



De Kerst

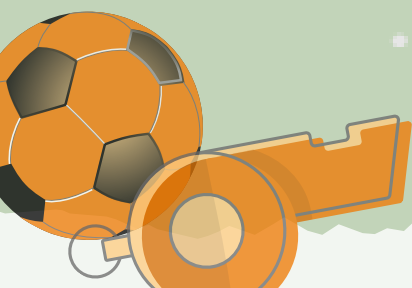
TALENTENTOER



Voor jou thuis

Laat zien dat jij
mee doet aan de
kerst talenttoer
vanuit thuis!

Deel je foto('s) op sociale
media en tag ons via
[@gewoonsamenfit](#)
of
Mail je foto('s) naar
gewoonsamenfit@beesel.nl





PITA KERSTBOOMPJES



Ingrediënten

VOOR 12 KERSTBOOMPJES

- 2 PITABROODJES
- 1 AVOCADO
- KLEIN STUKJE RODE UI (1/6E)
- HALVE TOMAAT
- 1 EETLEPEL CITROENSAP
- SNUF ZOUT
- EVENTUEEL NAAR SMAAK CREME FRAICHE
- 1 PAPRIKA
- 12 ZOUTE STOKJES

Benodigheden

- BROODROOSTER
- BROODMESJE
- LEPELS
- SCHERP SNIJMESJE
- STAAFMIXER



Bereiding

1. BAK DE PITABROODJES AF IN BROODROOSTER EN LAAT ZE AFKOELEN
2. SNIJD DE PITABROODJES IN 6 PUNTEN DOOR ZE EERST DOOR DE HELFT TE SNIJDEN EN VERVOLGENS IEDERE HELFT WEER IN 3 PUNTEN TE SNIJDEN.
3. SNIJD DE AVOCADO OVER DE LENGTE DOOR MIDDEN EN VERWIJDER DE PIT.
4. SCHEP MET EEN LEPEL HET VRUCHTVLEES UIT DE SCHIL EN DOE IN EEN HOGE BEKER OF KOMMETJE
5. SNIJD DE TOMAAT EN RODE UI IN KLEINE STUKJES. VOEG DEZE TOE AAN DE AVOCADO
6. VOEG OOK HET CITROENSAP EN DE SNUF ZOUT TOE AAN DE AVOCADO, UI EN TOMAAT.
7. VOEG EVENTUEEL NAAR SMAAK WAT CREME FRAICHE TOE
8. PUREER ALLES MET EEN STAAFMIXER OF PRAK MET EEN VORK TOT EEN GLAD MENGSEL.
9. STEEK IN IEDER PITA-PUNTJE EEN ZOUTSTOKJE IN HET MIDDEN VAN DE RONDE ONDERKANT.
10. SNIJD DE PAPRIKA IN ZO KLEIN MOGELIJKE BLOKJES
11. SMEER IEDER PITA-PUNTJE IN MET HET AVOCADOMENGSEL
12. VERDEEL DE KLEINE PAPRIKA PUNTJES OVER DE PITABROODJES IN DE VORM VAN EEN KERSTSLINGER OF STROOI ZE ER OVER ALS KERSTBALLEN

Maak je eigen beatbox compositie op je tablet

Stap 1

Ga naar de website: www.incredibox.com

Stap 2

Klik op: Try web version

Stap 3

Kies een van de bovenste 4 vakjes.

Alpha, Little Miss, Sunrise of The Love.

Stap 4

Klik op het middelse icoontje "Play".

Stap 5








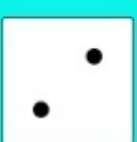
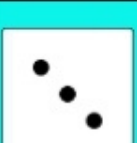
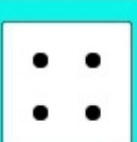
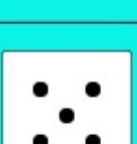
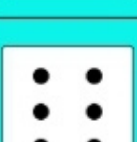
Sleep een icoontje naar een willekeurig poppetje en maak je eigen beatbox compositie.

De poppetjes kun je ook uit zetten door er 1x op te klikken.

Veel plezier!



Beweeg Bingo

						
	Leg een boek op je hoofd en tik 10x de grond aan	Blijf 1 minuut op je linkerbeen voor de kerstboom staan	Gooi 5 paar sokkenbollen in een pan van 3 meter afstand	Maak een kopstand tegen de muur (hoofd op een kussen)	20 seconden planken	YouTube: <i>Just Dance Now Santa Clones</i> Dans mee!!
	Loop de trap 5x op en af	Loop op handen en voeten van slaapkamer naar slaapkamer	Maak 3 koprollen achter elkaar	Kruip onder alle stoelen van de eettafel door	Hinkel 5 rondjes op je rechterbeen door de kamer	Doe 15 jumping jacks (spreid-sluit)
	Spring 10x achter elkaar van een stoel af	Maak 10 kikker sprongen	Loop achteruit een rondje door iedere kamer van het huis	Zet een boek rechtop en spring er 10x met 2 voeten overheen	Doe 20 sit-ups (buikspieren)	Gooi 2 wc rollen tegelijk in de lucht en vang ze!
	Doe 15 jumping jacks (spreid-sluit)	Hinkel 5 rondjes op je linkerbeen door de woonkamer	Maak een spinnenhand stand tegen de muur	Loop de trap 5x op en af	Leg een boek op je hoofd en tik 10x de grond aan	Blijf 1 minuut op je rechterbeen voor de kerstboom staan
	Gooi een wc rol omhoog en vang hem achter je rug	YouTube: <i>Christmas Freeze Dance</i> Doe mee!	Zet 2 handen tegen de muur en druk je 20x op	Bedenk een parcours in huis en doe deze 2x	Gooi 5 paar sokkenbollen in een pan van 3 meter afstand	Zet een leuk liedje op en dans mee!
	Spring en tik 10x zo hoog mogelijk de muur aan	20 seconden planken	Loop met een spaghetti stokje op je vinger over 3 meter wc papier	Maak 10 kikker sprongen	Maak 3 koprollen achter elkaar	Spring 10x achter elkaar van een stoel af

Spelregels

BEWEEG BINGO

- DOBBEL MET TWEE DOBBELSTENEN
- JE MAG PER KEER ZELF KIEZEN UIT 2 OPDRACHTEN!
- KRUIS DE OPDRACHT DOOR DIE JE HEBT GEDAAN
- JE HEBT 'BINGO' ALS JE 6 VAKJES OP EEN RIJ HORIZONTALAAL, VERTICAAL ÓF DIAGONAAL DOORGEKRUIST HEBT
- JE MAG NATUURLIJK OOK DE HELE KAART VOLMAKEN!
- DENK AAN DE VEILIGHEID EN VRAAG HULP ALS JE DIE NODIG HEBT!

EEN COLLAGE BOUWEN!

Met het maken van een collage stel je je eigen beeldverhaal samen. Met plaatjes, maar ook met stukjes tekst, vormen en kleur. Dat doe je stap voor stap, laag voor laag en in je eigen tempo. Goed onthouden: je kunt niets 'verkeerd' doen. Dit is immers jouw eigen gemaakte werk! Oja, zet je drinken even uit de buurt. Als er iets om kiepert weet ik zeker dat het n et over jouw werk gaat! Veel plezier!! Nog wat tips en goed nieuws? Hier komen ze!

Vorbereidingen

INGREDIE NTEN.

Verzamel wat voor de hand liggende materialen - vanaf nu 'ingrediënten' genoemd. Kijk eens wat er zoal om je heen te vinden is. Misschien ligt er wel gekleurd papier. Heb je stiften, krijtjes of een pen, verf, foto's, stukjes lint, tape, stickers, stempels, karton, en/of plaatjes in tijdschriften uit de papierbak? Is er nog wat cadeau,- of behangpaper? Zoek dan meteen ook even naar wat mooie letters.

GEREEDSCHAP.

Pak een schaar en zoek een plakstift, hobbylijm of dubbelzijdige plakband. Een nietmachine kan ook. Leg eventueel iets op de tafel waarop je gaat werken. Hou de camera van je telefoon bij de hand en zet alvast een leuk muziekje op. Dat heb je straks nodig! Einde voorbereidingen!

Aan de slag



GROOT OF KLEIN.

Bepaal een voorlopig formaat. Dat kan al de afmeting en vorm van een simpel blaadje zijn of een stuk krantenpapier of karton. Het maakt niet uit hoe groot of klein het is. Hier ga je op puzzelen. Puzzelen? Met een collage?

PUZZELEN.

Plakken is het minste werk. Dat doe je pas op het laatst. Het is veel spannender, uitdagender en leuker om te blijven puzzelen met je verzamelde ingrediënten. Lekker schuiven en veranderen. Met wat papieren tape (schilderstape) kun je tijdelijk wel materiaal vastmaken.

BEWAREN.

Gooi niets weg als je ijverig bezig bent met knippen of scheuren. Dat ene stukje zou je nog eens hard nodig kunnen hebben. Misschien al bij een volgend werk.



PLAATJES MAKEN.

Behalve plaatjes zoeken en er in knippen maak je ook af en toe een foto met je telefoon van waar je mee bezig bent. Kijk af en toe terug naar hoe je werk is ontstaan en naar welke acties je daarvoor moest uithalen. Extra gratis bonus plus-tip: deze plaatjes doen het ook goed op je sociale media.

STOELENDANS.

Deze maakt het verschil! Net als bij een stoelendans zet je een muziekje op. Als je nét lekker bezig bent met je werk zet je geheel onverwacht (!) de muziek uit en begin je aan een nieuw gedeelte van je collage. Het andere gedeelte mag je pas later weer gebruiken. Je eigen remix!

PLAN B.

Hopeloos op zoek naar een bepaald plaatje, een letter of kleur? Dat kost tijd en je raakt onnodig gefrustreerd. Los het anders op. Voorbeeld: vind je geen twee dezelfde blauwe schoenen? (a) Kies een andere kleur, of (b) teken die schoenen op blauw papier en knip ze uit, of (c) schrijf -tig keer 'blauwe schoen' op en knip dit alles uit. Plak ze weer op in de vorm van een schoen en de suggestie doet de rest. (d) zie volgend aandachtspuntje.

DELEN.

In je straat, familie of klas zijn vast veel creatievelingen aan de slag. Zoek ze op, en deel wat van je ingrediënten. 'Sharing is caring' in goed Nederlands!

PEPTALK.

Pep talk heb je helemaal niet nodig. Zeg wel regelmatig hardop tegen jezelf dat dit echt het allerleukste is dat je ooit hebt gedaan!



TOT SLOT.

Bij het bouwen van je collage hoeft niet alles volgens één of ander plan – als je dat al hebt. Laat je inspireren door je ingrediënten en laat 'toeval' een rol spelen. Zoals iets dat wegwaait gewoon weglaten of iets wat je na een uur pas vind nog gebruiken. Je bent toch nog niet aan het plakken he? Probeer leuke ingrediënten te combineren. Leg ze op en over elkaar, schuif er wat mee. Kantelen af en toe en desnoods ook weer iets weg durven te laten. Ook woordjes of zelfs een stukje tekst kun je op een ongebruikelijke plek laten zien in je werk. Met de grootte van het lettertype kun je experimenteren.

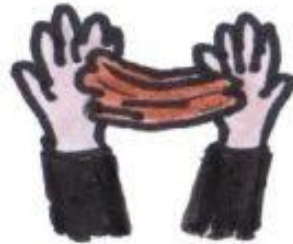
Het is een uitdaging om zelf een collage te maken. Het experimenteren met de meest uiteenlopende collagetechnieken is veel meer dan alleen het maken van een eigen kunstwerk. Collages zijn interessant om te bekijken, om te onderzoeken en ervaren. Collages trekken aandacht en werken vaak ontwapenend. Ze kennen een fantastische mix van beeld, vorm, inhoud en taal. De ene keer is een collage rauw, absurd, kleurrijk en uitbundig. De andere keer juist steriel, intiem met minimale accenten. Soms hebben ze een relativerende vorm van humor, dan weer keihard en confronterend. Ongeacht op doek, een stuk muur of op een gevonden stuk hout. Ongeacht in welke discipline collagetechnieken zijn toegepast.

JAKKIEDINGENZOEKTOCHT



□ IETS SLIJMERIGS

□ IETS
PLAKKERIGS



□ IETS DAT
ROT IS

□ EEN
KAKJE



□ IETS WAARVAN
JE VINDT DAT HET
NIET FIJN AANVOELT



□ VOGELKAKA

□ ZWERFVUIL



↓
IN DE
VUILNISBAK!



□ IETS
STINKENDS



□ STINKIE
STANKIE
SOKKEN OF
TENENKAAS



Wil je ook 3x gratis bij ons volleyballen? Dat kan in de maand december !

Wie? Kinderen van groep 2 t/m 8

Waar? Sporthal de Schans te Reuver

Wanneer?

Kinderen van groep 2 & 3: woensdag 14.45-15.45 veld D & E

Kinderen van groep 4 & 5: woensdag 14.45-15.45 veld D & E
en/of vrijdag 16.30-17.30

Kinderen van groep 6 t/m 8:
maandag 16.00 -17.00 meisjes en 17.00-18.00 jongens
en/of vrijdag van 16.45-18.00 jongens & meisjes

Aanmelden voor een proeftraining

Aanmelden voor deze proeftrainingen kan via een mail naar de TC Jeugd tcjeugd@revocvcb.nl. Vermelden van naam, leeftijd, groep en gewenste trainingsmoment is handig.