



welke *kleur* voel jij vandaag?

Dag- en werkboek

webkonijn


DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



Teken je gevoel

Wat maakt jou verdrietig?

DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

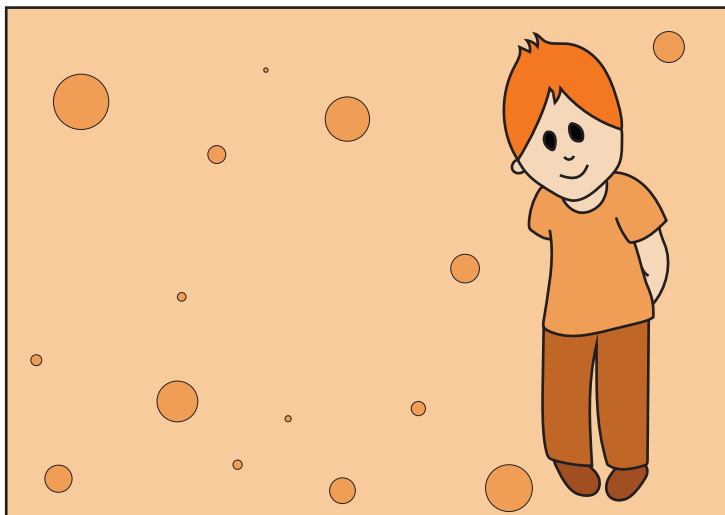
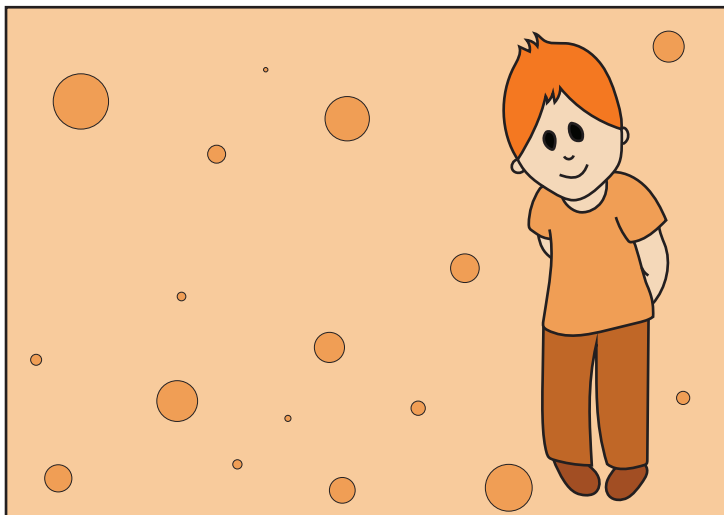
Eten

Vriendjes

webkonijn

verschillen

Zoek de 5 verschillen



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

webkonijn


vandaag was

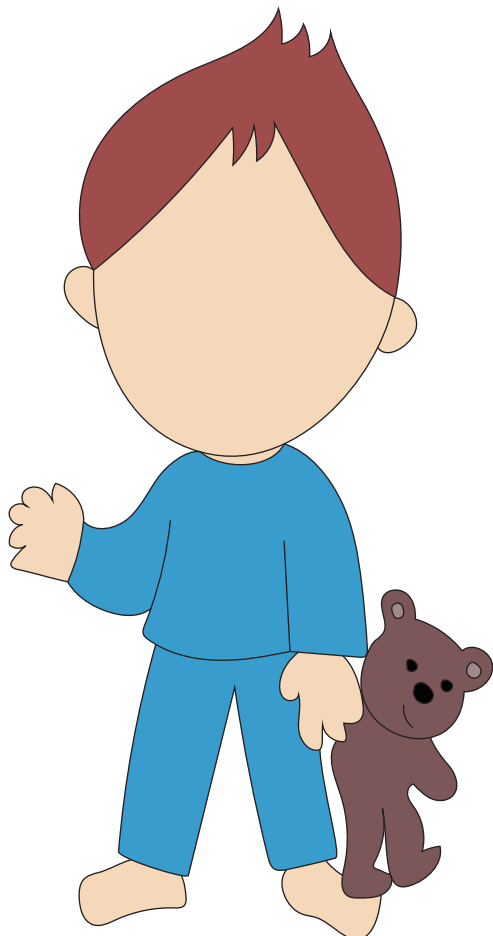
welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



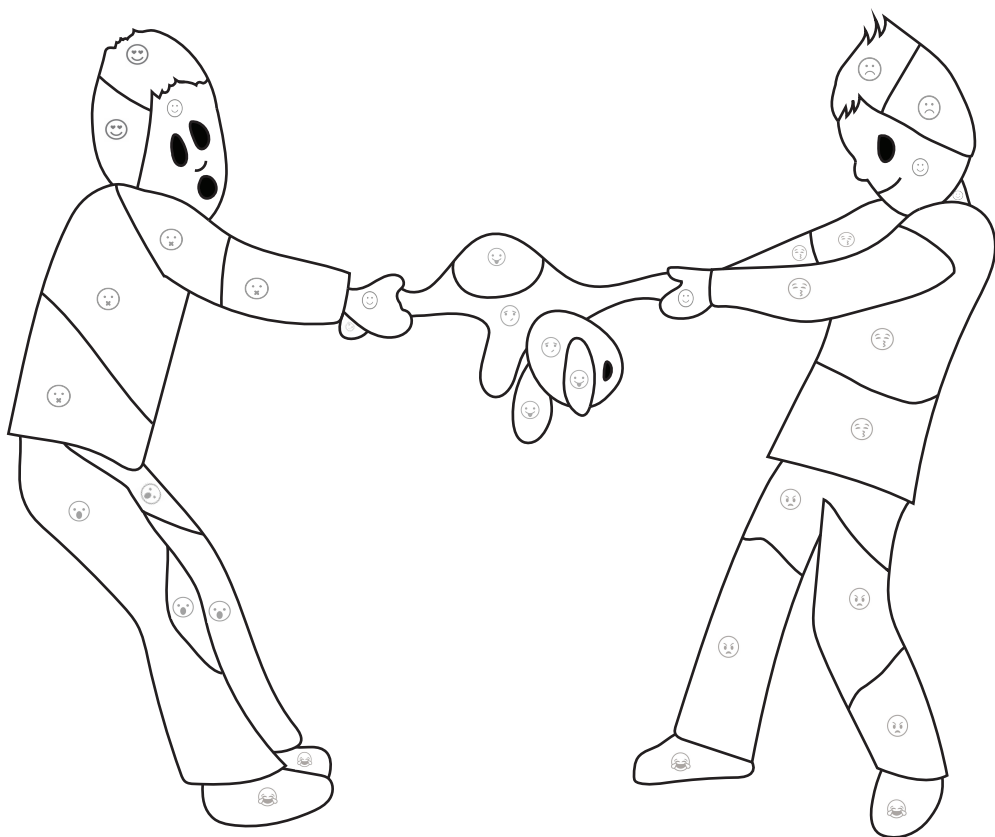
het weer was

Teken



kleuren

Kleur op gevoel



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



schaduw

Zoek de juiste schaduw



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

Eten

Vriendjes

webkonijn

nummers

Verbind de nummers



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

webkonijn

vandaag was

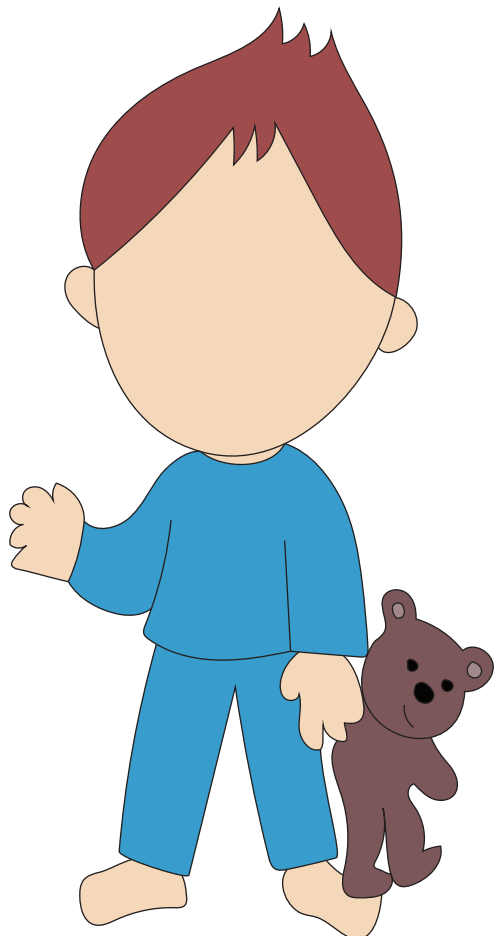
welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



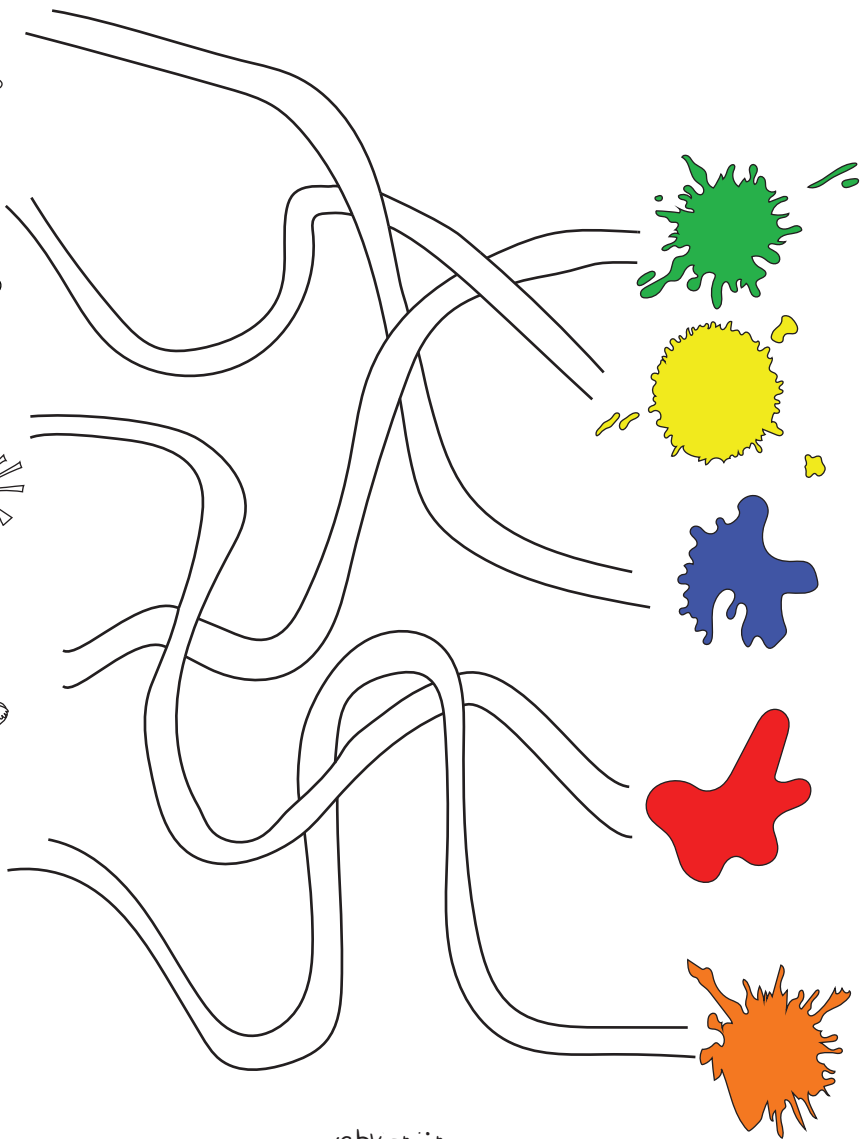
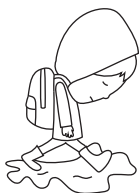
het weer was

Teken



welk kleur ben jij?

Volg de juiste weg



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



Kwaadheidsparade

Laat je maar eens helemaal gaan!

Soms ben je eens boos en dat is ok. Het is niet ok om zomaar die boosheid op iemand af te reageren. Daarom kan het zinvol zijn om die kwaadheid te uiten in een kwaadheidsparade.

Loop rond en schreeuw, stamp op de grond, timmer op je borstkas zoals een boze aap, trap tegen je kussen of gebruik je bed als boksbal. Nu mag het allemaal, zolang je niets stuk maakt of iemand pijn doet. Je zal zien, dit lucht op.



W E E K O V E R Z I C H T

week van maandag

tot zondag



welke kleur voel jij vandaag?

Kleur het vakje

webkonijn

ochtend

middag

maandag

dinsdag

woensdag

donderdag

vrijdag

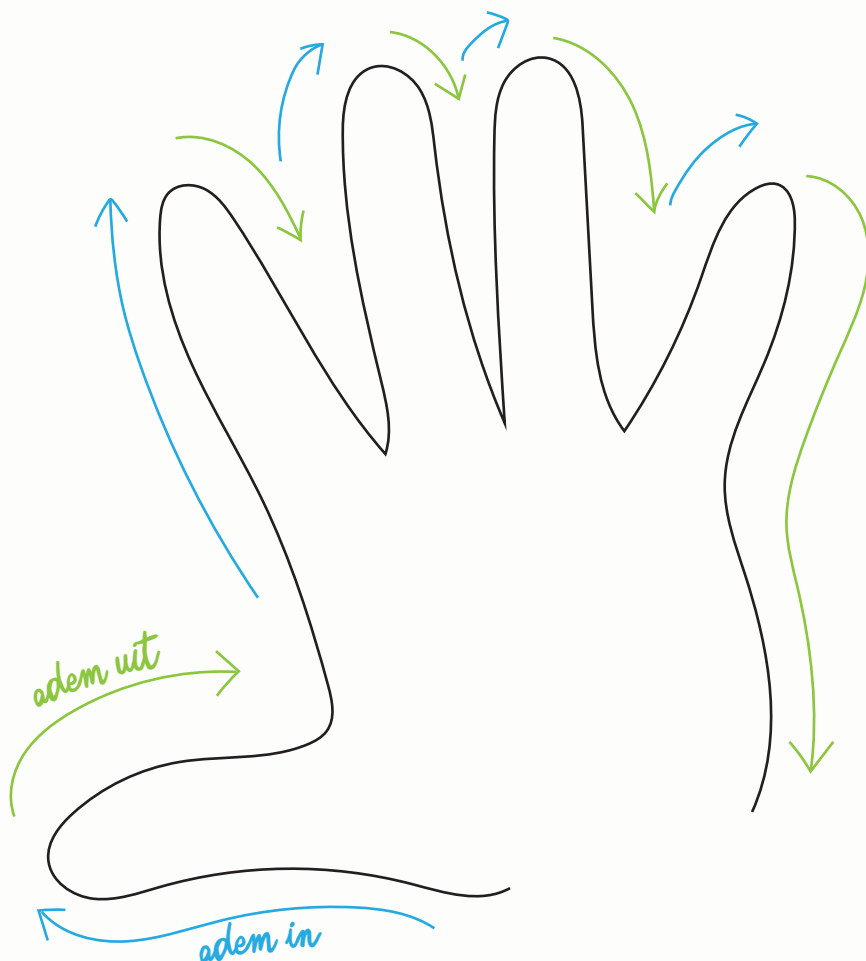
zaterdag

zondag

ademhalingsoefening

Adem door gebruik te maken van je hand

Strek je hand open en volg met de wijsvinger van je andere hand je vingers op en neer terwijl je ademhaalt. Adem rustig in bij het omhoog gaan langs je mond en terug uit wanneer je terug naar beneden gaat.



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege verfvlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

Eten

Vriendjes

webkonijn

Teken je gevoel

Wat maakt jou blij?

D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

webkonijn

vandaag was

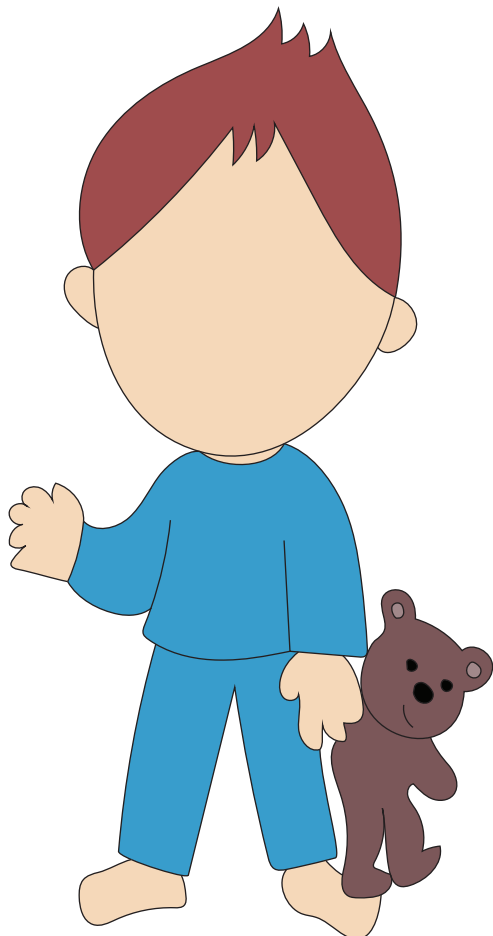
welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



het weer was

Teken

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for a child to draw a picture of the weather.

verschillen

Zoek de 5 verschillen



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

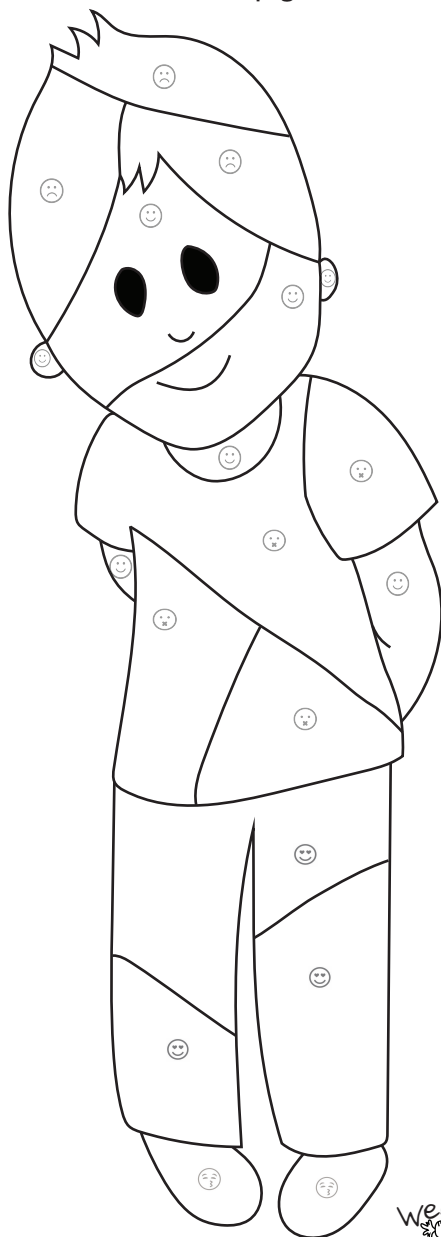
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



kleuren

Kleur op gevoel



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege verfvlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

Eten

Vriendjes

webkonijn

schaduw

Zoek de juiste schaduw



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

webkonijn

vandaag was

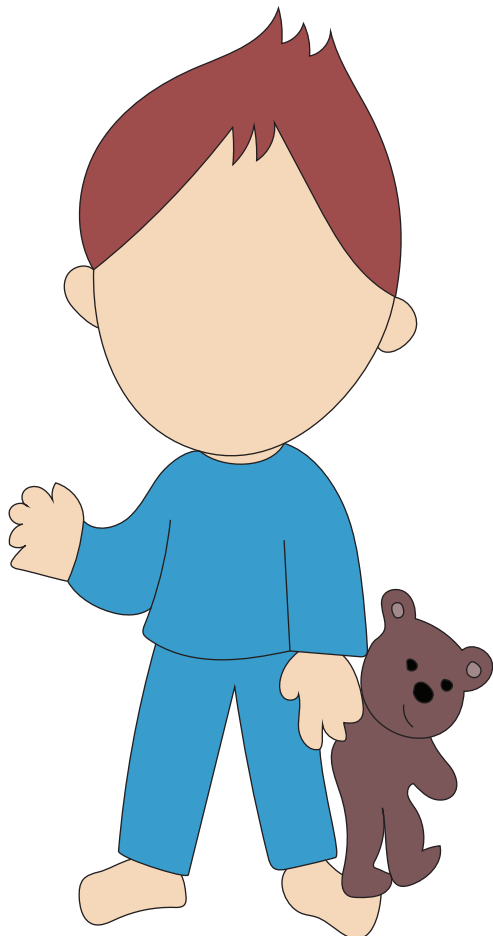
welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



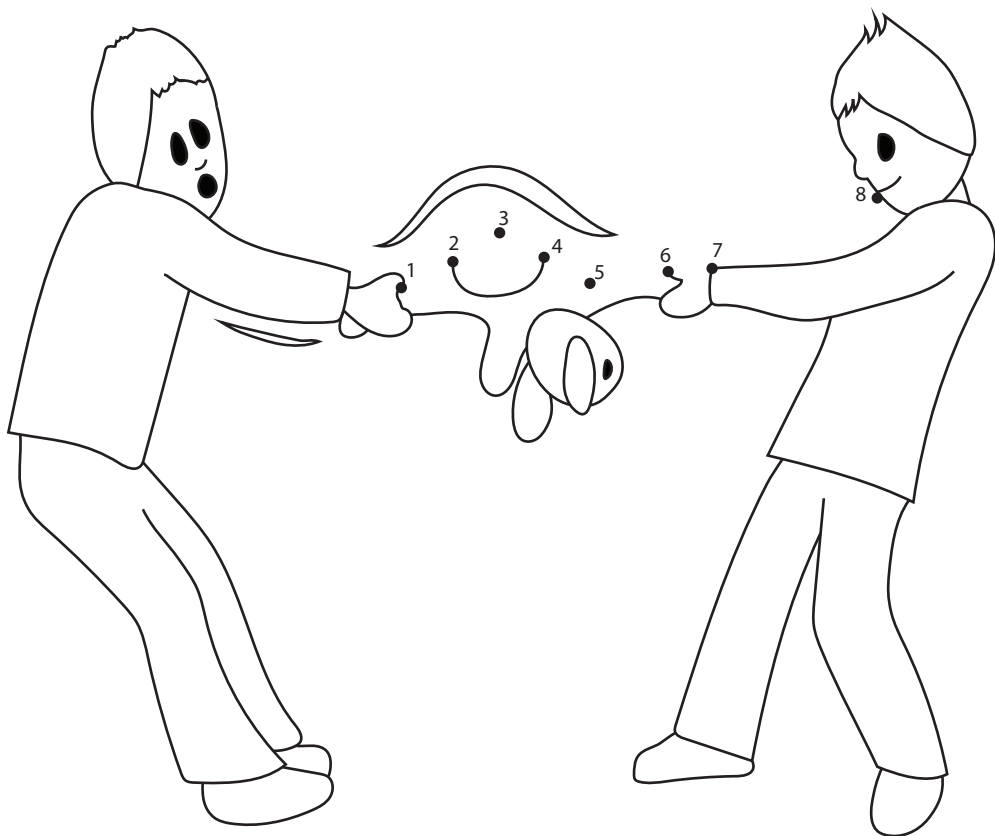
het weer was

Teken



nummers

Verbind de nummers



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

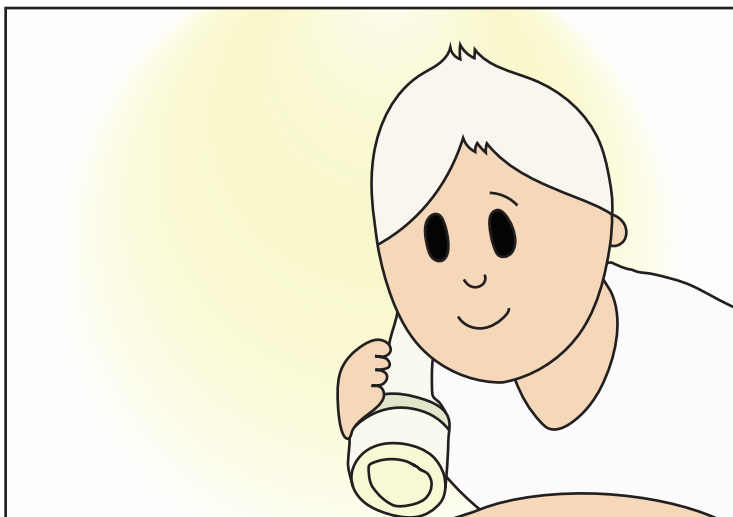
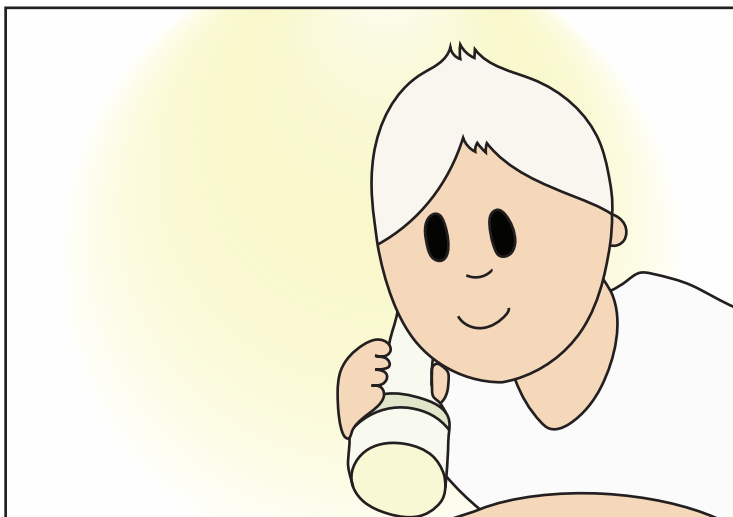
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



verschillen

Zoek de 5 verschillen



W E E K O V E R Z I C H T

week van maandag

tot zondag



welke kleur voel jij vandaag?

Kleur het vakje

webkonijn

ochtend

middag

maandag

dinsdag

woensdag

donderdag

vrijdag

zaterdag

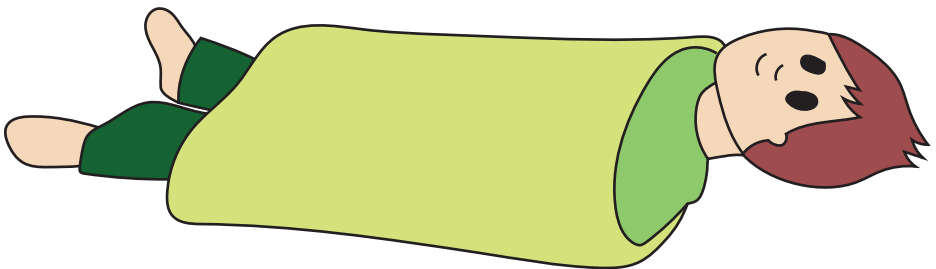
zondag

worstenbroodje

Voor een veilig en geborgen gevoel

Neem een groot laken die rondom je lichaam past. Leg je op een zijde van dit laken en laat iemand je oprollen in het laken. Zorg ervoor dat je armen strak naast je blijven, zo is het makkelijker om tot een worstenbroodje gerold te worden. Het hoofd mag niet in het laken zitten en de nek blijft vrij. Het laken rol je zo strak mogelijk om je lichaam.

Blijf enkele minuutjes rustig als worstenbroodje liggen, dit brengt rust en veiligheid.



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

Eten

Vriendjes

webkonijn

Teken je gevoel

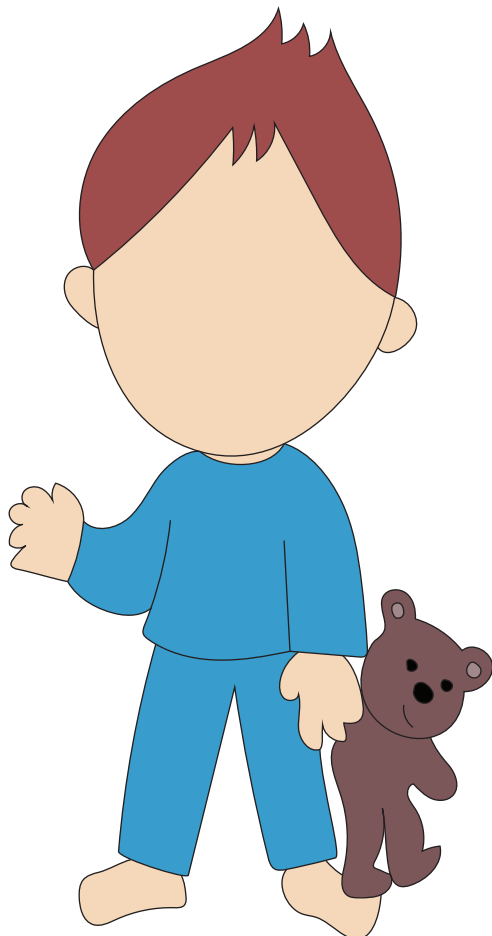
Wat maakt jou boos?

D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

Webkonijn

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



het weer was

Teken

verschillen

Zoek de 5 verschillen



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



kleuren

Kleur op gevoel



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

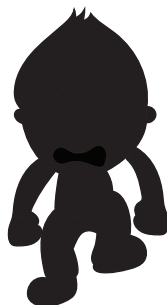
Eten

Vriendjes

webkonijn

schaduw

Zoek de juiste schaduw



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

Webkonijn


vandaag was

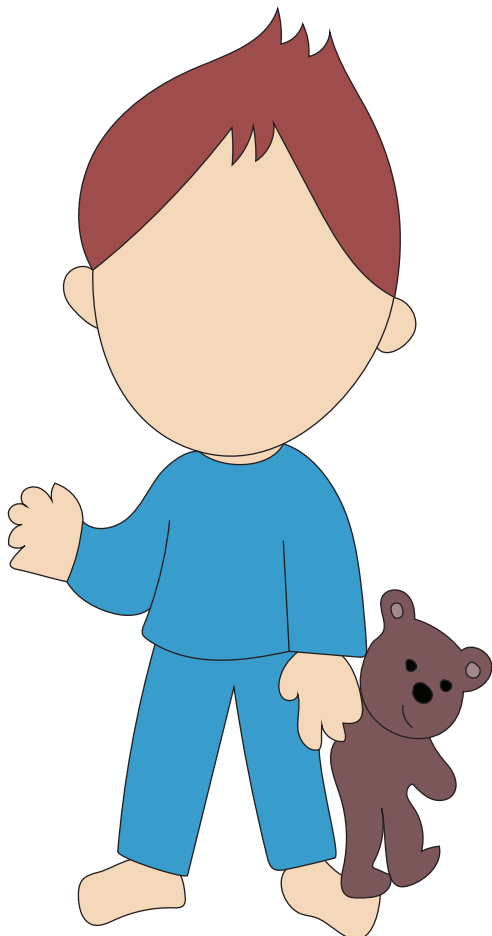
welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



het weer was

Teken



nummers

Verbind de nummers



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

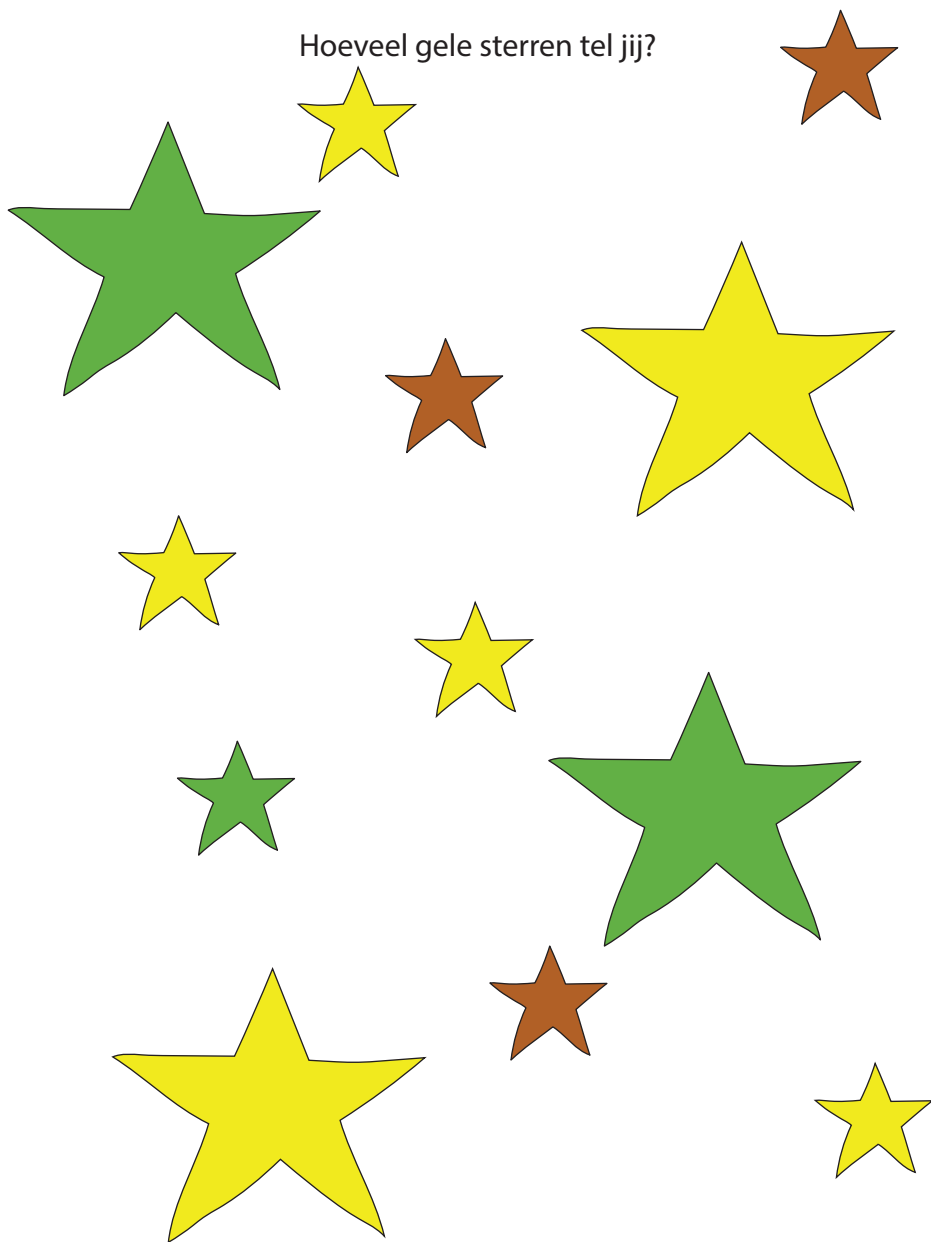
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



Tellen

Hoeveel gele sterren tel jij?



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

Eten

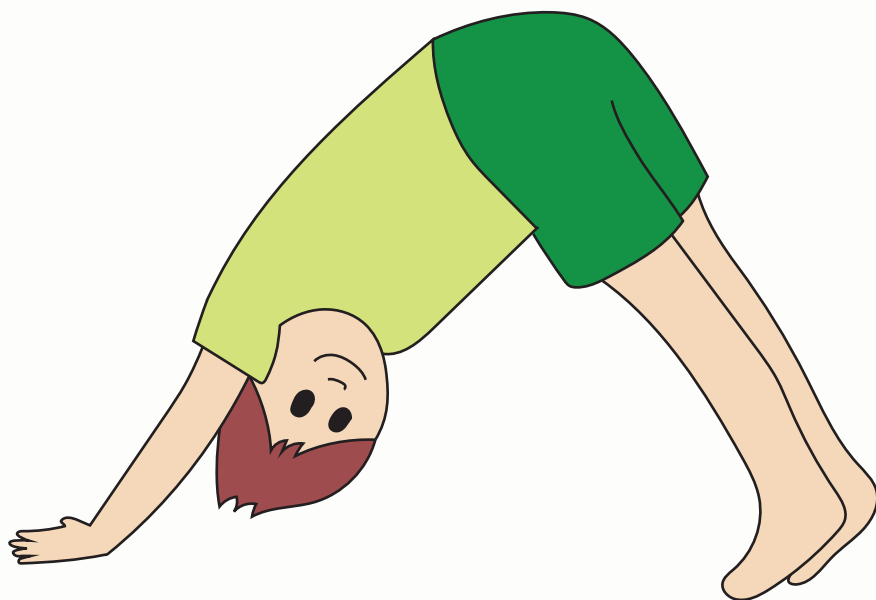
Vriendjes

webkonijn

yoga

Een rustige hond rekt zich even uit

Ga op je handen en knietjes zitten, breng je benen een beetje uit elkaar. Breng je knietjes van de grond, strek je benen en breng je poep omhoog. Zo rekt een rustig hondje zich uit, wordt je er niet rustig van?



W E E K O V E R Z I C H T

week van maandag

tot zondag



welke kleur voel jij vandaag?

Kleur het vakje

webkonijn

ochtend

middag

maandag

dinsdag

woensdag

donderdag

vrijdag

zaterdag

zondag

friemelspeeltje

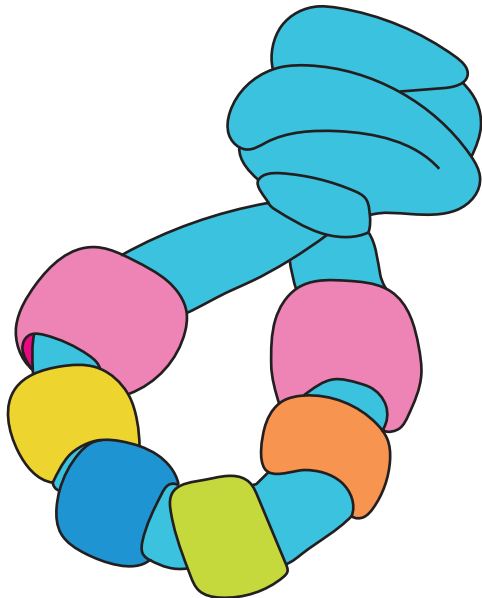
Friemelspeeltjes kunnen handig zijn wanneer je teveel prikkels moet verwerken, bij angst of om de concentratie te verbeteren ... Veel kindjes friemelen aan hun arm, kauwen op hun mouw ... dit is een leuk en makkelijk alternatief.

Wat heb je nodig?

- Chenilledraad
- Kraaltjes

Hoe ga je te werk

1. Bevestig een aantal kraaltjes aan de chenilledraad. Schuif de kraaltjes niet te dicht bij elkaar zodat ze nog kunnen bewegen.
2. Maak een cirkelvorm van de chenilledraad.
3. Bevestig aan een rits of maak gewoon een mooi rondje

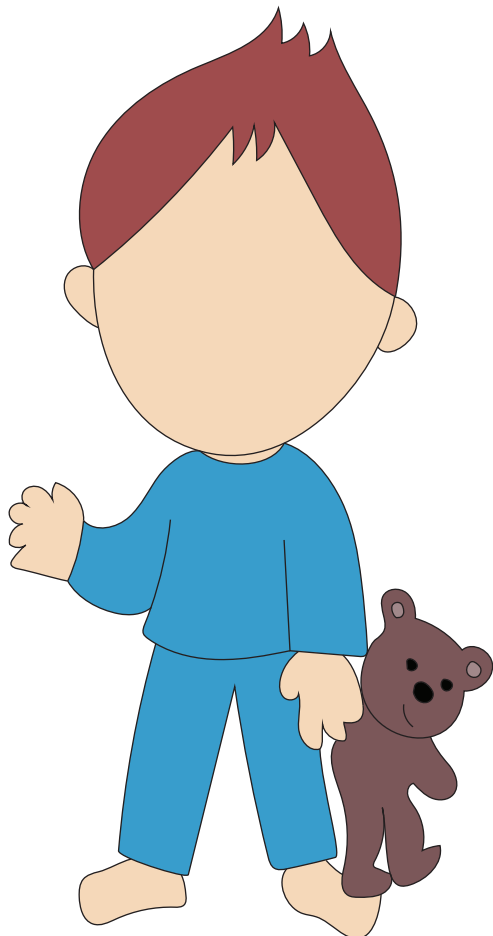


D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

webkonijn



vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



het weer was

Teken

Teken je gevoel

Wat maakt jou rustig?

D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

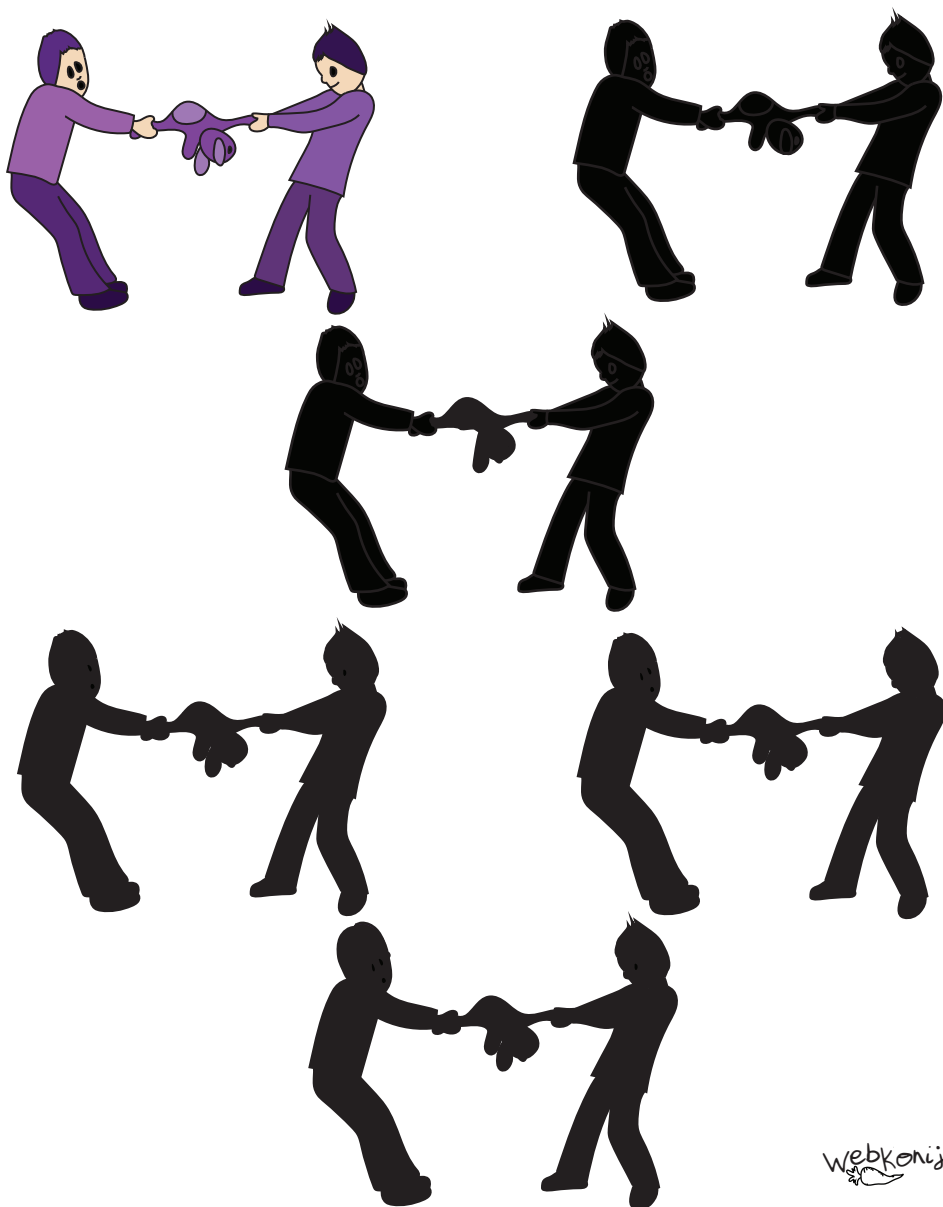
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



schaduw

Zoek de juiste schaduw



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

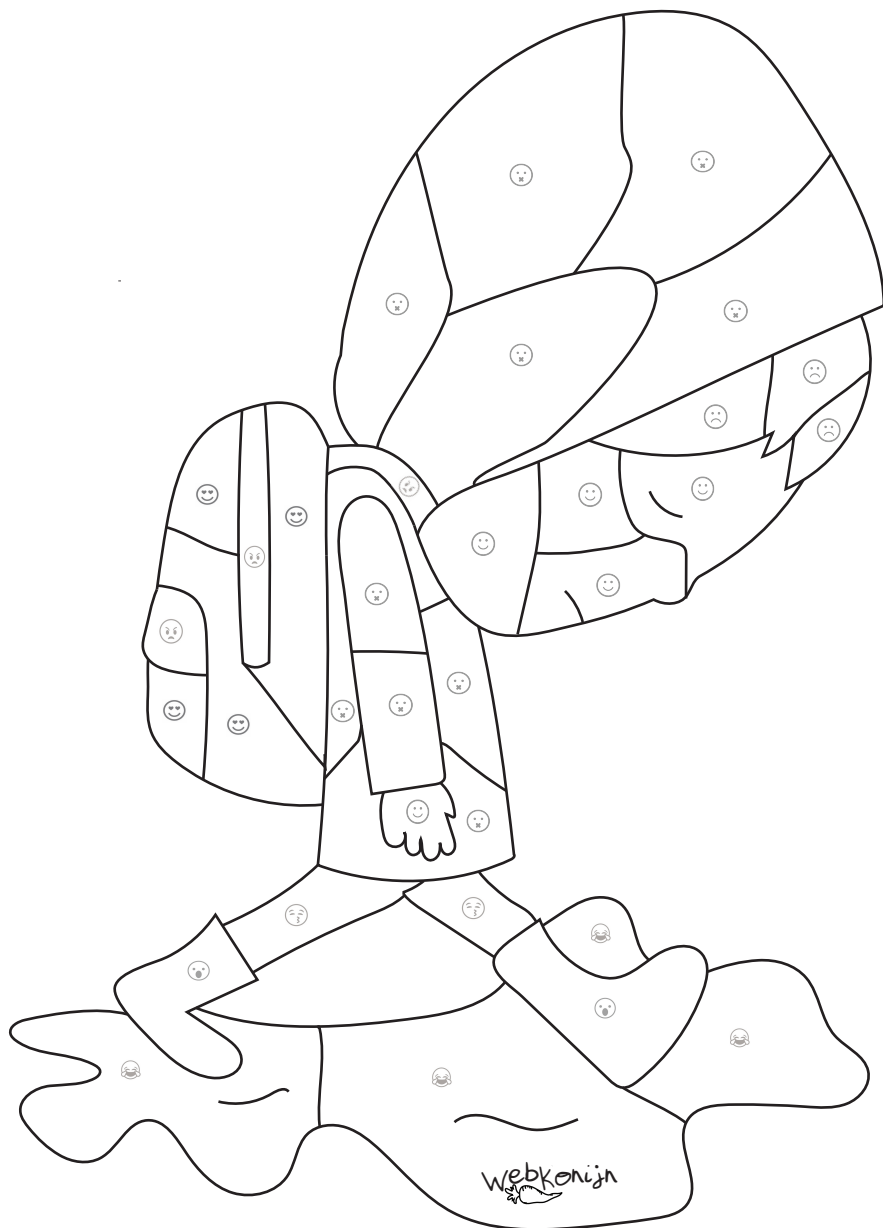
Eten

Vriendjes

Webkonijn

kleuren

Kleur op gevoel



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

webkenijn

vandaag was

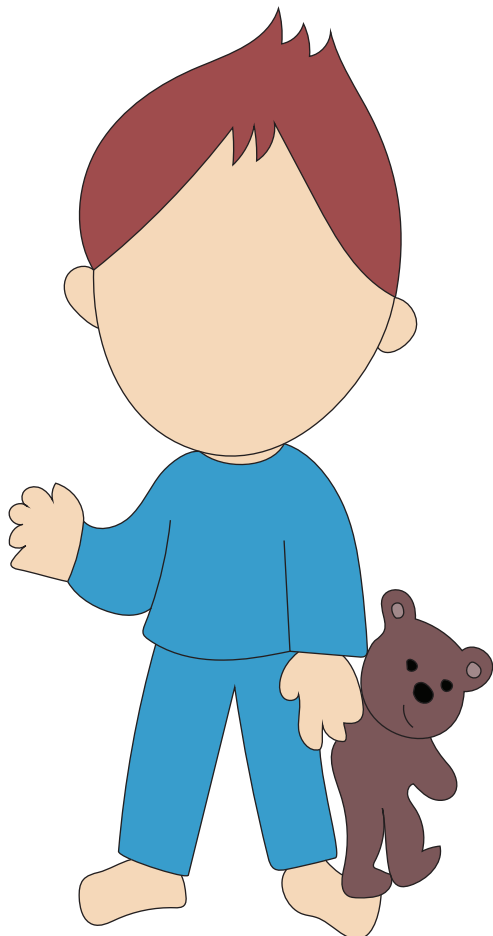
welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



het weer was

Teken



schaduw

Zoek de juiste schaduw



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

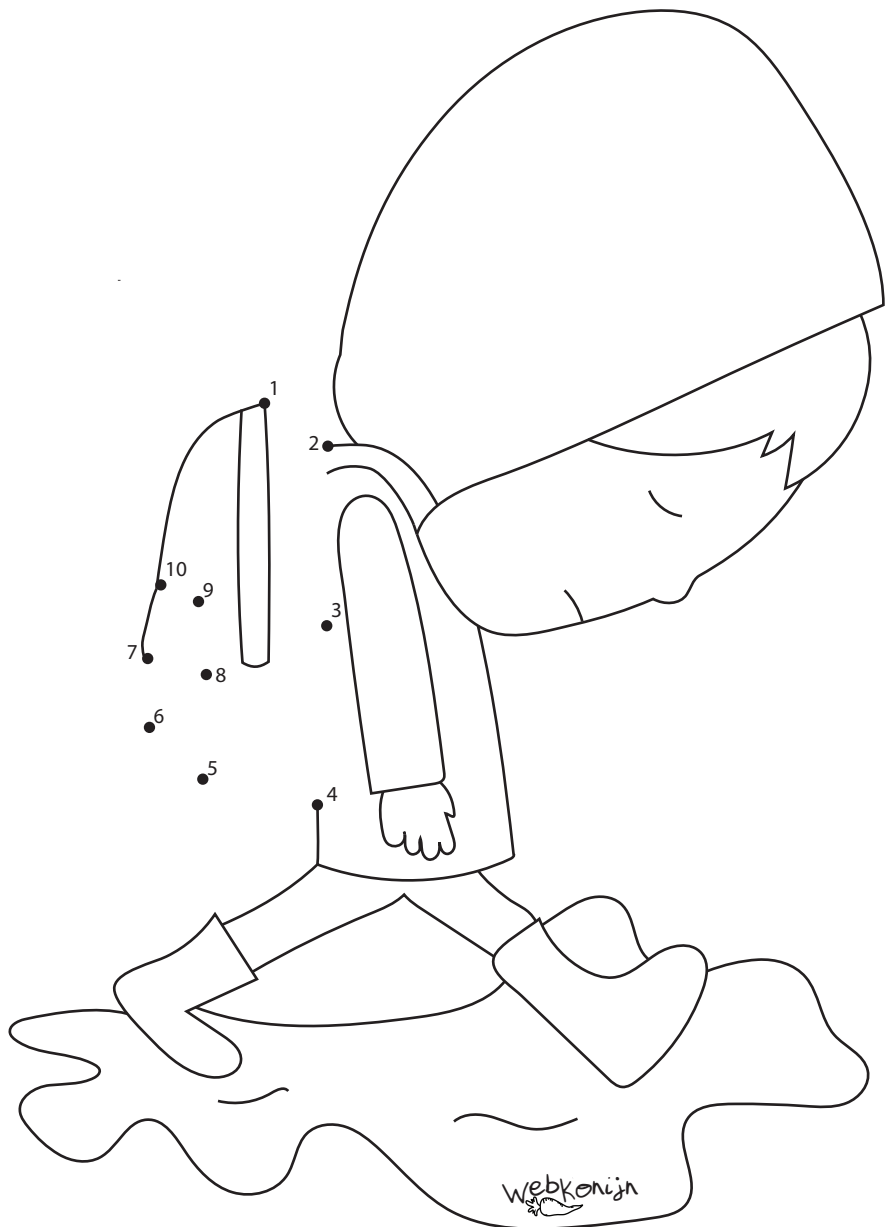
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



nummers

Verbind de nummers



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

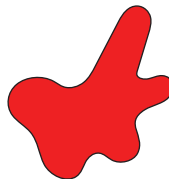
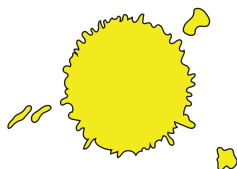
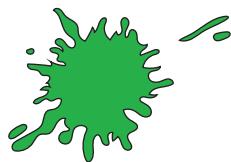
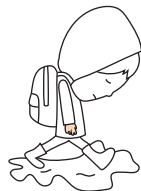
Eten

Vriendjes

webkonijn

welk kleur ben jij?

Wie hoort bij welke kleur?



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

webkenijn

vandaag was

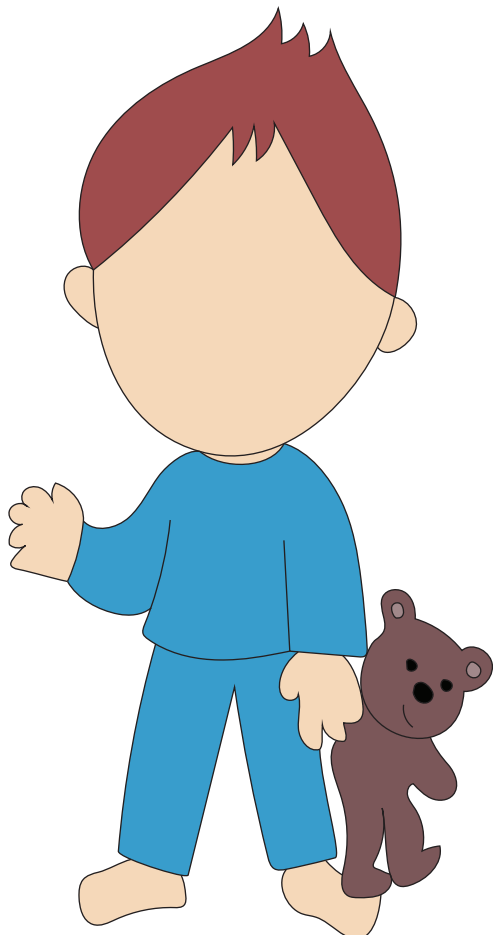
welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



het weer was

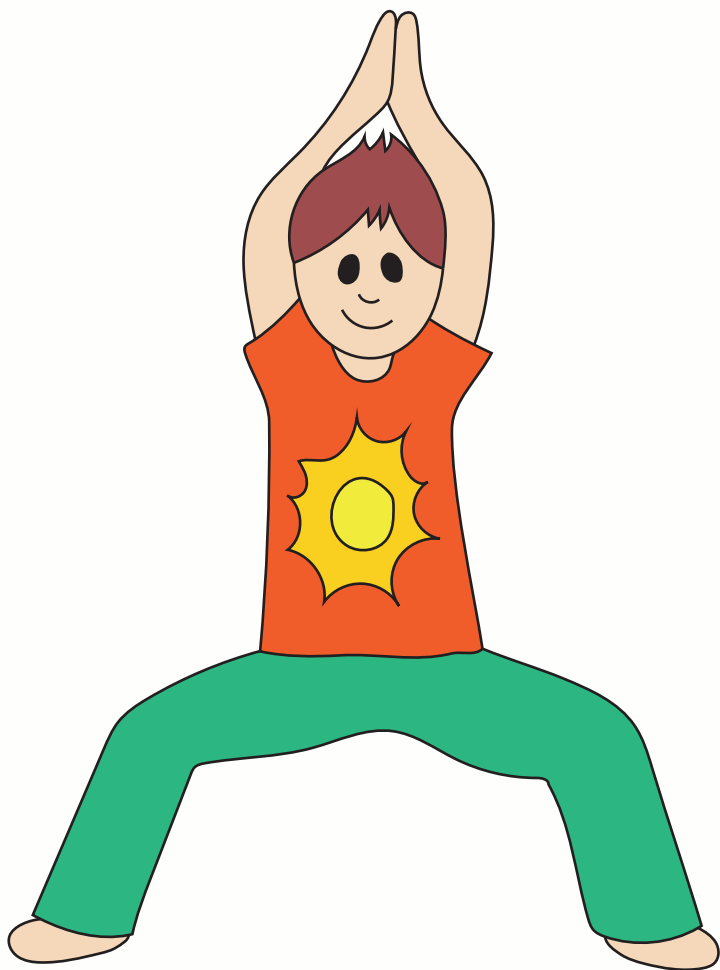
Teken

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for a child to draw a picture of the weather.

yoga

Een vrolijke olifant spettert met water

Sta met je benen open, voeten vooruit. Breng je armen samen en doe alsof je armen de slurf van de olifant zijn. Beweeg je armen en je lichaam naar de grond en dan terug omhoog, maak ondertussen het geluid van een olifant.



W E E K O V E R Z I C H T

week van maandag

tot zondag



welke kleur voel jij vandaag?

Kleur het vakje

webkonijn

ochtend

middag

maandag

dinsdag

woensdag

donderdag

vrijdag

zaterdag

zondag

stempel je gevoel

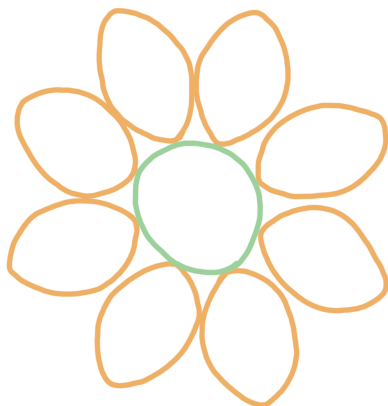
Met toiletrolletjes kan je leuke vormpjes maken om mee te stempelen, ook roze hartjes wanneer je verliefd bent, blauwe regendruppels wanneer je verdrietig bent of een vrolijk gele zonnebloem. Als je een schaar gebruikt kan je zelfs een griezelige spin maken waar iemand bang van wordt

Wat heb je nodig?

- Verf
- Blad papier
- Toiletrolletjes
- Optioneel: een schaar

Hoe ga je te werk

1. Plooi het toiletrolletje in de juiste vorm. Voor een spin moet je eerst wat knippen in het rolletje.
2. Doop het rolletje in de verf en stempel op je blaadje



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



Teken je gevoel

Wat maakt jou verlegen?

DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

Eten

Vriendjes

Webkonijn

verschillen

Zoek de 5 verschillen



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

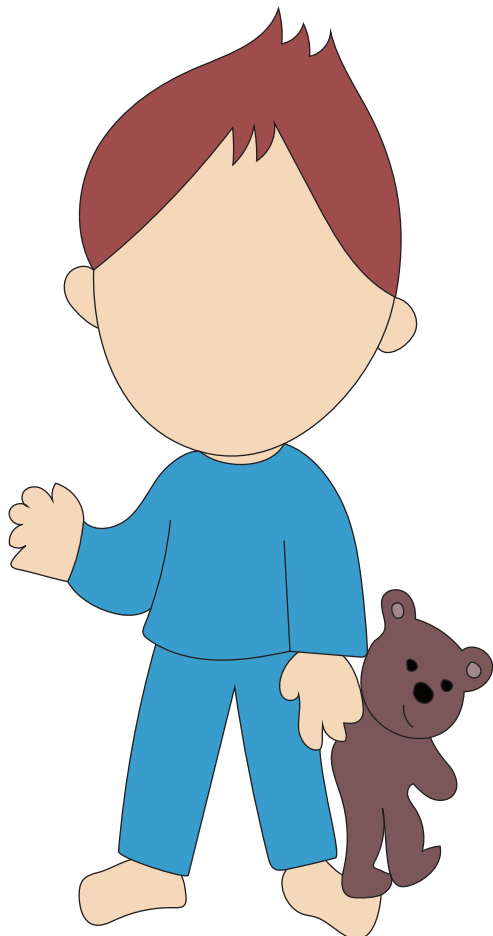
Webkonijn


vandaag was



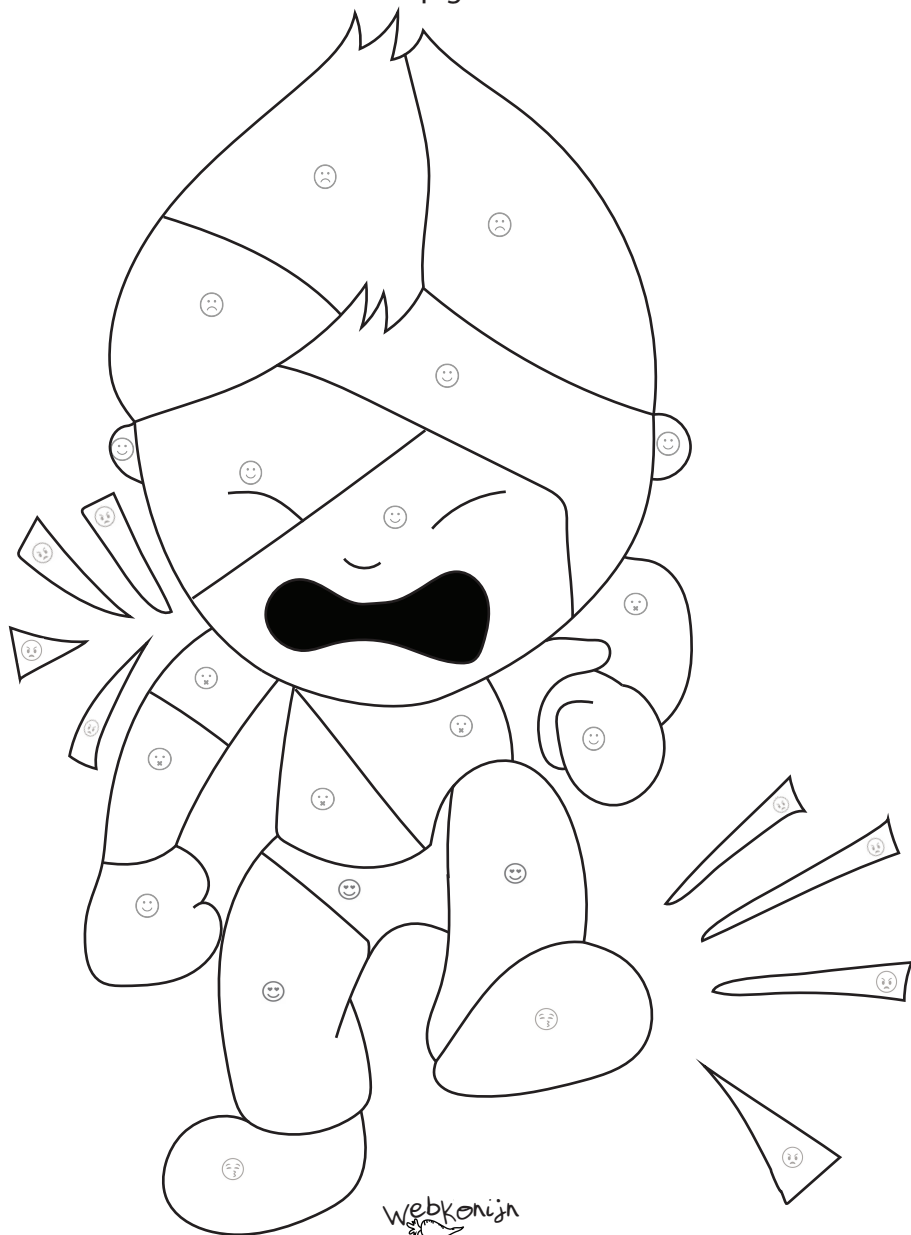
het weer was

Teken



kleuren

Kleur op gevoel



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

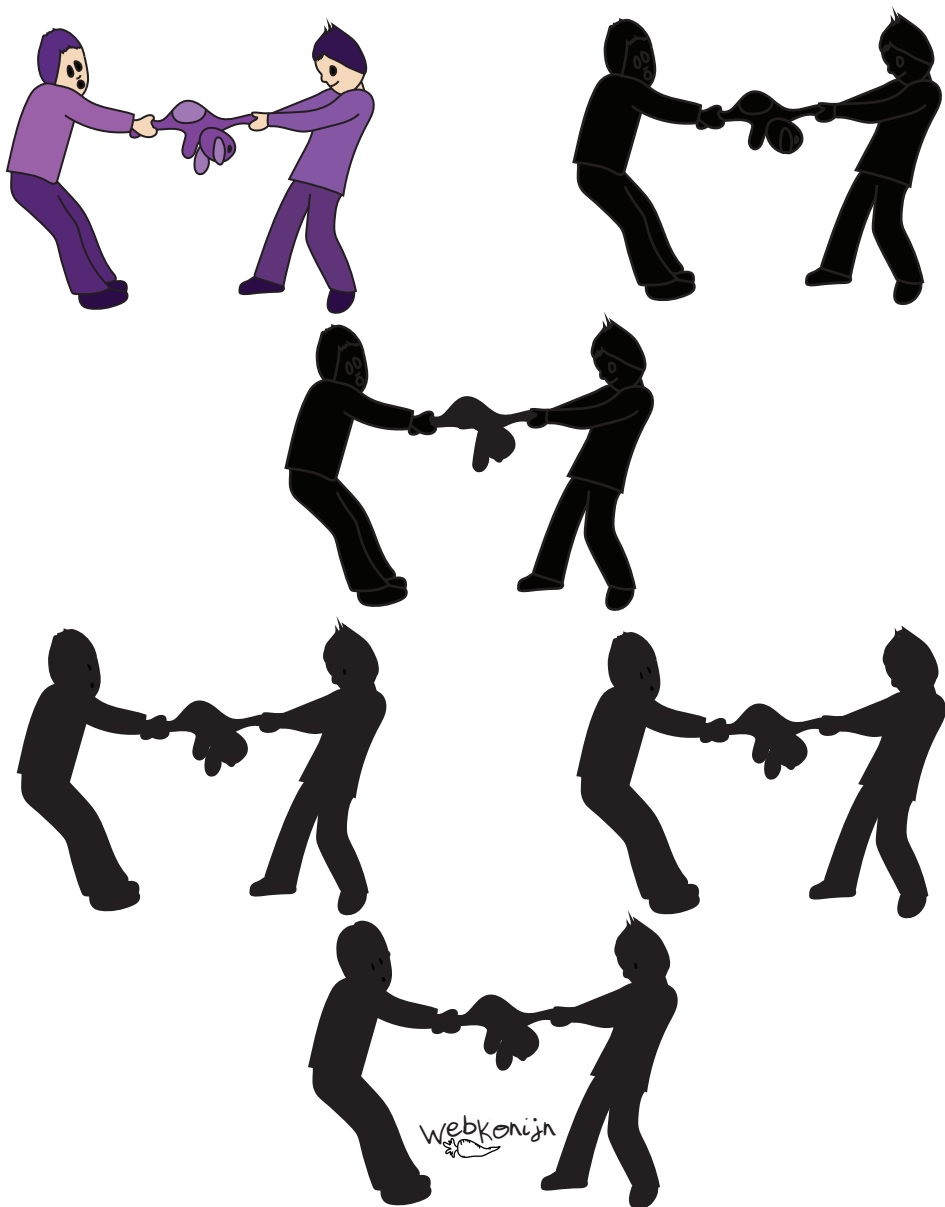
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



schaduw

Zoek de juiste schaduw



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

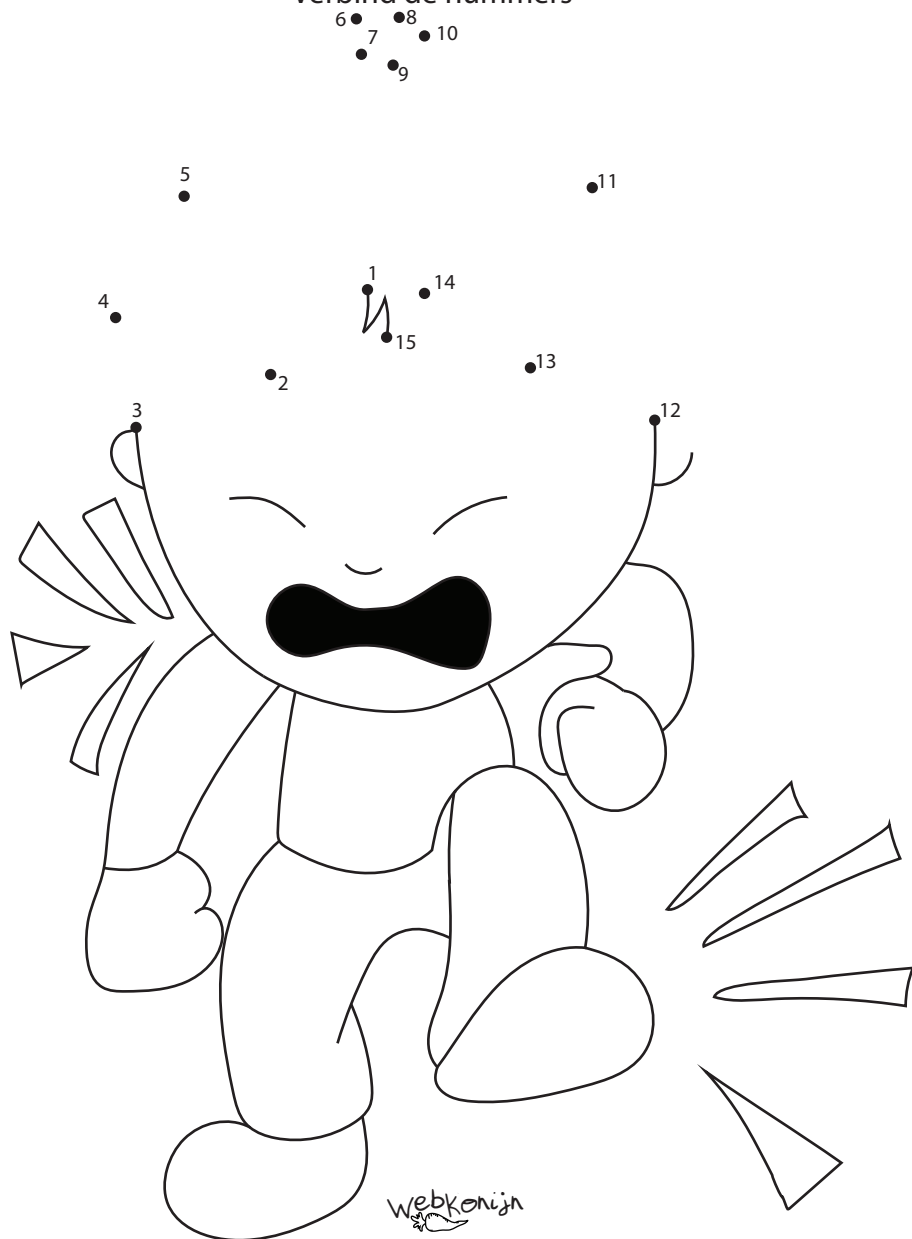
Eten

Vriendjes

webkonijn

nummers

Verbind de nummers



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

webkonijn

vandaag was

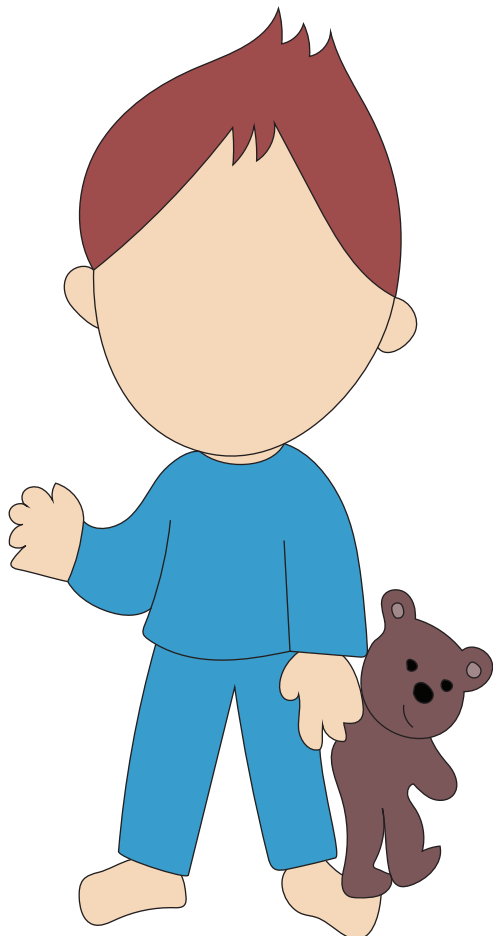
welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



het weer was

Teken



doolhof

Help jij het bange kindje om zijn lampje te vinden?



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



yoga

Een bange schildpad verstoppt zich in zijn huisje

Ga zitten op de grond met je benen open, buig je benen een beetje. Buig naar voor en breng je buik naar de grond toe. Breng je armen onder je knieën. Nu heb jij jouw huisje gemaakt om je te verstoppen.



W E E K O V E R Z I C H T

week van maandag

tot zondag



welke kleur voel jij vandaag?

Kleur het vakje

webkonijn

ochtend

middag

maandag

dinsdag

woensdag

donderdag

vrijdag

zaterdag

zondag

glitter bokaal

Een glitter bokaal is makkelijk te maken. Kijken naar de bewegende glitter is niet alleen fascinerend, het kan helpen om tot rust te komen en de controle terug te krijgen.

Wat heb je nodig?

- Leeg bokaal
- Doorzichtige lijm of glitterlijm
- Glitters in poedervorm
- Lauw Water
- Optioneel: kleurstof of crepepapier
- Optioneel: andere 'glittervormpjes' zoals sterretjes

Hoe ga je te werk

1. Zorg dat de pot goed schoon en droog is.
2. Knijp de lijm in de pot. Hoe meer lijm je gebruikt, hoe langzamer de glitter naar de bodem van de pot zakt, let wel op dat je niet teveel gebruikt want anders kan het zijn dat de glitter niet beweegt.

Tip: Probeer ongeveer 20% lijm op 80% water te gebruiken.

3. Voeg glitters en eventueel glitter vormpjes toe. Afhankelijk van je bokaal kies je de juiste hoeveelheid. De dichtheid aan glitters moet niet te groot worden.

Tip: om geknoei te voorkomen, kan je eventueel een trechter maken van papier om ze in de bokaal te doen.

4. Schenk voorzichtig lauw water bij de lijm en glitters tot ongeveer een vingerbreedte van de deksel.

Tip: met crêpepapier of een paar druppels kleurstof kan je het water ook nog een mooi kleurtje geven voor een magisch effect.

5. Roer alles goed door elkaar met een lepel
6. Laat het geheel afkoelen zonder deksel.
7. Schroef de deksel stevig op de pot. Eventuele kan je het deksel vast lijmen zodat het niet lekt.

DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

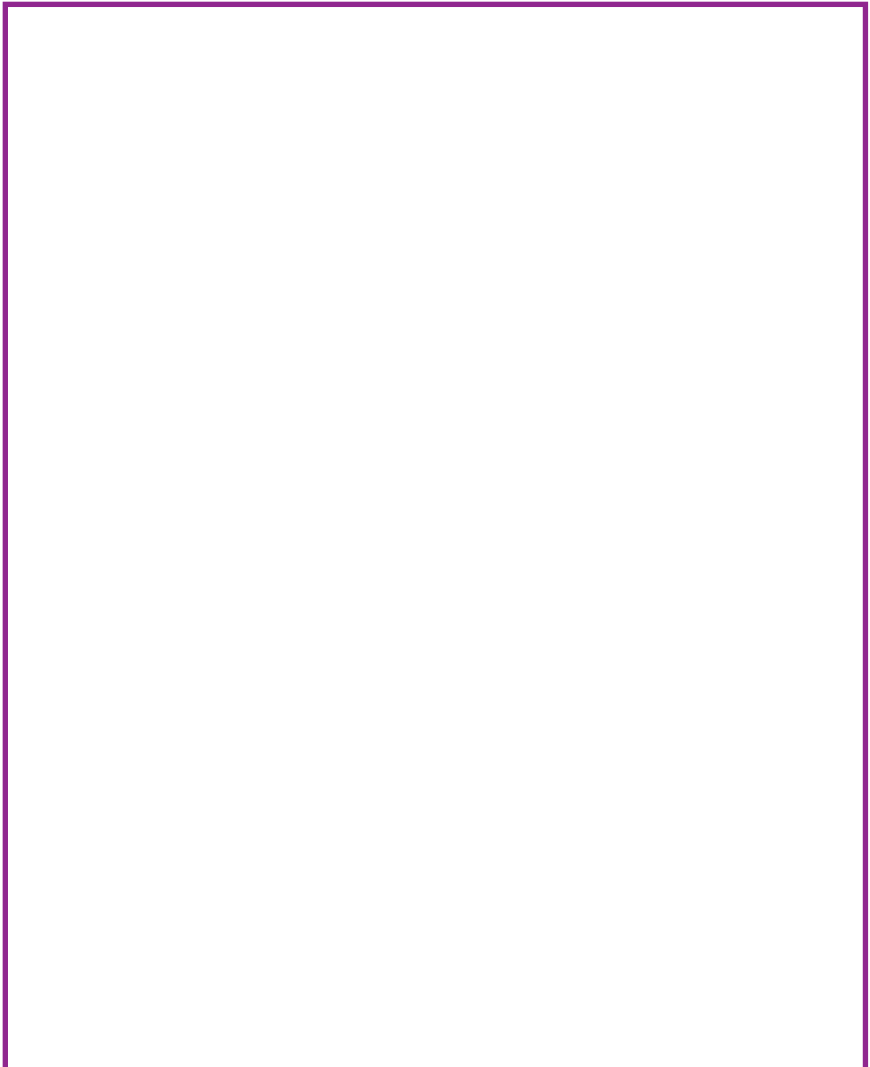
Eten

Vriendjes

webkonijn

Teken je gevoel

Wat maakt jou jaloers?



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

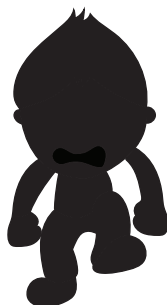
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



schaduw

Zoek de juiste schaduw



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

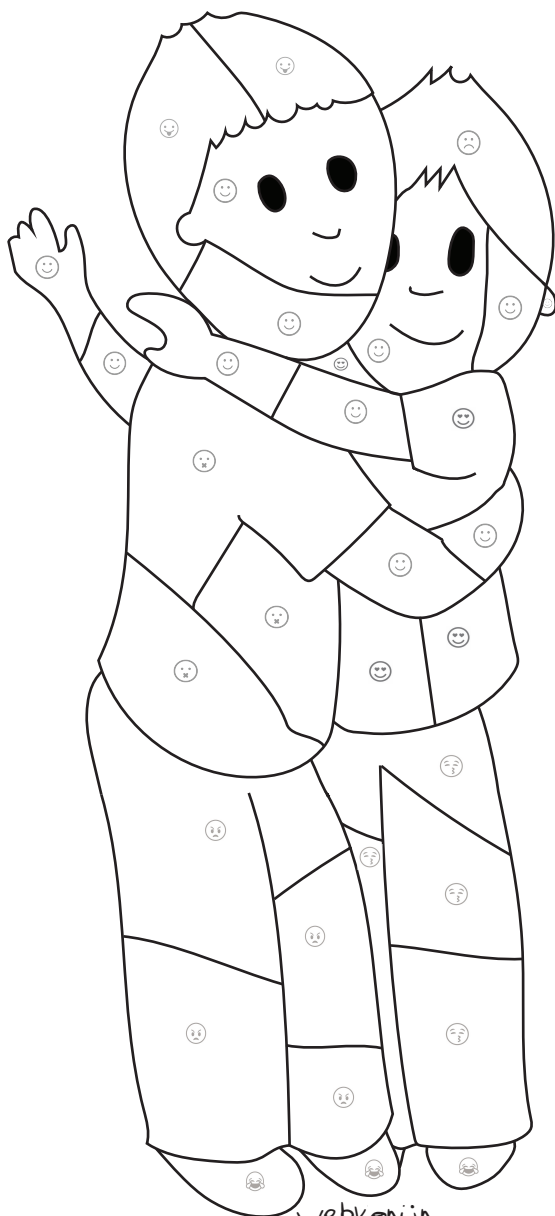
Eten

Vriendjes

webkoningin

kleuren

Kleur op gevoel

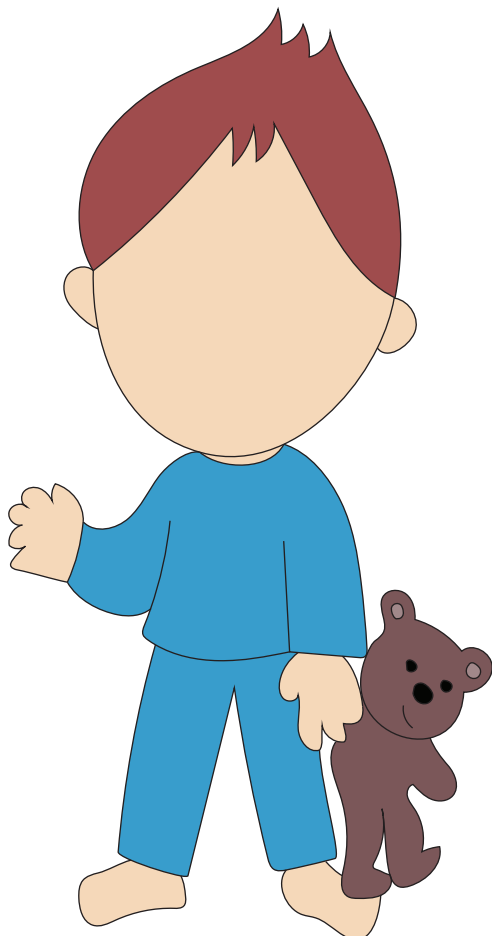


D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

webkonijn

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



het weer was

Teken

schaduw

Zoek de juiste schaduw



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

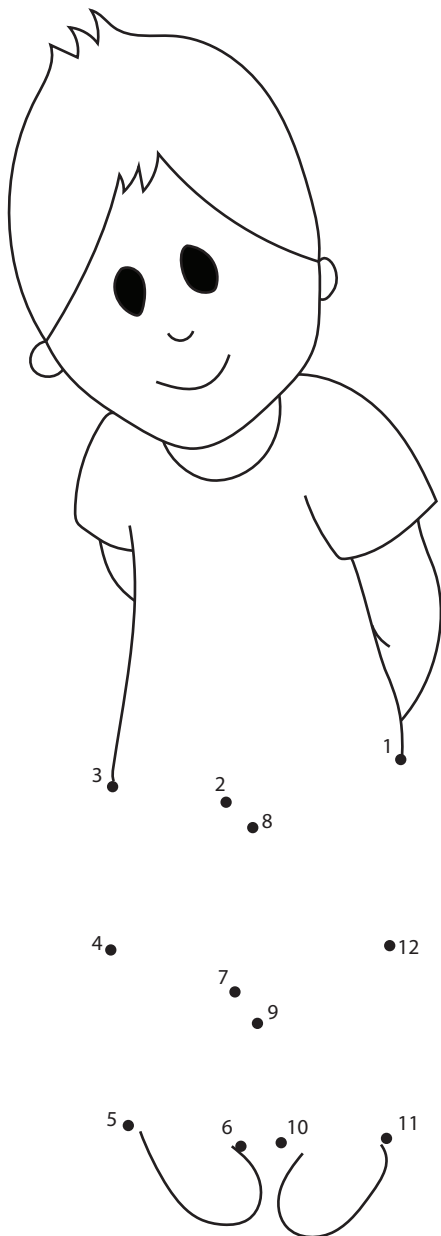
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



nummers

Verbind de nummers



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

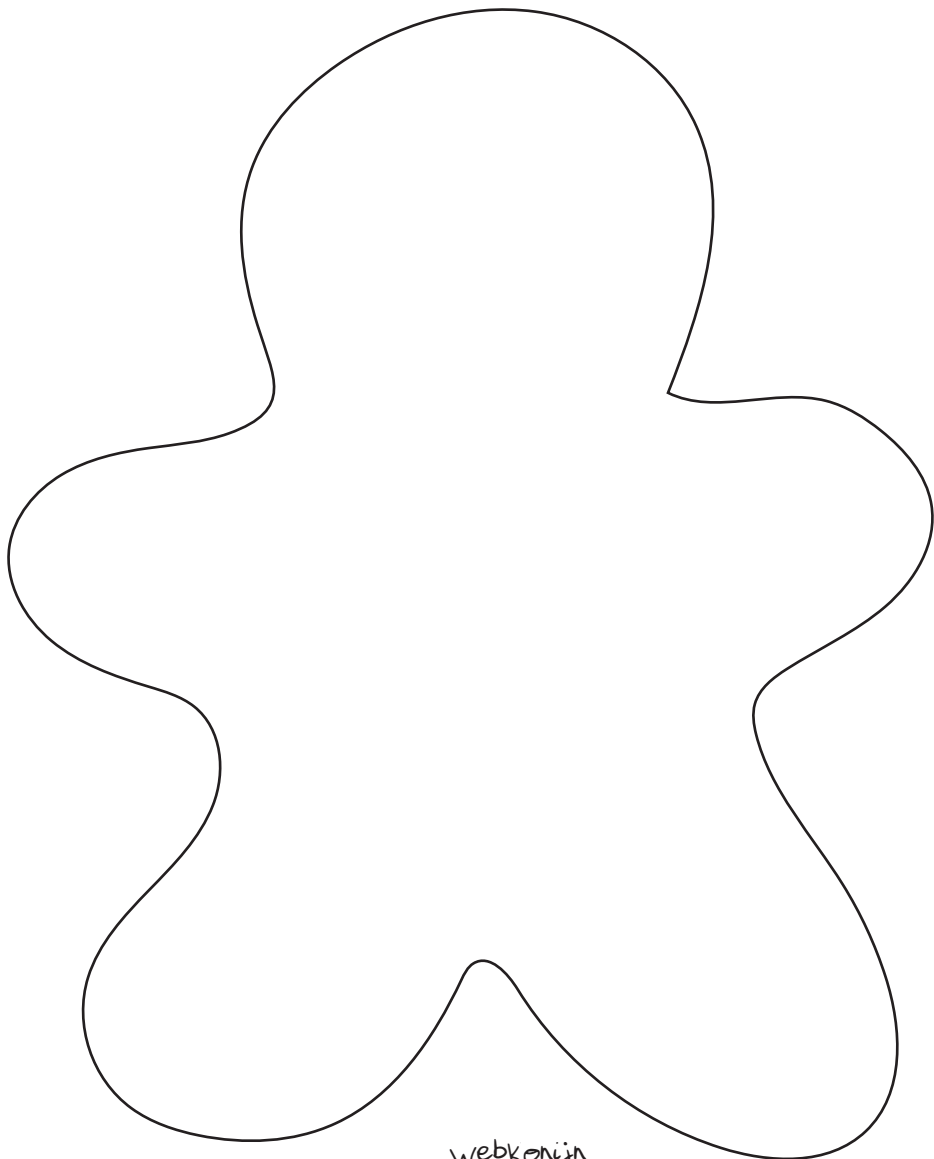
Eten

Vriendjes

webkonijn

waar voel jij het kleur?

Waar voel jij de verschillende emoties?



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

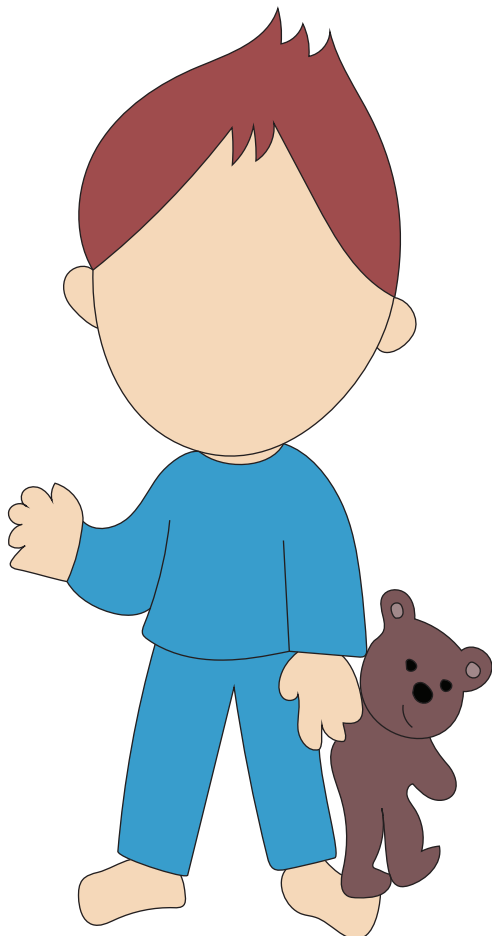
Webkonijn

vandaag was



het weer was

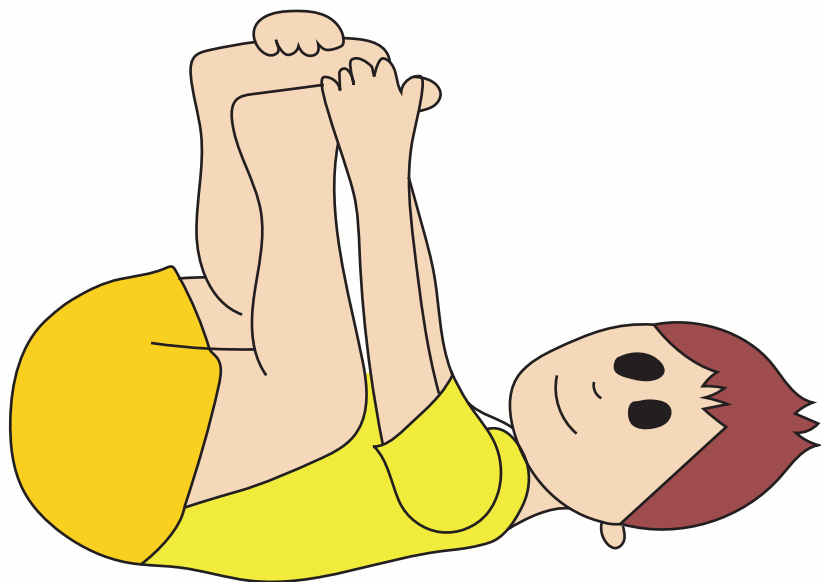
Teken



yoga

Een blijde baby neemt zijn voetjes vast

Leg je op je rug en breng je knietjes richting je borst. Pak met je handen je voeten vast langs de buitenkant. Veel babietjes liggen zo, voel jij je terug een blijde baby?



W E E K O V E R Z I C H T

week van maandag

tot zondag



welke kleur voel jij vandaag?

Kleur het vakje

webkonijn

ochtend

middag

maandag

dinsdag

woensdag

donderdag

vrijdag

zaterdag

zondag

stressbal

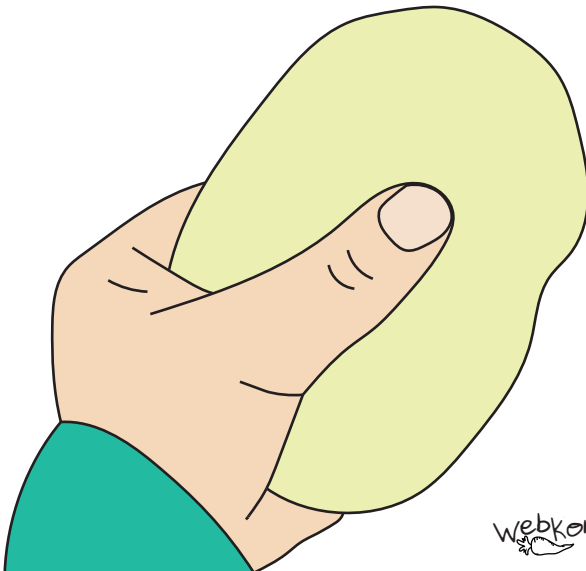
Een stressbal is leuk voor jong en oud, maar een stressbal met allemaal kleine kleurrijke balletjes is gewoon nog leuker.

Wat heb je nodig?

- Waterkralen
- Water
- Lege petfles
- Ballonnen
- Optioneel een netje

Hoe ga je te werk

1. Leg de waterparels een nachtje in water.
2. Giet het overtollige water af en behoud enkel de waterparels
3. Doe de waterparels in de petfles
4. Breng de tuit van de petfles in de ballon om zo de parels over te brengen
5. Knoop de ballon toe
Tip: optioneel kan je nog een extra ballon over trekken om het geheel steviger te maken
6. Optioneel kan je nog een netje over trekken, dit maakt het knijpen extra leuk



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



Teken je gevoel

Wat maakt jou verliefd?

D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

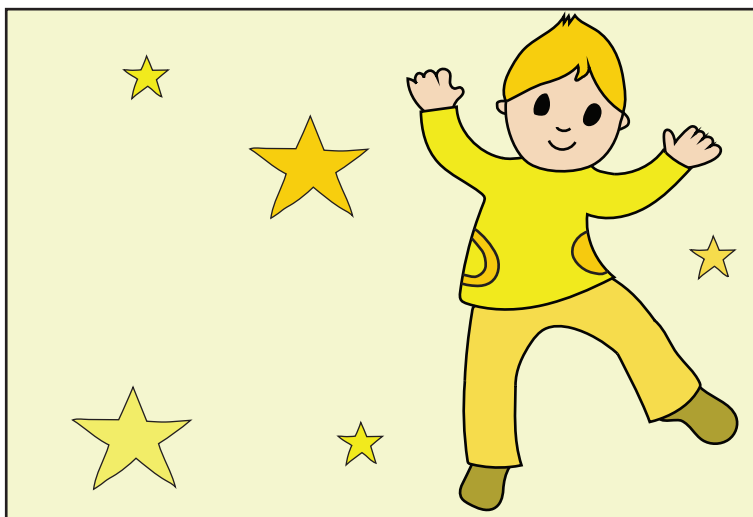
Eten

Vriendjes

webkonijn

verschillen

Zoek de 5 verschillen

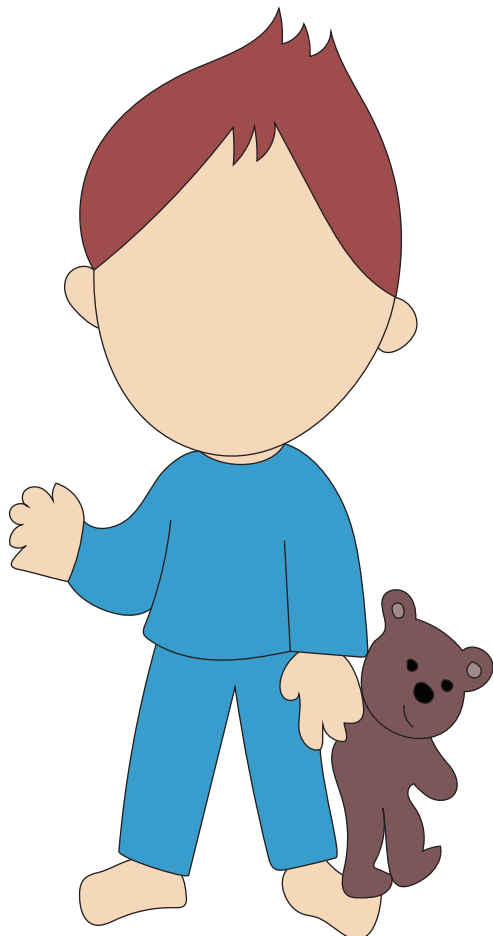


D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

webkoning
nl



vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was



het weer was

Teken

kleuren

Kleur op gevoel



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

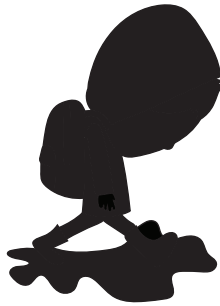
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



schaduw

Zoek de juiste schaduw



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

Eten

Vriendjes

webkoningin

nummers

Verbind de nummers

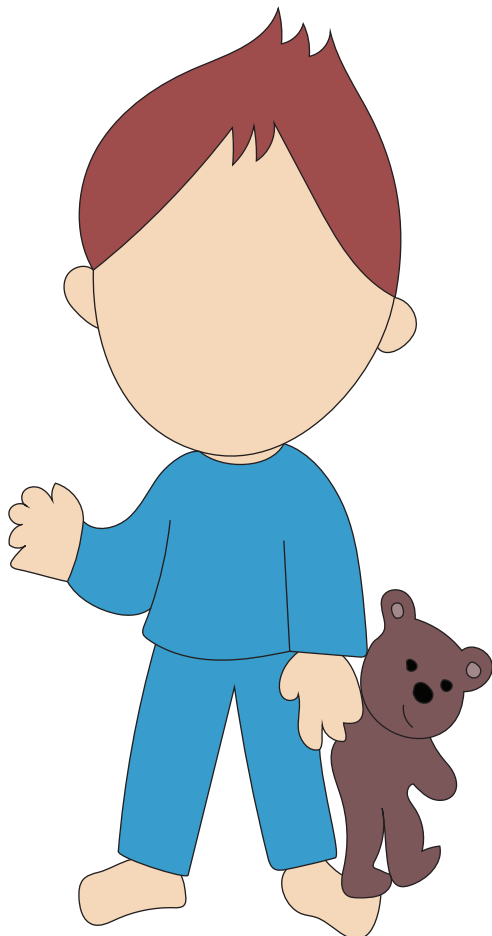


D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

webkonijn



vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

vandaag was

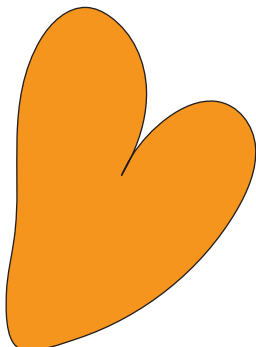
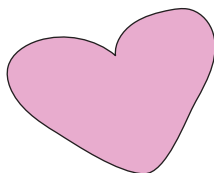
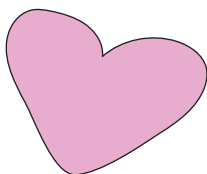
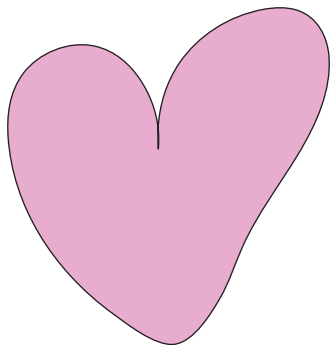


het weer was

Teken

Tellen

Hoeveel roze hartjes tel jij?



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

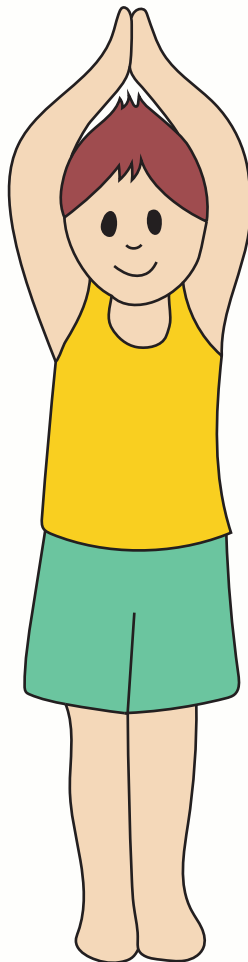
Zet een kruisje



yoga

Een blijde giraf ziet alles

Sta in recht, kijk naar boven, breng je armen hoog in de lucht met je handpalmen tegen elkaar. Beeld je in dat je armen de lange nek van een giraf zijn. De blijde giraf kan alles goed zien.



W E E K O V E R Z I C H T

week van maandag

tot zondag



welke kleur voel jij vandaag?

Kleur het vakje

webkonijn

ochtend

middag

maandag

dinsdag

woensdag

donderdag

vrijdag

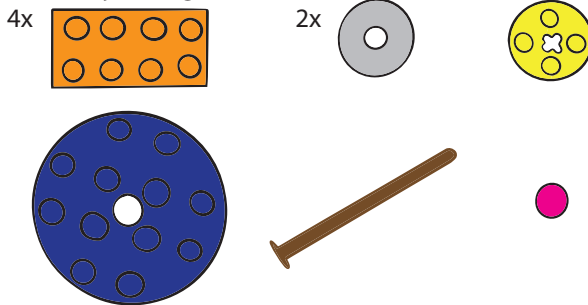
zaterdag

zondag

lego spinner

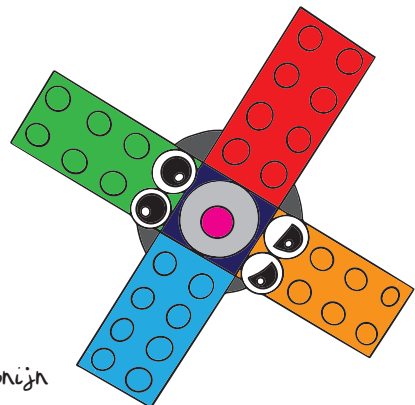
Fidget spinners kunnen (net als friemel speeltjes) handig zijn wanneer je teveel prikkels moet verwerken, bij angst of om de concentratie te verbeteren ... Veel kindjes. Het is ook leuk om gewoon je gedachten te verzetten. Je kan een spinner perfect zelf maken met lego.

Wat heb je nodig?



Hoe ga je te werk

1. Bevestig een van de twee schijfjes op het blokje met het sterrengaatje
2. Vervolgens plaats je het pinnetje erdoor (met het schijfje onderaan)
3. schuif de grote schijf ook over de pin en bevestig er midden op het ander schijfje
4. Op het uiteinde van de pin bevestig je het kleine kegeltje
5. Aan elk uiteinde klik je een van de 4 blokjes vast
6. Indien gewenst kan je nog oogjes erop plaatsen om het geheel vrolijker te maken



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

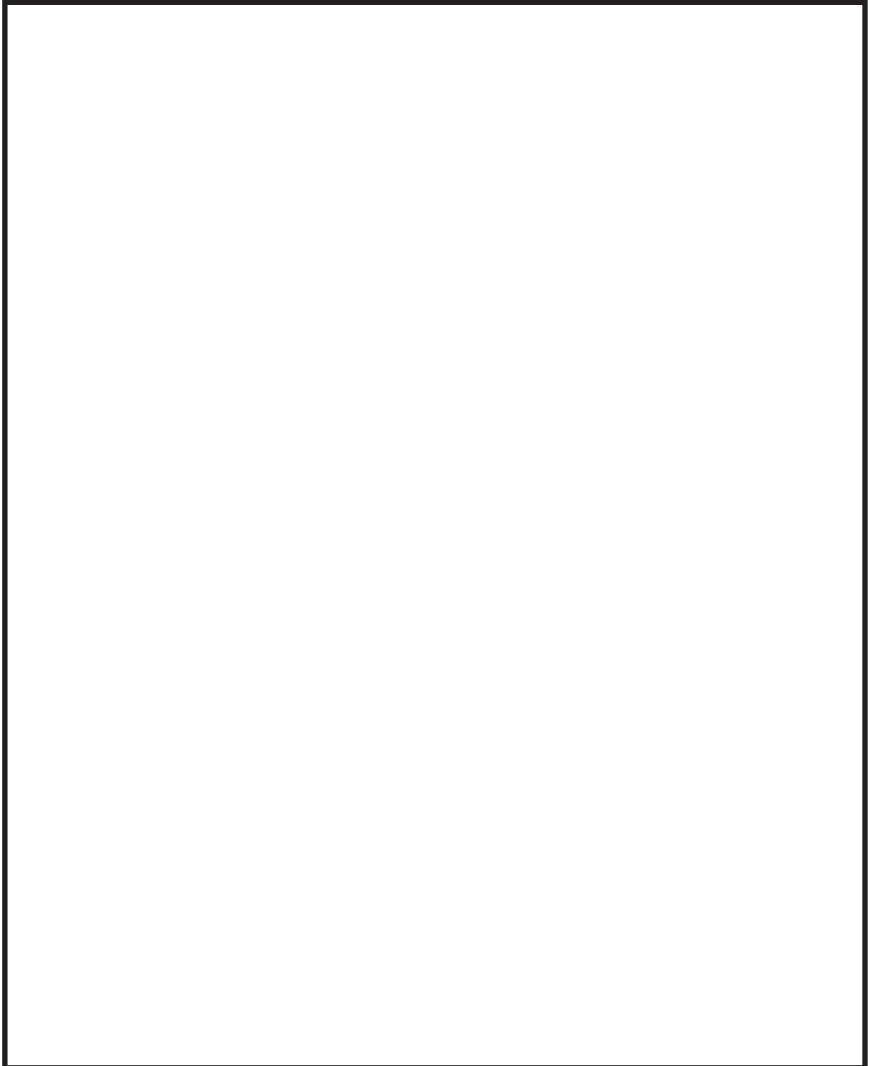
Eten

Vriendjes

webkonijn

Teken je gevoel

Wat maakt jou bang?



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

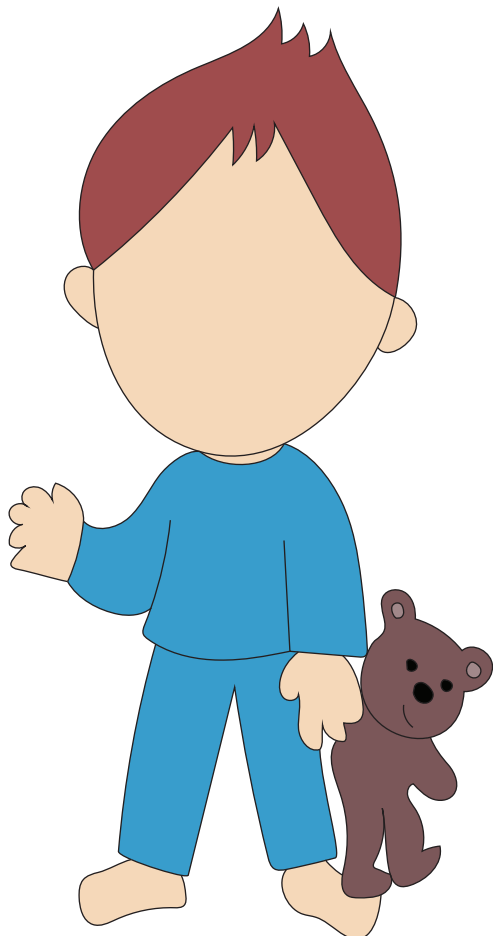
Webkonijn


vandaag was



het weer was

Teken



verschillen

Zoek de 5 verschillen



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



kleuren

Kleur op gevoel



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

Eten

Vriendjes

webkonijn

schaduw

Zoek de juiste schaduw



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur voel jij vandaag?

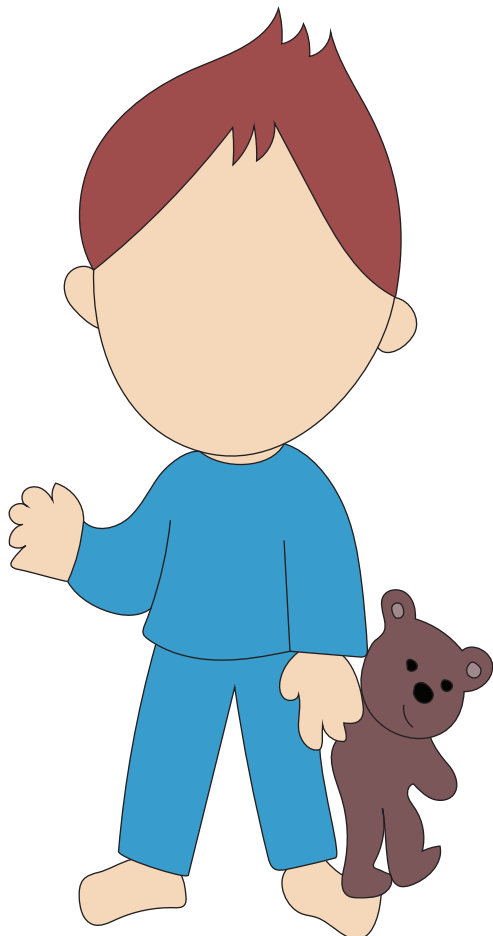
Webkonijn

vandaag was



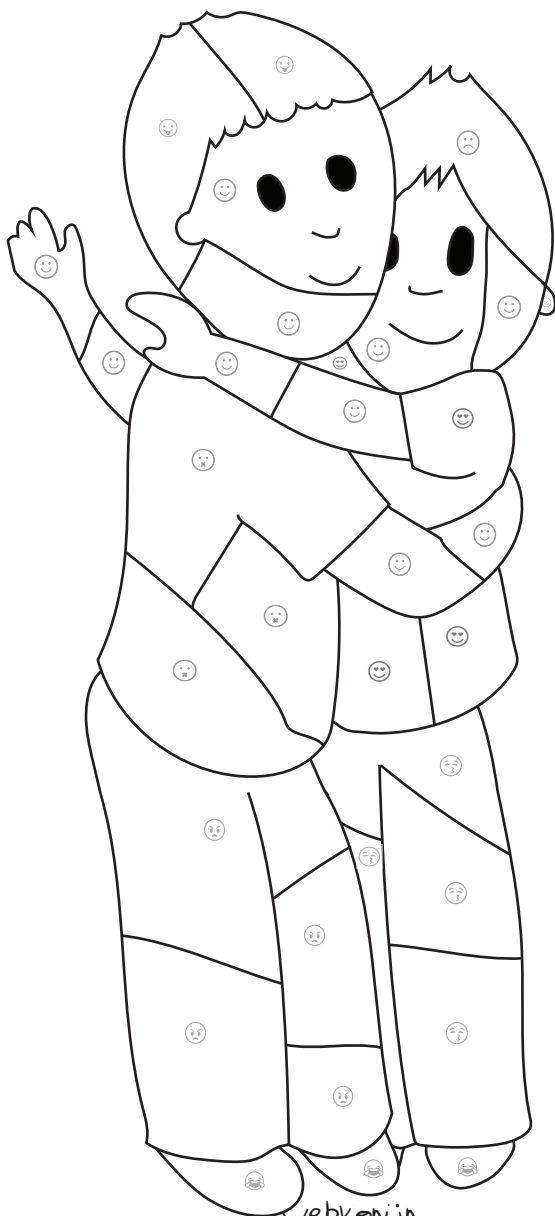
het weer was

Teken



kleuren

Kleur op gevoel



D I T W A S M I J N D A G

vandaag is het

datum

vandaag was

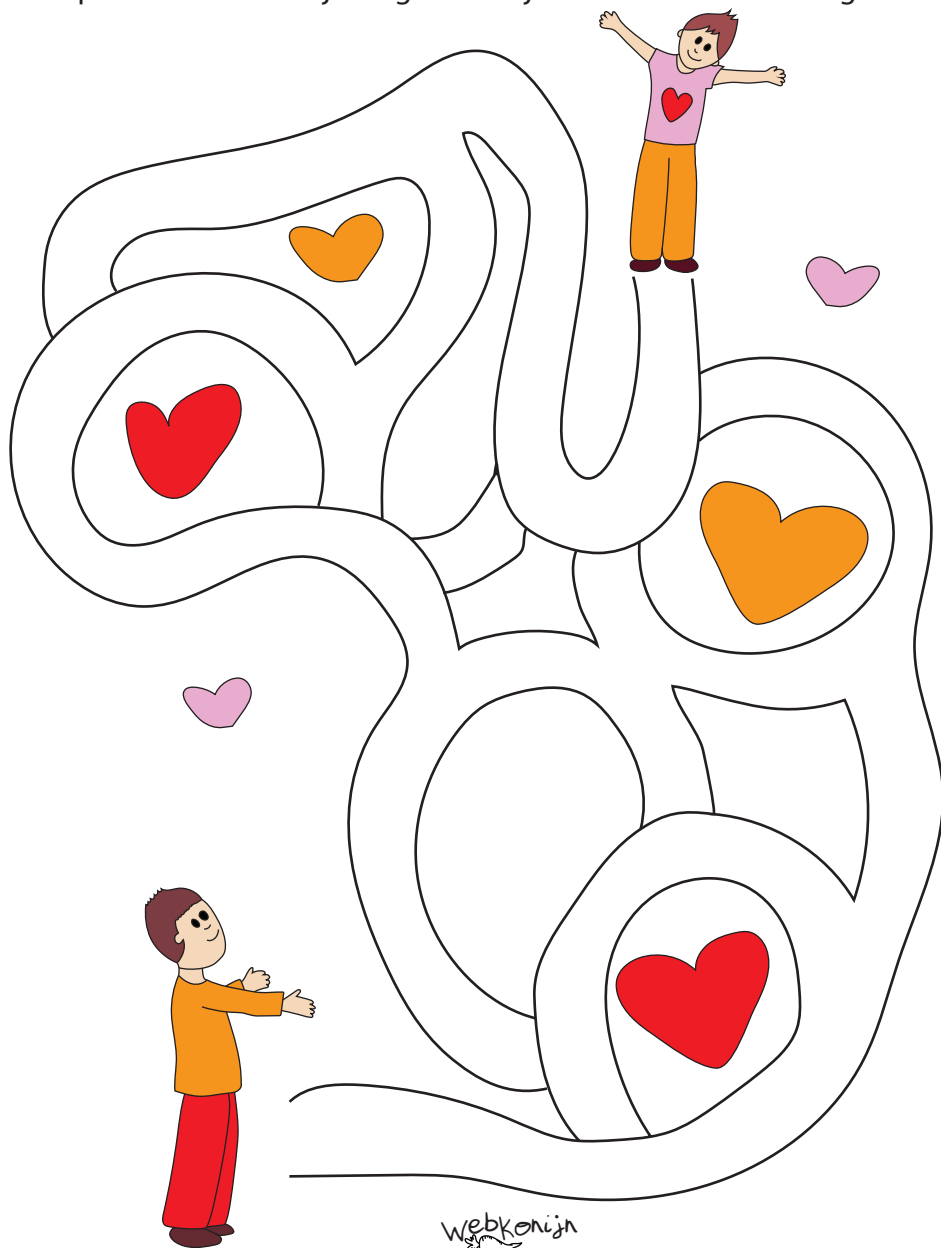
welke kleur voel jij vandaag?

Zet een kruisje



doolhof

Welk pad moet het kindje volgen om zijn vriend een knuffel te geven?



DIT WAS MIJN DAG

vandaag is het

datum

vandaag was

welke kleur vond jij ...

Kleur in, lege vervlekken kan je zelf aanvullen

School

Het weer

Spelen

Eten

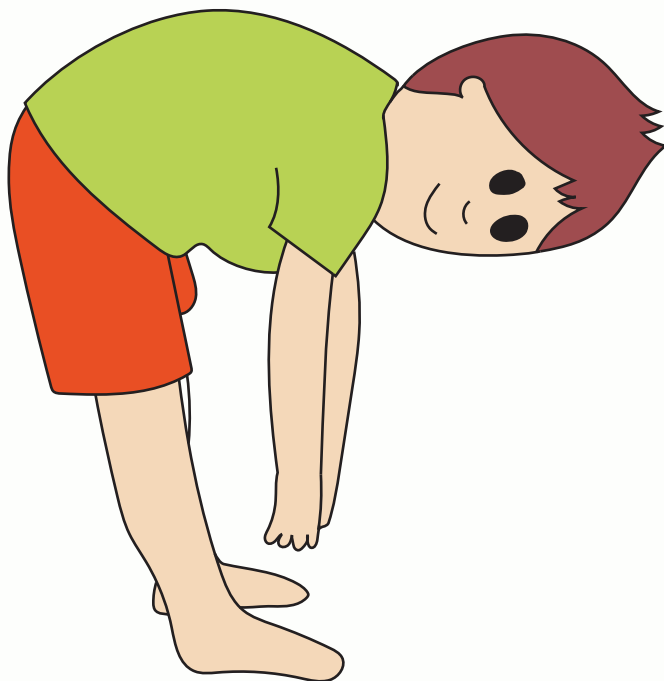
Vriendjes

webkonijn

yoga

Een rustige gorilla maakt hangt voorover

Sta met je benen lichtjesopen, voeten vooruit. Breng je handen naar de grond, buig de benen indien nodig. Als je kan mag je de handen onder je voeten stoppen zodat je handpalm naar het plafond komt alsof je polsen de tippen van je tenen zoenen. Een gorilla vind het fijn om zo even uit te rusten.



W E E K O V E R Z I C H T

week van maandag

tot zondag



welke kleur voel jij vandaag?

Kleur het vakje

Webkonijn

ochtend

middag

maandag

dinsdag

woensdag

donderdag

vrijdag

zaterdag

zondag

blij plaats

Creeër je eigen plekje voor innerlijke rust

Doe je ogen dicht en denk aan een plaats die je blij maakt. Misschien is het geen plaats waar je ooit al geweest bent en die enkel in jouw hoofd bestaat. Waar ben je nu? Wat zie je? Welke kleuren zijn er? Wat ruik je?

Deze plaats is enkel van jou, niemand kan er ooit binnen zonder jouw toestemming hier kan je altijd komen wanneer je blij wil zijn. Dit is jouw blij plaats.



webkenijn

