

DEEL

3

slaapKLETS!

dag- en nachtboek

6 - 99+ JAAR

door Michal Janssen



kletsen over vandaag, vooruitkijken naar morgen, ontspannen en lekker slapen



slaapklets! is een dagboek voor het slapengaan.
Met behulp van vragen en opdrachtjes kun je de
dag doornemen met je kind. Hoeveel sterren geef
jij vandaag? Wat was supergoed van jou? Heb je
zin in morgen?

In **slaapklets! deel 3** vind je:

- dagboekpagina's
- dilemma's
- gekke vragen
- mini-massages
- tekenopdrachtjes

En nog veel meer!

*Met Slaapklets kan een kind
de dag rustig afsluiten en
het biedt ouder en kind qualitytime
voor het slapengaan.*

6 - 99+ JAAR

ISBN 978-90-823385-4-6



9 789082 338546 >



Dit boek is van

	Inhoud
3	Zo werkt Slaapklets!
4 - 111	DAGBOEKPAGINA'S
112	Colofon

Zo werkt Slaapklets!

Kies een pagina.

Vul in, kruis aan, teken, kies, denk na, ontspan...
en klets!

Dagboek.
Neem de dag
door aan de
hand van de
opdrachtjes.

datum - - - - - dag

Hoe was jouw dag?
Kies een smiley en veld.

naar school	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
buiten spelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
speelafpraak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
eten en drinken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
gymmen of sporten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hoeveel sterren geef jij vandaag?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Dit was supergoed van mij:

Wat past het beste bij vandaag?

gestressed **of** relaxed

Heb je zin in morgen?

ja een beetje nee

Je moet kiezen

een jaar lang meespelen met je favoriete team **of** je vestigt een nieuw wereldrecord (je mag zelf kiezen welk record)

je wint elke dag een prijs **of** je redt elke dag een dier

als je een scheet laat, komt er confetti uit je oren **of** als je jezelf krabt, verschijnt er een echte krab op je hoofd

je staat elke dag in de krant (je mag zelf kiezen waarmee) **of** je krijgt elke ochtend de krant van de volgende dag (als enige in de wereld)

Noteer de datum en de dag van de week.

Wat heeft je kind vandaag gedaan?
Bespreek de activiteiten, laat een smiley kiezen en klets over de dag.

☹ = STOM!

😊 = wel leuk

😄 = superleuk

⊗ = niet gedaan

Elke dag heeft een andere opdracht.

Er zijn dilemma's, mini-massages, dobbelopdrachten, gekke opdrachten, vragen, tekenopdrachten, opdrachten met cijfers en letters en opdrachten waarbij je een smart-phone of tablet nodig hebt.

datum

-

-

*

dag

Hoe was jouw dag?*Kies een smiley en vertel.*

naar school	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
buiten spelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
speelafpraak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
eten en drinken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
gymmen of sporten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*vul zelf iets in***Hoeveel sterren geef jij vandaag?**

<input type="checkbox"/>	★
<input type="checkbox"/>	★★
<input type="checkbox"/>	★★★
<input type="checkbox"/>	★★★★
<input type="checkbox"/>	★★★★★

Dit was supergoed van mij:**Wat past het beste bij vandaag?** druk *of* rustig**Heb je zin in morgen?** ja een beetje nee**Je moet kiezen**

- | | | |
|---|-----------|---|
| <input type="checkbox"/> een unicorn als huisdier | <i>of</i> | <input type="checkbox"/> een smurf als broertje |
| <input type="checkbox"/> meespelen met je favoriete team | <i>of</i> | <input type="checkbox"/> op het podium met je favoriete band |
| <input type="checkbox"/> je hoeft nooit meer naar school | <i>of</i> | <input type="checkbox"/> je mag voortaan zelf weten hoe laat je naar bed gaat |
| <input type="checkbox"/> je spreekt alle talen van de wereld vloeiend | <i>of</i> | <input type="checkbox"/> je kunt net zo goed rekenen als een rekenmachine |



datum

-

-

★

dag

Hoe was jouw dag?*Kies een smiley en vertel.*naar school buiten spelen speelafpraak eten en drinken gymmen of sporten *vul zelf iets in***Hoeveel sterren geef jij vandaag?** ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★**Dit was supergoed van mij:****Hoe vaak heb je vandaag gelachen?***heel vaak**helemaal niet***Heb je zin in morgen?** ja een beetje nee**Massage: schilderen**

Ga lekker zitten of op je buik liggen. Papa of mama geeft je een massage.

1 *Ik start de schuurmachine.*

• HANDEN TEGEN ELKAAR WRIJVEN

5 *Nu wrijf ik alles uit.* • MET PLATTE

HAND OVER RUG STRIJKEN

2 *Ik schuur alles glad.* • MET

HANDEN CIRKELS OP RUG MAKEN

6 *Oei, een paar pluusjes. Die pluk ik**weg.* • PLUKKEN OP RUG3 *Ik veeg het stof weg.* • MET ZIJKANT

HAND OVER RUG VEGEN

7 *Even laten drogen...*

• BLAZEN

4 *Ik kies... (noem een kleur).**Eerst zet ik stippen.*

• MET VUIST OP RUG DRUKKEN

8 *Klaar! Mmmm...**wat ruikt dat lekker!*

• MET NEUS OVER RUG 'SNUFFELEN'

datum

-

-

*

dag

Hoe was jouw dag?*Kies een smiley en vertel.*naar school buiten spelen speelafpraak eten en drinken gymmen of sporten *vul zelf iets in***Hoeveel sterren geef jij vandaag?** ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★**Dit was supergoed van mij:****Wat past het beste bij vandaag?** lachen *of* huilen**Heb je zin in morgen?** ja een beetje nee**Dobbelstenen: kampioenen**

Gooi om de beurt met de dobbelsteen.

Zoek op welke kampioen erbij hoort.

Vul een naam in.

Let op: elke naam mag maar één keer voorkomen!

*Dit heb je nodig*

• een dobbelsteen



een kampioen TREUZELLEN:



een kampioen OPRUIJEN:



een kampioen RENNEN:



een kampioen ZOEKEN:



een kampioen KNUFFELLEN:



een kampioen GENIETEN:

datum

-

-

*

dag

Hoe was jouw dag?*Kies een smiley en vertel.*naar school buiten spelen speelafpraak eten en drinken gymmen of sporten *vul zelf iets in***Hoeveel sterren geef jij vandaag?** ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★**Dit was supergoed van mij:****Hoe actief was jij vandaag?***heel actief**helemaal niet actief***Heb je zin in morgen?** ja een beetje nee**Lekker gek doen: prik de neus***Dit heb je nodig*

- een lippenstift

1 Zet met lippenstift een stip op je neus.

2 Doe je ogen dicht.

3 'Prik' met jouw neus de clowsneus op de goede plek.



datum

-

-

*

dag

Hoe was jouw dag?

Kies een smiley en vertel.



naar school

buiten spelen

speelafpraak

eten en drinken

gymmen of sporten

vul zelf iets in

Hoeveel sterren geef jij vandaag?

★

★ ★

★ ★ ★

★ ★ ★ ★

★ ★ ★ ★ ★

Dit was supergoed van mij:

Wat past het beste bij vandaag?

zon *of* regen

Heb je zin in morgen?

ja een beetje nee

Vraag en antwoord



mijn antwoord:



papa/mama:

Wie is je favoriete stripfiguur?

Welke tekst zou je kiezen, als je voor één uur een vliegtuigje met daarachter een banner mocht gebruiken?

Met welk dier zou je wel een nachtje in een (grote) kooi willen zitten?

datum

-

-

*

dag

Hoe was jouw dag?*Kies een smiley en vertel.*naar school buiten spelen speelafpraak eten en drinken gymmen of sporten *vul zelf iets in***Hoeveel sterren geef jij vandaag?** ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★**Dit was supergoed van mij:****Hoe lief was jij vandaag?***heel lief**helemaal niet lief***Heb je zin in morgen?** ja een beetje nee**Tekenen: links en rechts**

- 1 Met welke hand schrijf jij?
Teken met die hand een poppetje.
- 2 Teken met je ANDERE hand een huisdier naast jouw poppetje.
- 3 Teken met ALLEBEI je handen een hoedje voor jou en een strik voor je huisdier.

Bedenk een naam voor jouw schilderij.

