



# GAZET VAN POTLODEN

school

Beste leerlingen,

Hoe gaat het met jullie? Wat er rondom ons gebeurt is nieuw. Dit hebben wij nog nooit meegemaakt. Dit maakt ons bang en onzeker. Maar weet dat de ministers, de virologen, de dokters, de verpleegkundigen, de apothekers, de politieagenten, ... er alles aan doen om ons te beschermen. Het enige wat wij kunnen doen is ons aan de richtlijnen houden, onszelf beschermen en er proberen het beste van te maken. Wat we zeker niet mogen doen is *ons kopje laten hangen*. Het wordt beter, maar dit kan nog wel even duren. Hou moed!

het Potlodenschoolteam

Deze tips hebben wij van jullie al gekregen:

## Activiteiten

- brief naar burens schrijven
- quiz maken op Kahoot website
- typecursus volgen, bijvoorbeeld op gratislerentypen.nl
- *Vlaamse kermis* (spelletjeskraampjes) voor gezin organiseren
- letterzoektocht voor jongere zus of broer maken
- hut van hout bouwen
- mama helpen met poetsen
- bordspel ontwerpen
- knikkerbaan (van tafel naar stoel naar grond) maken
- bouwen met Lego

## Spelletjes

- Carcassonne (junior)
- Ticket to ride (junior)
- Uno
- Beverbende
- Qwixx → rekenen
- Regenwormen → rekenen
- Bananas → taal
- Boggle → taal

Heb je leuke ideeën voor in dit krantje? Mail ze naar:

[koen.b@potlodenschool.be](mailto:koen.b@potlodenschool.be)

**Experiment**

Zo wordt een virus overgedragen ...



## Raadsels

**Raadsel 6:** Wat voor een voorwerp zit vol met gaten, maar kan toch als geen ander water vasthouden?

**Raadsel 7:** Zeg mijn naam en ik verdwijn. Wie ben ik?

**Raadsel 8:** Ik leef zonder lichaam, hoor zonder oren en spreek zonder mond. Ik ben geboren in de lucht. Wat ben ik?

**Raadsel 9:** Als niemand weet wie ik ben, dan heb ik een betekenis. Als iemand weet wat ik ben, kan ik niet meer bestaan. Wat ben ik?

**Raadsel 10:** Hoeveel zand zit er in een kuil van 6 meter lang, 2 meter breed en 3 meter diep?

*De antwoorden vind je op het einde van dit krantje.*

## Spelletje

### Handen- en voetenpad

Teken 1 of 2 handen en 1 of 2 voeten op bladen papier (zie foto). Leg de bladen achter elkaar en volg het pad.

Daag je zus, broer, mama of papa uit om dit zo snel mogelijk te doen. Hou de tijd bij. Probeer je eigen record te verbeteren. Maak er foto's of filmpjes van en deel ze met je vrienden.



## Uitdaging

Probeer een potlood of houten lepel zo lang mogelijk op je vinger in evenwicht te houden. Probeer dit ook op je voorhoofd, kin, voet, ...

Daag je zus, broer, mama of papa uit. Maak er een foto of filmpje van en deel het met je vrienden.



## Yoga-oefeningen

### Tijger

Ik ben een tijger en ik sluip zacht.  
Wanneer sluip jij heel zacht?



### Kameel

Ik ben een kameel en ik ben relaxed.  
Wanneer ben jij relaxed?



### Papegaai

Je staat rechtop.  
Doe je armen omhoog.  
Buig door je knieën  
en breng je armen omlaag.  
Vlieg als een papegaai.



### Kraai

Ik ben een kraai en ik merk dingen snel op.  
Wat merk jij snel op?



### Hondje

Je staat op handen en voeten.  
Beweeg je billen heen en weer.  
Doe alsof je kwispelt met je staart.  
Til één been op en doe alsof je plast.  
Blaf als een hondje.



### Koe

Ik ben een koe en ik neem de tijd voor dingen.  
Waar neem jij de tijd voor?



## 10 Kaars

Je ligt op je rug.  
Breng je knieën  
naar je voorhoofd.  
Steun met je handen  
tegen je rug.  
Strek je benen  
recht omhoog.  
Blijf stil liggen.  
Ik ben een kaars  
en ik geef licht!  
Wat geef jij graag?



## Poesje

Je staat op handen en knieën.  
Laat je buik hangen.  
Maak een holle rug.  
Miauw als een poesje.



## Krab

Ik ben een krab en ik loop dwars.  
Ben jij weleens dwars?



**Antwoord 6:** Een spons.

**Antwoord 7:** De stilte.

**Antwoord 8:** Een echo.

**Antwoord 9:** Een geheim.

**Antwoord 10:** Er zit geen zand meer in een uitgegraven kuil. Het antwoord is dus eenvoudig: niets!

### Internet tip

BALL MASTERY op YouTube.

*Dit doe je het best alleen, of met je zus/broer.  
Spreek hier niet voor af met andere kinderen!*

# BALL MASTERY HUISWERK

	1	2	3	4	5	6	7	8	8
	TUSSENTIJKEN	TIJKEN TREKKEN	ROLLEN	V-BEWEGING	STEURBEEN	SCHAAR OVERSTAP	BINNENKANT BUITENKANT		
LEVEL 1	TU1 ter plaatse	TI1 op bal ftikken ter plaatse	RI binnenkant buitenkant rollen	V1 binnenkant	SB1 fk a steurbeen + fk (2 voeten)	SO1 overstap binnenste voet	BB1 binnenkant + buitenkant (afwisselend 1 voet)	BT1 binnenkant (32T) kap binnenkant	8
LEVEL 2	TU2 voorwaarts achterwaarts	TI2 op bal ftikken voorwaarts + achterwaarts	R2 afrollen 1 voet	V2 buitenkant	SB2 fk a steurbeen + V (1 voet)	SO2 overstap buitenste voet	BB2 buiten-binnen buiten-binnen	BT2 ronde binnenkant voet (15T)	
LEVEL 3	TU3 tenghelen naar zelfde voet	TI3 naar andere voet trekken	R3 afrollen 1 voet stoppen voetzool	V3 2 voeten	SB3 fk a steurbeen + V (2 voeten)	SO3 schaar + fk	BB3 buiten-binnen + stop andere voet	BT3 binnen-rechts binnenkant + buitenkant (32T)	
LEVEL 4	TU4 tenghelen naar andere voet	TI4 trekken + andere voet buitenkant duwen	R4 afrollen 1 voet stoppen binnenkant	V4 binnenkant + fk (ter plaatse)	SB4 fk a steurbeen + trekken (1 voet)	SO4 overstap + fk	BB4 prouette binnenkant	BT4 plus binnenkant-buitenkant (15T)	
LEVEL 5	TU5 duwen binnenkant andere voet	TI5 trekken + andere voet binnenkant duwen	R5 rollen + duwen (2 voeten)	V5 binnenkant + fk (voorwaarts)	SB5 kap a steurbeen + 2x ftikken	SO5 afrollen + stoppen + overstap	BB5 prouette buitenkant	BT5 binnen-rechts binnen-buiten overstap (32T)	
LEVEL 6	TU6 afrollen naar andere voet	TI6 trekken binnen trekken binnen	R6 rollen - duwen - rollen - trekken	V6 afrollen + V (1 voet)	SB6 fk a steurbeen + stoppen zelfde voet + rollen andere voet	SO6 overstap-schaar + fk	BB6 prouette afwisselend binnenkant buitenkant	BT6 plus tussen been + overstap (15T)	
LEVEL 7	TU7 heen en terug + halve Zóne	TI7 fk - fk - fk a steurbeen	R7 rollen duwen trekken (zelfde voet)	V7 W binnenkant + buitenkant	SB7 afrollen + kap a steurbeen + fk	SO7 schaar + fk + trekken naar a voet	BB7 binnen-buiten-binnen afwisselend	BT7 binnen-rechts V - fk a sb - op/over - kap a sb (32T)	
LEVEL 8	TU8 afrollen + duwen binnenkant zelfde voet	TI8 trekken binnenkant trekken achter sb (1 voet)	R8 rollen duwen trekken (andere voet)	V8 W binnenkant + 2 voeten	SB8 fk a steurbeen in reeks	SO8 valse schaar (afwisselend)	BB8 buiten-binnen-buiten binnen-buiten (afwisselend)	BT8 plus tussen be + fk a sb stopscherm + V (32T)	
LEVEL 9	TU9 heen en weer rollen	TI9 trekken binnenkant - trekken a steurbeen (2 voeten)	R9 fk-fk-roll	V9 afrollen + V (2 voeten)	SB9 2x fk a steurbeen (+ andere voet)	SO9 dubbele schaar + op/over	BB9 binnen-buiten-binnen-buiten (afwisselend)	BT9 binnen-rechts (32T) eigen creatie	
LEVEL 10	TU10 fk achter steurbeen + tenghelen	TI10 trekken binnen - trekken buiten - fk a steurbeen	R10 Okochi afwisselend	V10 binnenkant + Zóne	SB10 fk a steurbeen + V + fk a steurbeen + tenghelen	SO10 valse schaar + trekken naar a voet	BB10 binnen-buiten + trekken naar andere voet	BT10 plus (32T) eigen creatie	

