
Toolkit voor ouders – deel 4

Nu je kind hele dagen thuis zit.....

Hier nog meer ideeën die je met je kind thuis kunt doen. Ook hebben we een dagschema als voorbeeld gemaakt om jezelf en je kind(eren) houvast te geven en zo makkelijker de dag door te komen op een ontspannen manier. Ook staan er kinderyoga oefeningen in, die je samen met je kind kunt doen of alleen je kind zelf.

Zorg hiernaast ook goed voor jezelf. Zo kan het je een onrustig gevoel geven als je elke keer op sociale media kijkt voor het laatste nieuws. En kan het fijn zijn om tussendoor even een kopje thee of koffie te drinken en een moment voor jezelf te hebben, als is het maar 5 minuten. Mocht je even een luisterend oor nodig hebben, dan kun je ons dit laten weten.

Ik wens je veel plezier !

PS: heb je de eerdere toolkits ook al gezien? Download ze [hier!](#)

Activiteiten voor thuis

Kleien en dergelijke

Klei maken met bodylotion

Benodigdheden:

Lepel

Kom

kleurstof

Maizena

bodylotion

Met bodylotion en maizena maak je een soort vette klei. Het leuke ervan is, dat het ook de huid niet uitdroogt tijdens kleien. Win- win dus. Met kleurstof en glitters kan je het bovendien een extra feestelijk effect geven.

Schut een pakje maizena leeg in de komen. Voeg er al roerend de bodylotion toe. Dit zorgt voor dat de klei soepel blijft. Als je een substantie hebt die je goed plakt, maar ook weer niet te plakkerig is, dan kan de pret beginnen. Bewaren die je door het in een bewaarbakje te stoppen Als het uitdroogt, voeg je een beetje water toe. Klaar voor een volgende ronde.



Klei maken met scheerschuim en maizena

Benodigheden:

Lepel

Kom

Maizena papje met beetje water
scheerschuim

kleurstof

fijne glitters

Deze klei heeft een hele zachte, fijne structuur. Dit komt door de scheerschuim. Tegelijkertijd zorgt scheerschuim er ook voor dat de klei goed aan elkaar plakt

Toch valt deze klei iets sneller uit elkaar dan de klei gemaakt van bodylotion en maizena. De hardheid is anders. Laat de kinderen naar eigen inzicht scheerschuim of maizena toevoegen en ontdekken wat dit met de structuur doet.

Opbergen in een bewaardoosje en bij uitdrogen water aan toevoegen. Ben je uitgeschoten met het water? Pak dan een föhn en droog het.



Brooddeeg /zoutdeeg maken

Het recept voor zoutdeeg is heel eenvoudig en gaat volgens de 2 – 1 – 1- verdeling, je kan hiervoor een kopje gebruiken of een bepaalde hoeveelheid.

Ingredienten:

2 kopjes (500 gram) witte bloem (geen zelfrijzend meel)
 1 kopje (250 gram) zout
 1 kopje (250 ml) water
 1 eetlepel olie

Als eerste giet je de bloem in een bak. Vervolgens meng je dit met een kopje zout. Daarna maak je een kuiltje in het midden en giet je het water en olie erin en meng je het door elkaar. Het beste kun je dit gewoon doen met je handen totdat je een fijne consistentie hebt. Is het deeg te nat en kleverig, voeg je nog wat extra bloem toe en is het te droog, wat extra water. En klaar is je brooddeeg.

Zoutdeeg bakken

Om het zoutdeeg te bewaren kun je dit luchtdicht bewaren. Voor het spelen kun je gewoon iets vocht toevoegen. Heel lang is dit niet houdbaar.

Voor het bakken verwarm je de oven voor op 100 graden. Voordat je de creaties in de oven doet kun je hier nog wat olie overheen strijken voor een glanzend kleurtje. Je gaat het niet echt bakken, maar vooral laten drogen. Dit kan wel zo'n 1 tot 3 uur duren, afhankelijk van de dikte. Na het bakken nog een uur laten afkoelen in de oven.

Als je liever niet wilt bakken kun je het zoutdeeg ook laten drogen in de lucht. Bijvoorbeeld door het kunstwerk bovenop de verwarming te leggen.



Slijm maken

Benodigdheden

Kinder knutsellijm

Scheerschium

Lenzenvloeistof

Glitter

Hoe maak je slijm?

Als je de ingrediënten in huis hebt, kun je heel snel aan de slag. Om slijm te maken, hoef je niks voor te bereiden. Mix alle ingrediënten in de juiste volgorde en er kan weinig mis gaan. Om antwoord te krijgen op de vraag 'Hoe maak je slijm?' hoef je enkel de volgende stappen te doorlopen!

1. Gooi een flesje kinderlijm leeg in een bak



De eerste stap bestaat uit het leeggooien van het flesje met kinderlijm. Het flesje mag volledig geleegd worden in een bak. Wij kochten ook twee Starplast opbergboxen met deksel, zodat we meteen een bak hadden om het slijm in op te ruimen.

2. Optioneel: meng de lijm met kleurstof



Wil je slijm maken met een bepaalde kleur, dan is hier een kleurstof voor nodig. Wij hadden toevallig nog kleurstof van Dr. Oetker in huis, dus hebben dat toegevoegd. Even goed roeren tot de lijm volledig in de gewenste kleur is. *Tip: zorg dat de lijm een stuk donkerder is dan de gewenste kleur.*

3. Roer de glitters door de lijm heen



Voor glitterslijm zijn glitters natuurlijk noodzakelijk. Je doet er verstandig aan om deze goed door de lijm heen te roeren. Toevoegen in een later stadium geeft een hoop rommel en gaat een stuk lastiger.

4. Voeg scheerschuim toe



In de volgende stap voeg je scheerschuim toe aan de gemaakte glitterlijm. Dit kan Gillette scheerschuim zijn, maar alle andere schuim voldoet ook. Roer de lijm en het scheerschuim goed door elkaar tot je een gladde substantie krijgt.




5. Voeg lenzenvloeistof toe





Op dit moment heb je een bak vol met kleverige bende. En de lenzenvloeistof gaat er voor zorgen dat het minder gaat plakken en los komt van de bak. Beetje bij beetje voeg je de lenzenvloeistof toe. Goed blijven roeren!



Blijf goed roeren (dit wordt zwaarder), naar verloop van tijd laat het slijm los van de bak. Je kunt de lenzenvloeistof blijven toevoegen totdat het slijm lekker te kneden is met de handen. **Je bent klaar. Spelen maar!**

<p>Heksen soep maken Ingrediënten:</p> <p>Een emmer, water en wat je maar buiten kan vinden (zand, steentjes, veertjes, blaadjes, stokjes, gras, enz)</p>	
<p>Zandkasteel maken met waterig zand (laat het waterige zand door je vingers op het andere zand druipen, zodat j bergen krijgt)</p>	
<p>Magic speelzand zelf maken Ingrediënten</p> <ul style="list-style-type: none"> • bloem • babyolie (of een vette eetbare olie zoals kokosvet voor baby's) • evt. citroensap <p>Meer heb je in principe niet nodig. Als je je zand wilt kleuren heb je nog extra azijn en voedselkleurstof nodig.</p> <p>Je neemt drie kopjes bloem en een halve babyolie en mengt dit met een vork door elkaar. Dat is het. Mocht je het een weekje of nog wat langer willen bewaren kan je er een paar druppels citroensap aan toevoegen. Maar voor een dagje plezier is het voldoende. De verhouding kan wel even zoeken zijn. In het originele 'recept' stond de verhouding 8 op 1 vermeld. Het beste kan je gewoon telkens een scheutje babyolie toevoegen tot je de consistentie hebt bereikt die je wilt creëren.</p>	

<p>Bloemen plukken en drogen</p> <p>Pluk bloemetjes, leg ze tussen oude kranten of keukenpapier en leg er iets zwaars op. Lat een paar dagen drogen en je kunt knutselen met mooie droogbloemen.</p>	
<p>Natuurmandala maken <i>Ingrediënten</i> Alles wat je vindt in de natuur!</p>	
<p>Sensory bin (voelbak)</p> <p>Bij een sensory bin vul je een bak met een bepaald materiaal. Dit komt heel veel voor, het leuke van deze bins is echter dat je ze vervolgens in een bepaald thema inricht. Denk bijvoorbeeld aan droge mais met boerderijdieren en een boerderij, of zand met een zeemeermin en een bootje en een palmboom. Zo krijg je een thematisch spel, dat ook geschikt is als rollenspel.</p>	
<p>Bloemetjes planten</p> <p>In het voorjaar zaadjes planten in een potje of in het najaar lekker buiten aan de slag met bloembollen is niet alleen een leuk 'klusje' maar ook een heerlijk spel. Geef ze dus ook die ruimte om te ontdekken, op zoek te gaan naar mieren en wormen of maak een gieter van een leeg melkpak.</p>	
<p>Sensory bord</p> <p>Voor kinderen kan je een sensory bord maken; hiervoor haal je het glas uit een schilderijtje en vervangt dat door diverse materialen waar de kinderen aan kunnen trekken, voelen, aaien, plukken en meer. Je kan kiezen voor verschillende materialen om te voelen, of ook waar interactie mee mogelijk is zoals sloten of een loep.</p>	

Sensory Bottles

Sensory bottles kom je op heel veel pinterest pagina's tegen. Eigenlijk is het te eenvoudig; je vult plastic flessen met een bepaald materiaal. Afhankelijk van wat je hebt liggen; kralen, veren, knikkers, rijst. Zowel groot als klein, licht en zwaar, vloeibaar of droog, hard of zacht. Ideaal voor baby's en kleine kinderen. Die kunnen daar volop mee spelen en ontdekken zonder het gevaar van spullen in de mond. Wel is het verstandig om de flesjes goed te lijmen. Ik heb ze ooit gemaakt en na vier jaar zag het er nog precies hetzelfde uit, al was de fles iets meer gedeukt. Ze gaan dus heel lang mee en zijn geschikt voor binnen en buiten!