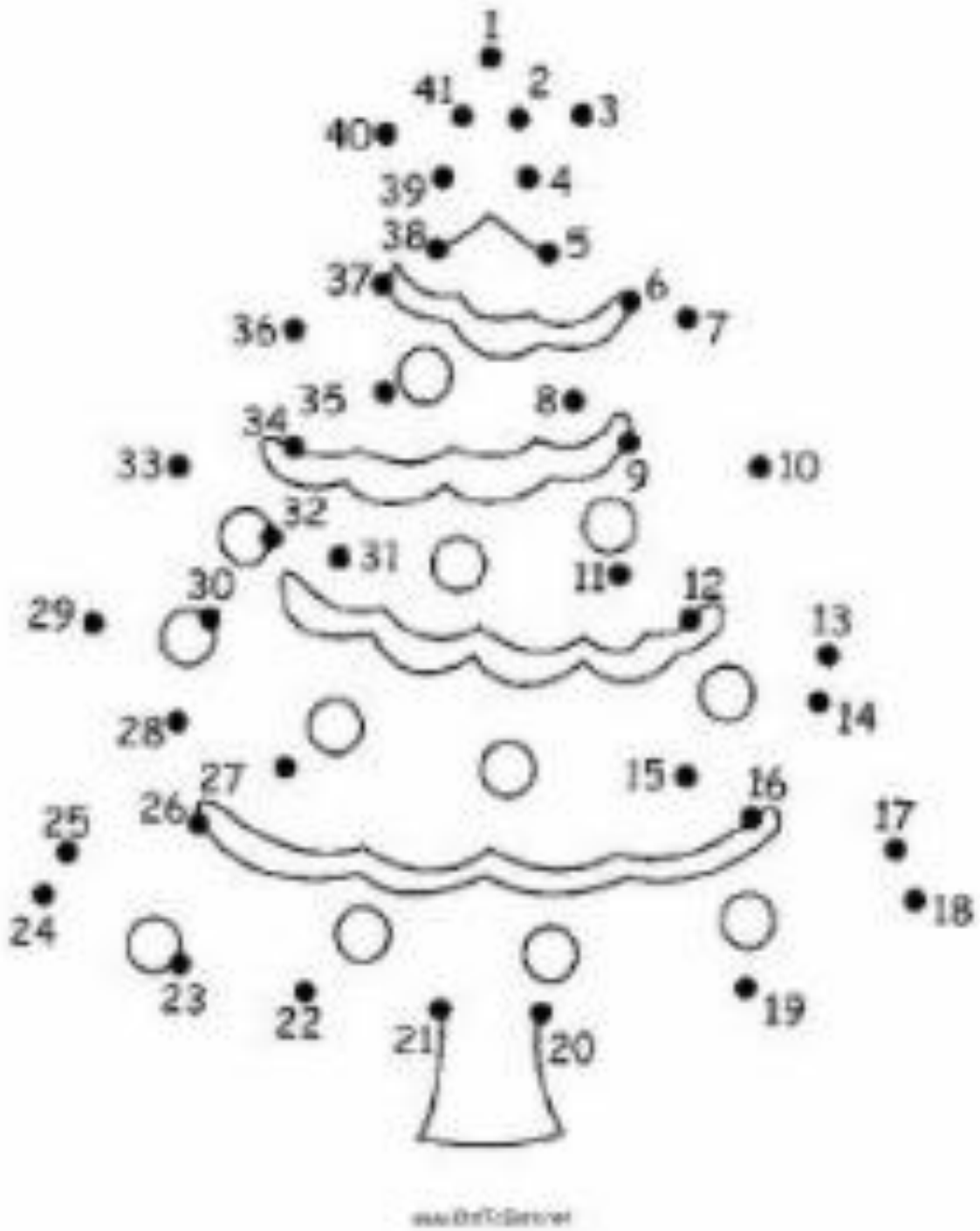


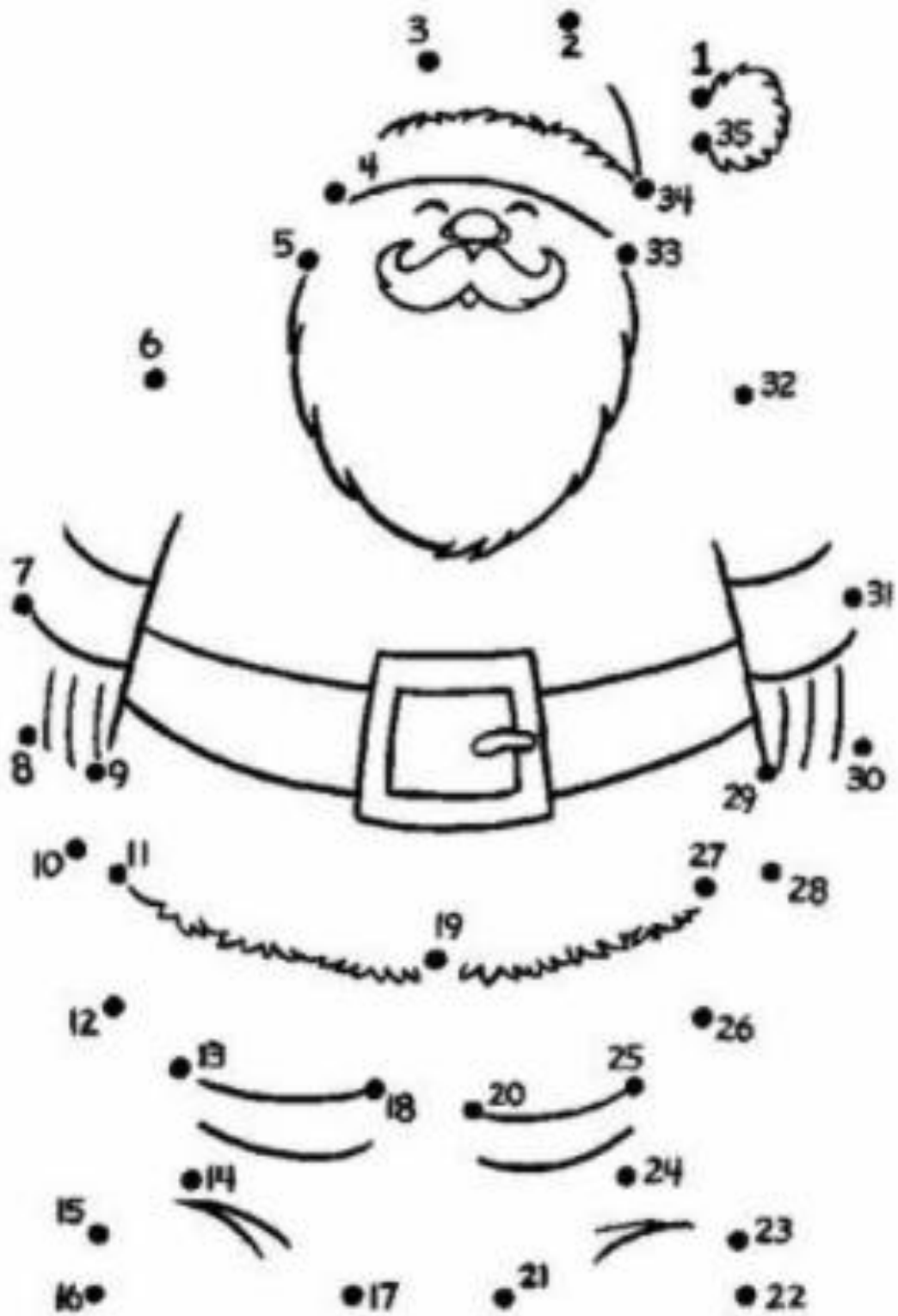
Pregrafismo













\* Maak de kerstboom af, kleur of plak de vakjes!

