

16+!

Maandag
6 april



VOORGERECHTEN

Sport & beweging: buikspieren

8u – 9u

Schooltijd

9u – 10u

Natuur: wandelen

10u – 11u

Schooltijd

11u – 12u

Lunchpauze

12u – 13u

HOOFGERECHTEN

Schooltijd

13u – 14u

Bib aan zet: raadgedicht

14u – 15u

Bakken

15u – 16u

Schooltijd

16u – 17u

Spel: jongleren

17u – 18u

Avondeten

18u – 19u

DESSERTS

Concerten

#Paaseierenzoektocht9080



Veel plezier!

EXTRA UITLEG!



SPORT & BEWEGING

Een buikspierkwartiertje! Vandaag gaan we de buikspieren oefenen, zodat onze spieren na deze crisis niet helemaal verdwenen zijn. Zoek een video op Youtube en ga aan de slag!

► Surf naar: www.youtube.com/watch?v=0frQEIUSdUE

SCHOOLTijd

Gebruik deze tijd om te werken aan taken die je kreeg van school. Kreeg je geen taken? Herhaal dan zeker de leerstof die je het laatst zag in de les en maak oefeningen opnieuw.

NATUUR

Niets beter dan een wandeling door de natuur om tot rust te komen in de vakantie.

BIB AAN ZET

Een raadgedicht is een gedicht waarin één woord ontbreekt. Dit woord is afgedekt en jij mag het raden. Hierdoor ga je extra goed lezen en zelf nadenken over het gedicht. Hoe zou jij het afmaken? Goed of fout is niet het belangrijkste. Misschien bedenk je wel een beter woord dan de dichter!

► Surf naar: raadgedicht.nl/

Aanrader:

'Wat betekent ze' ► Surf naar: raadgedicht.nl/wat-betekent-ze-max-greyson/

KOKEN

Vandaag gaan we old school koekjes bakken! Wedden dat je dit al sinds de lagere school niet meer hebt gedaan? Zoek een basisrecept op en ga helemaal los met de versieringen die je nog in huis hebt. Tip: met bloedsuiker en water kun je een glazuur maken waar je koekjes mee kunt versieren.

► Surf naar: www.libelle-lekker.be/bekijk-recept/3045/boterkoekjes-1

Liever iets gezondere recepten?

► Surf naar: chickslovefood.com/7x-gezonde-koekjesrecepten/



Veel plezier!

EXTRA UITLEG!



SPEL

Je hebt nu alle tijd om nieuwe dingen te leren. Iets wat je snel kan leren is jongleren! Zoek 3 balletjes of andere dingen die niet kapot kunnen, en oefenen maar! Je hebt er alleen een beetje focus voor nodig. Je zult zien, iedereen kan jongleren.

► Surf naar: www.youtube.com/watch?v=LggP-xilWG4

CONCERTEN

Nu bands geen concerten meer mogen doen, geven sommige artiesten thuis concerten. Een goed moment dus om eens een livestream te volgen van een artiest die je nog niet kent, of juist een concert van vroeger terug te kijken. Op de Youtubepagina van de AB zijn veel concerten en livestreams te vinden.

► Surf naar: www.abconcerts.be/

Aanraders:

het concert van Brihang: ► Surf naar: www.abconcerts.be/nl/nieuws/abtv/blijf-thuis-en-herbekijk-brihang-in-ab-vanuit-je-zetel/3003/

Star Wars in Concert met een orkest: ► Surf naar: www.youtube.com/watch?v=PBmJV91-7ps

#PAASEIERENZOEKTOCHT9080

Ken je de berenjacht al? Velen plaatsen hierbij een knuffelbeer aan het raam. Kinderen kunnen dan een wandeling maken en ondertussen de beren spotten. Speelplein Joepla ging dan ook met dit idee aan de slag om hun paaseierenzoektocht in tijden van corona toch te laten doorgaan!

► Surf naar: www.lochristi.be/nieuwsdetail/2502/paaseierenzoektocht9080



Veel plezier!