

Thuis lekker bezig blijven.

Lees de tekst hardop voor. Tijdens het lezen stel je vragen, vertel je wat je al weet en wat je nog moeilijk vindt.

De tekst bestaat uit 4 alinea's en een inleiding. Wat vind jij belangrijk bij elk kopje? (Schrijf het op of vertel het in je eigen woorden)

- Routine
- In beweging
- Ontspannen
- Op stap

Lees het kopje In beweging nog eens.

Noem minstens vier tips uit de tekst om lichamelijk fit te blijven

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Lees het kopje Ontspannen nog eens.

Noem minstens vier tips uit de tekst om mentaal fit te blijven

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Verwijswoorden

Kleur het verwijswoord in de tekst en geef het woord of groepje woorden waarnaar het verwijst in de tekst dezelfde kleur.

- die in regel 16
- dan in regel 32
- Dat in regel 34
- daarmee in regel 37

Rebus

Los de Rebus op en geef antwoord op de vraag.

