

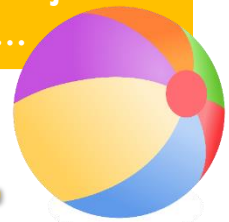


# Beweegtips

De zomer maakt ons blij. Alles staat in bloei en de dagen zijn langer. Buitenspelen op het strand, met je voeten in het gras of het zand. Bewegen, ontdekken, plezier maken. Zo simpel kan het zijn. Beweeg jij met ons mee? Ga lekker naar buiten.....

- | Zoek een strand(je) of grote zandbak.
- | Schrijf letters in het zand of maak figuren met je wijsvinger.
- | Trek de letters/figuren over met je andere wijsvinger.
- | Ga op zoek naar verschillende schelpen en versier jouw letters/figuren.
- | Lukt het jou ook om over de letters/figuren te springen?

1



2

- | Neem een handdoek en een bal mee.
- | Zoek een plekje op het gras en doe je schoenen uit.
- | Pak samen de handdoek vast (uiteinden).
- | Probeer de bal omhoog te gooien en op te vangen met de handdoek.
- | Lukt dit 10 keer achter elkaar?

- | Zet een bak met water buiten.
- | Ga met je voeten in het water staan, stap eruit en maak figuren met je voetafdruk (bijvoorbeeld: een cirkel, rechthoek, ruit, kruis of driehoek).
- | Je moet wel snel zijn, want de zon laat jouw tekening misschien wel snel verdwijnen!

3

4

- | Zoek een strand(je) of grote zandbak en neem een emmer en schepje mee.
- | Vul je emmer meerdere keren met zand en maak een weg met hobbels.
- | Is jouw weg klaar? Stap van hobbel op hobbel.
- | Een zandkasteel maken en versieren met schelpen blijft natuurlijk ook leuk.

- | Laat iemand 10 wasknijpers verstoppertje spelen..... en zoeken maar.
- | Alle wasknijpers gevonden? Versier je kleding met de wasknijpers.
- | Of ga achter een lijn staan en probeer de wasknijpers in een bak te mikken.
- | Wat kan je nog meer met de wasknijpers doen?

5