DEEL 1

Geheugentraining

Cognitieve oefeningen voor senioren



[VUL HIER UW MERKNAAM IN]

Inhoud

Welkom! Zo gebruikt u dit werkboek	**3**
Kleurplaten	**4-10**
Teken de figuur na	**11**
Zoek de 7 verschillen - 1	**12**
Verbind de afbeelding met de schaduw	**13**
Maak de gezichten af - 1	**14**
Maak de patronen af	**15**
Zoek de afbeelding die maar één keer voorkomt	**16**
Teken de ontbrekende helft	**17**
Vind de weg door het doolhof	**18**
Teken de afbeeldingen na	**19**
Zoek dezelfde kopjes	**20**
Maak tekeningen met vormen	**21**
Maak de vierkanten compleet	**22**
Zoek de 7 verschillen - 2	**23**
Maak de gezichten af - 2	**24**
Welke dieren vliegen of zwemmen?	**25**
Verbind de punten	**26**
Maak de tekeningen hetzelfde	**27**
Zoek de ontbrekende afbeelding	**28**
Zoek de symbolenreeksen	**29**
Memoryspel: uitleg	**30**
Memorykaarten: kaas, maïs en wortel	**31**
Memorykaarten: eieren, banaan en melk	**33**
Memorykaarten: appel, bonen en kip	**35**
Memorykaarten: ananas, vis en sinaasappel	**37**
Kleur en leg de puzzel	**39**
Antwoorden	**41-44**
Afbeeldingsbronnen	**45**

Welkom!

Fijn dat u aan de slag gaat. In dit werkboek vindt u oefeningen om te kijken, te tekenen, te kleuren en te onthouden. Doe ze rustig, op uw eigen manier. U kunt alleen werken of samen met iemand anders.

Zo gebruikt u dit werkboek

- Kies een rustige plek en leg uw materialen klaar.
- Kies een oefening die u aanspreekt. Neem zoveel tijd als u wilt.
- Lukt een oefening niet? Sla die gerust over. Neem een pauze wanneer u daar behoefte aan heeft.
- Bij creatieve opdrachten kiest u zelf wat u tekent of kleurt. Voor de andere opdrachten staan de antwoorden achterin.

Wat heeft u nodig?

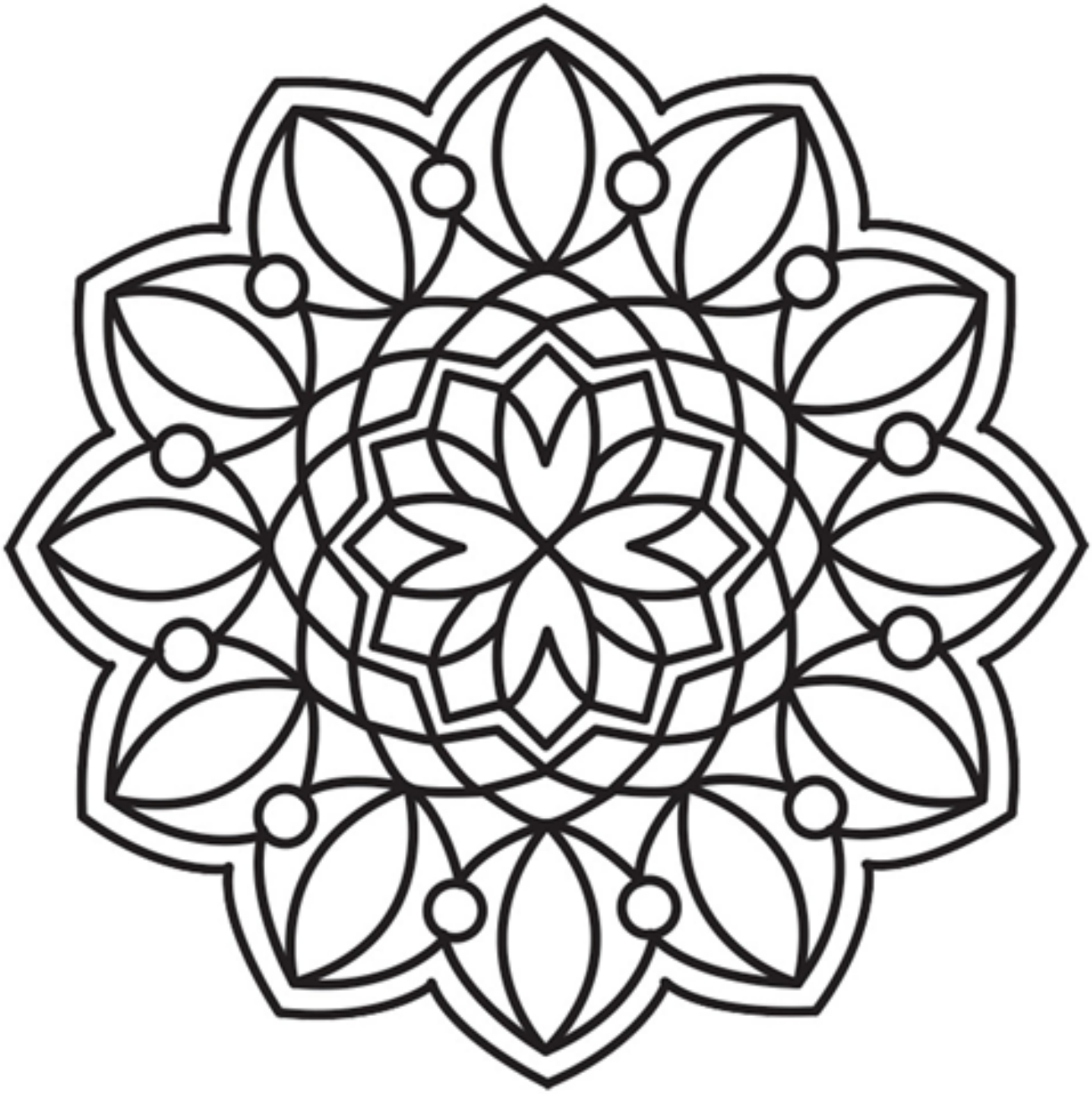
Een potlood, een gum en kleurpotloden of stiften. Voor het memoryspel en de puzzel heeft u een schaar met een stompe punt nodig. Lijm en karton zijn optioneel. Vraag gerust om hulp bij het knippen.

Wilt u dubbelzijdig afdrukken?

Druk het hele werkboek op A4 af, op ware grootte (100%), en keer het papier om langs de lange zijde. De achterkant van de knipvellen is blanco. Zo kunt u de kaartjes en puzzelstukken veilig uitknippen.

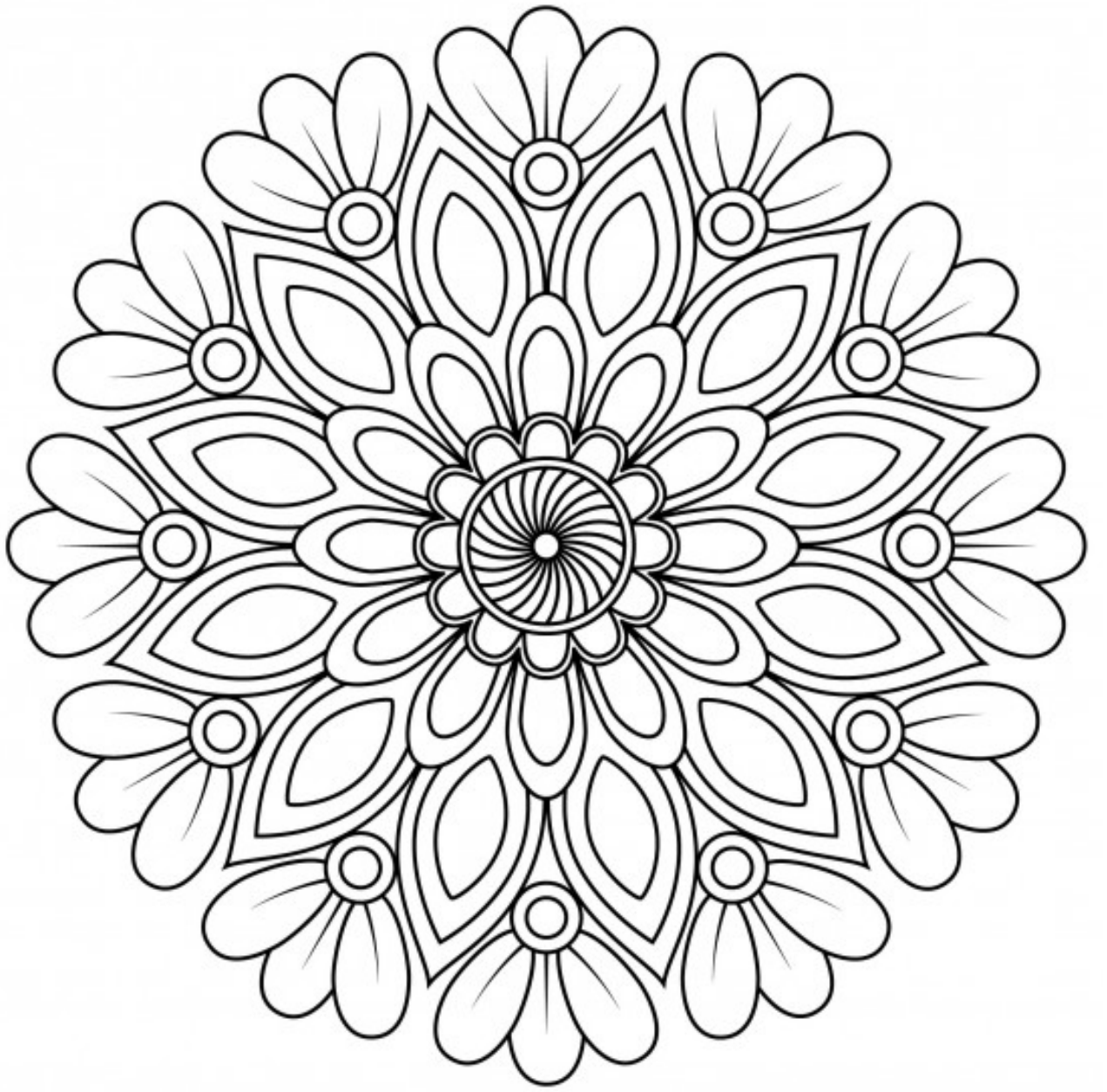
Kleuren: mandala met bladeren

Kleur de tekening in met de kleuren die u mooi vindt. Neem rustig de tijd.



Kleuren: bloemenmandala

Kleur de tekening in met de kleuren die u mooi vindt. Neem rustig de tijd.



Kleuren: vogels en bloemen

Kleur de tekening in met de kleuren die u mooi vindt. Neem rustig de tijd.



Kleuren: bloemen en bladeren

Kleur de tekening in met de kleuren die u mooi vindt. Neem rustig de tijd.



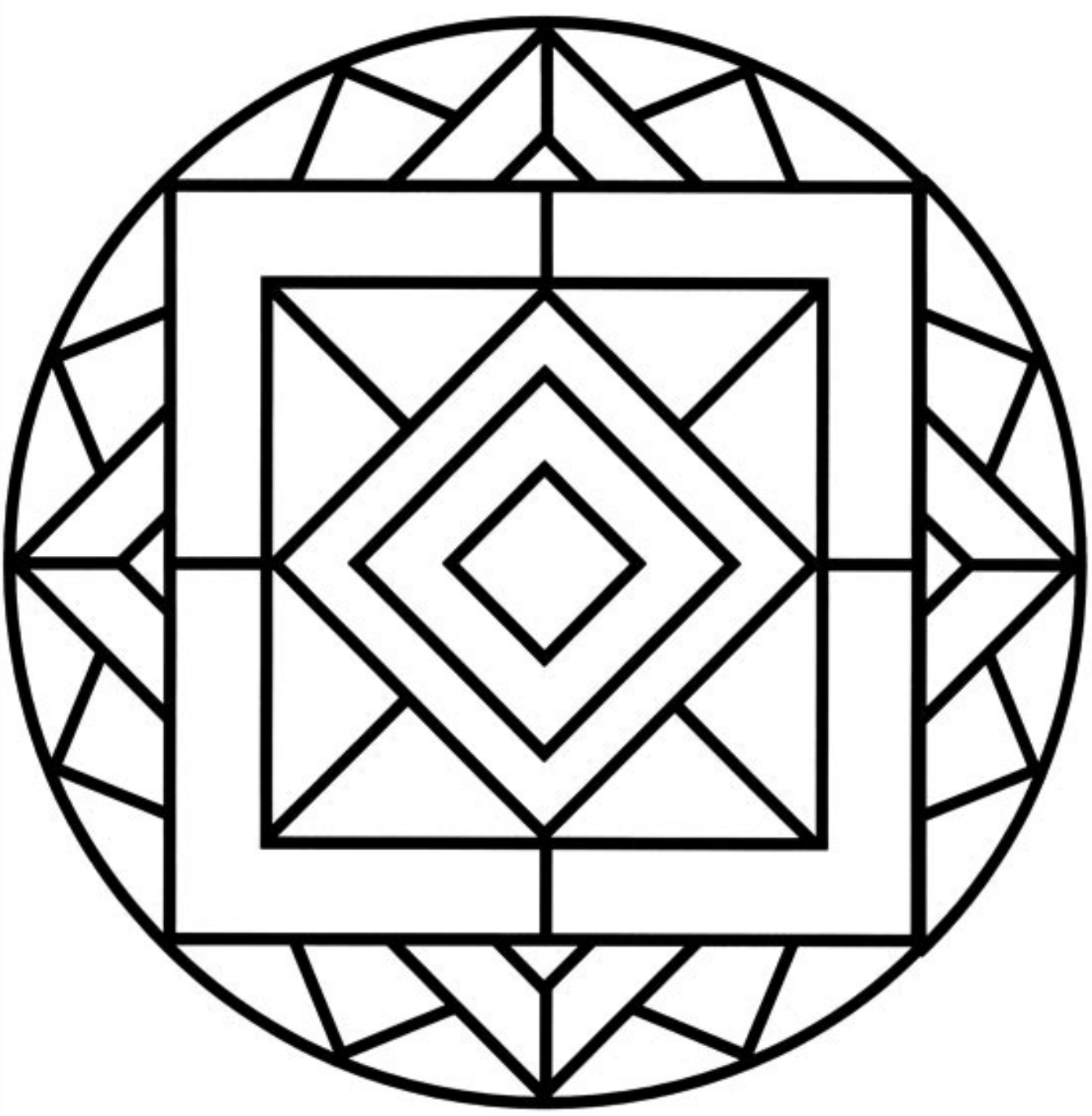
Kleuren: ronde mandala

Kleur de tekening in met de kleuren die u mooi vindt. Neem rustig de tijd.



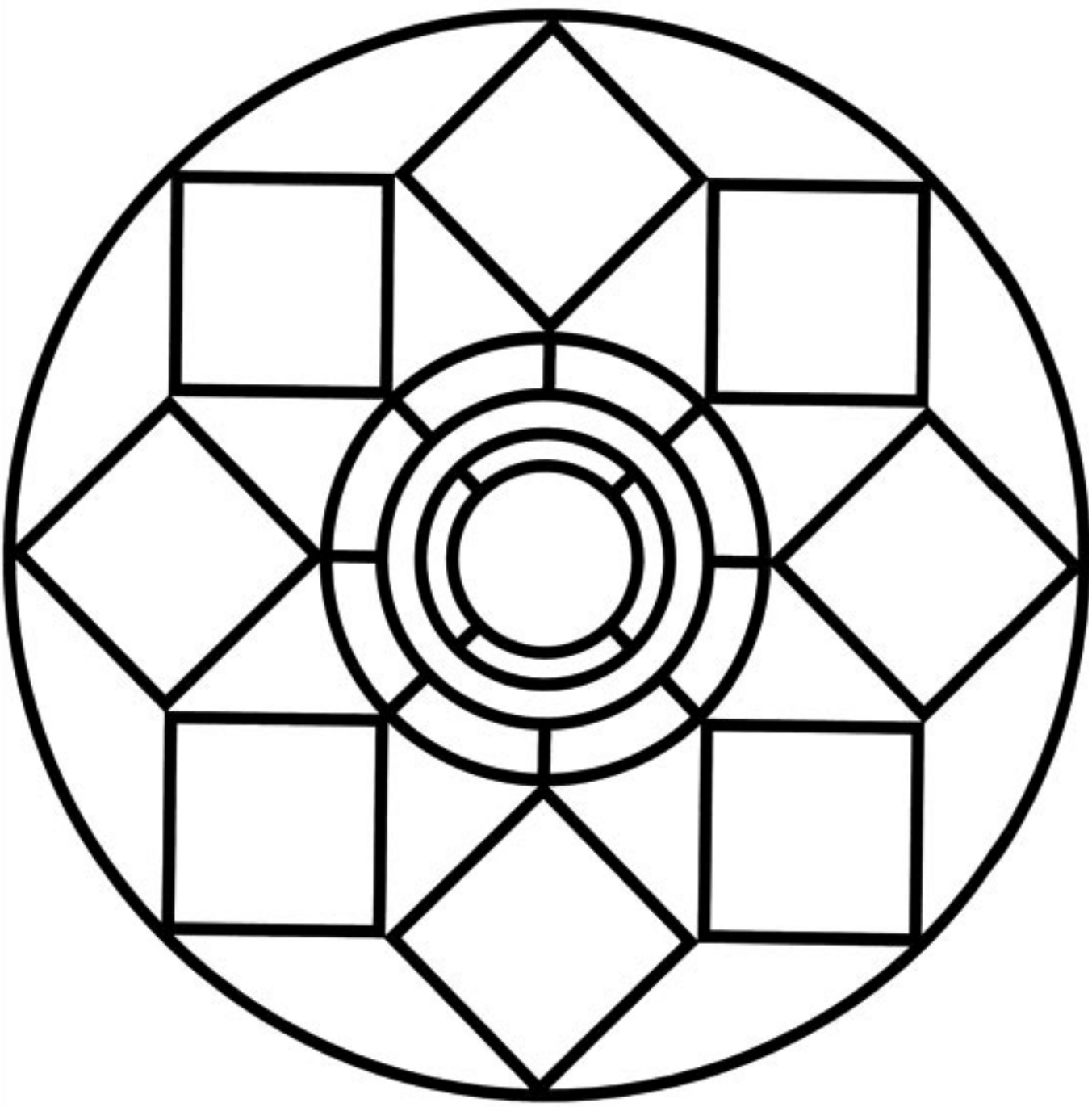
Kleuren: geometrische vormen 1

Kleur de tekening in met de kleuren die u mooi vindt. Neem rustig de tijd.



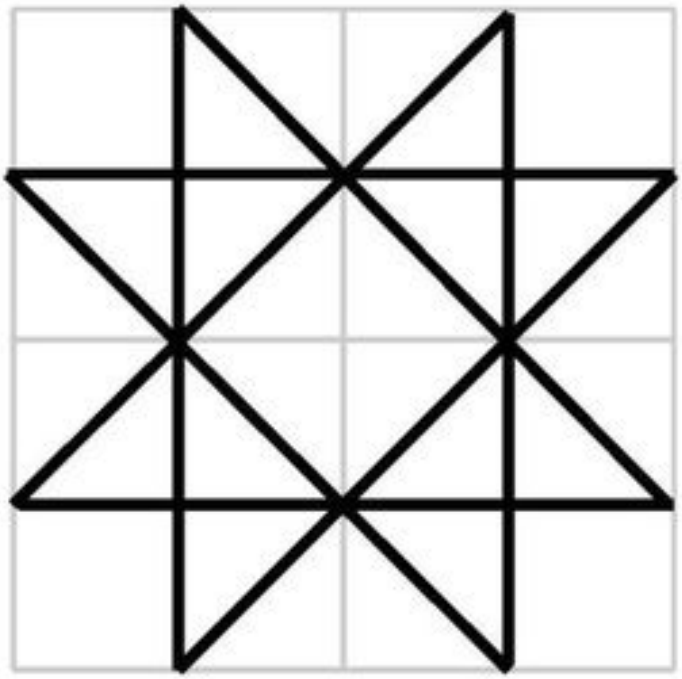
Kleuren: geometrische vormen 2

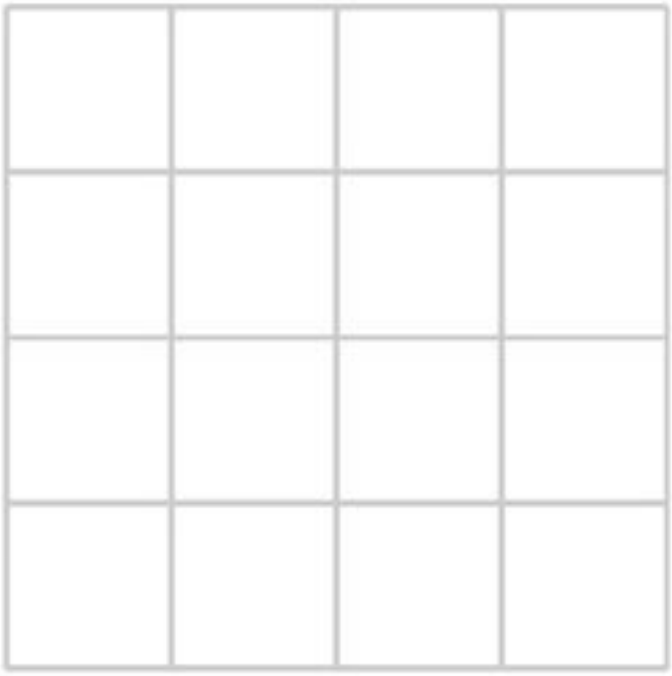
Kleur de tekening in met de kleuren die u mooi vindt. Neem rustig de tijd.



Teken de figuur na

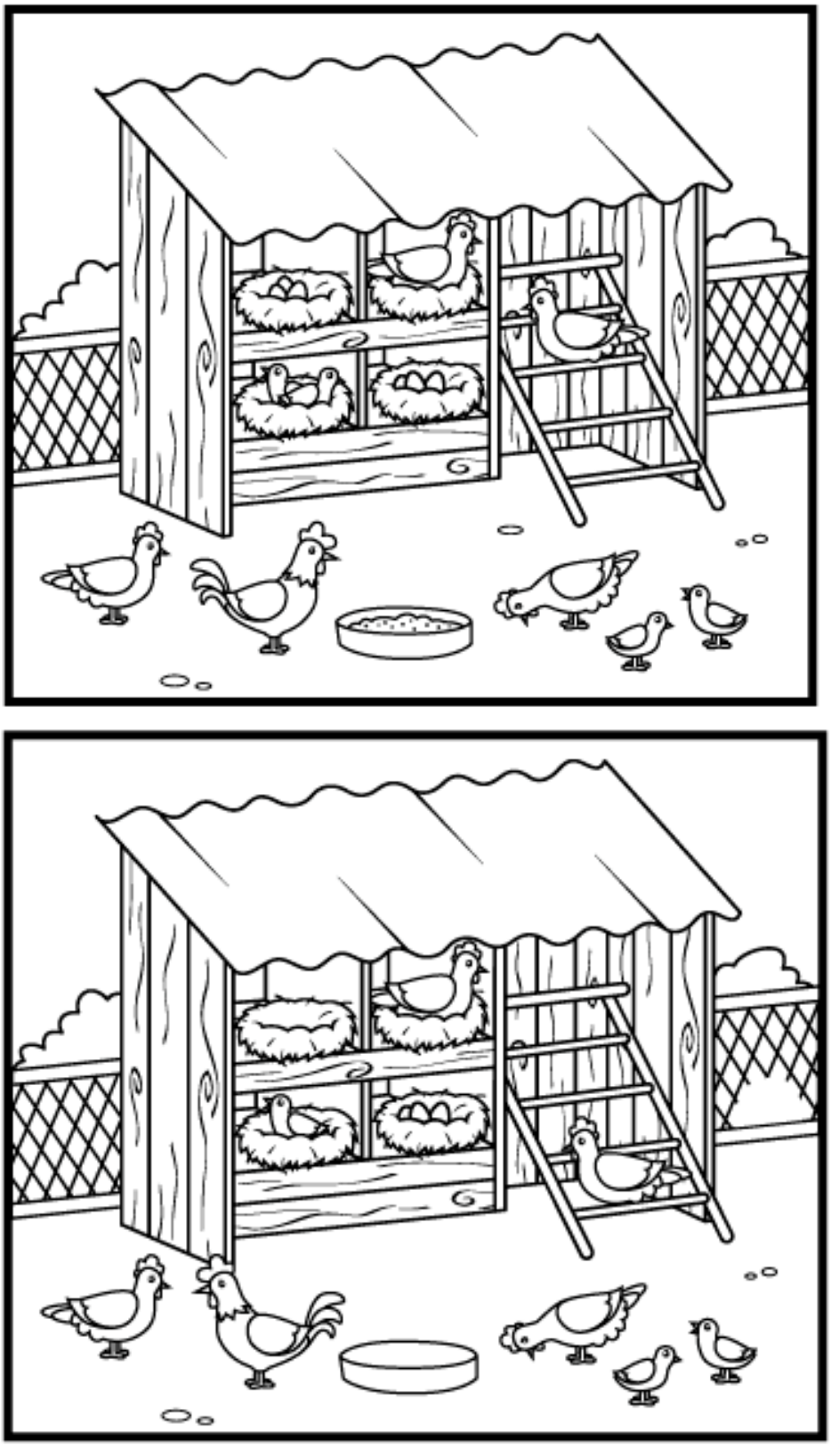
Teken de figuur na in het lege rooster eronder.





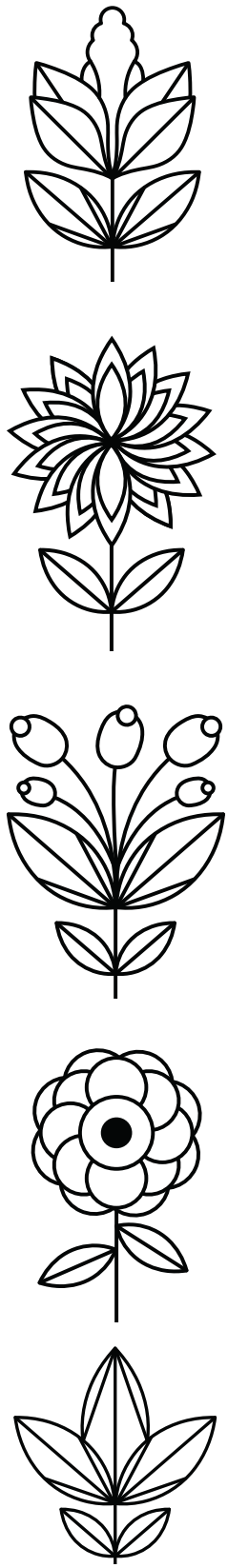
Zoek de 7 verschillen - 1

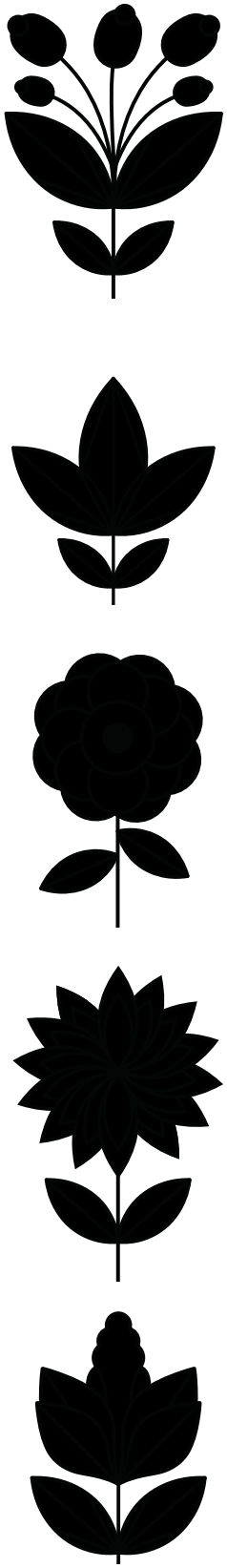
Bekijk beide afbeeldingen. Zoek de zeven verschillen en omcirkel ze.



Verbind de afbeelding met de schaduw

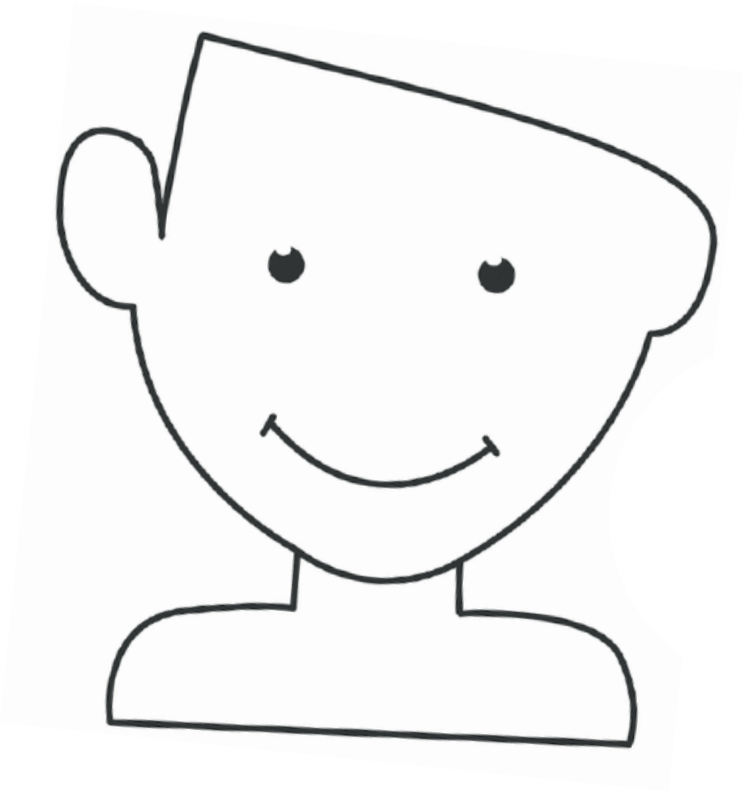
Trek een lijn van elke afbeelding naar de bijbehorende schaduw.

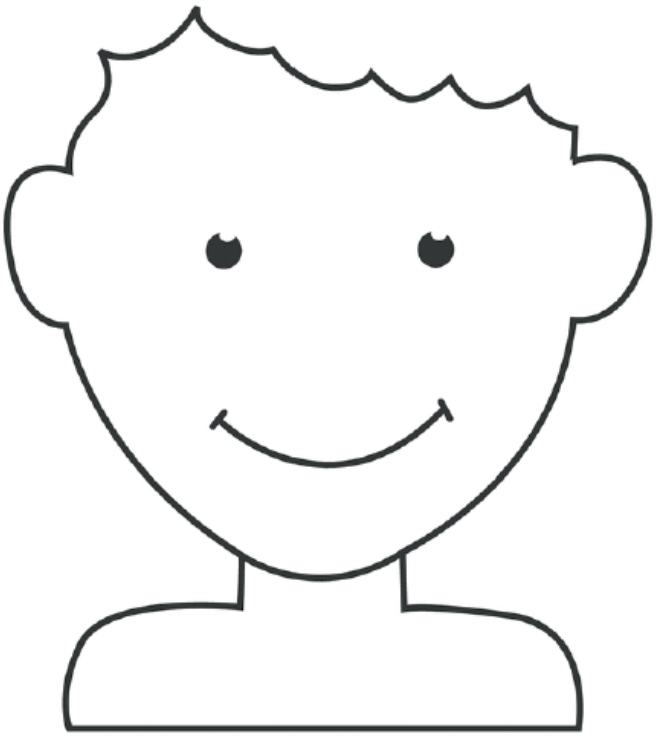




Maak de gezichten af - 1

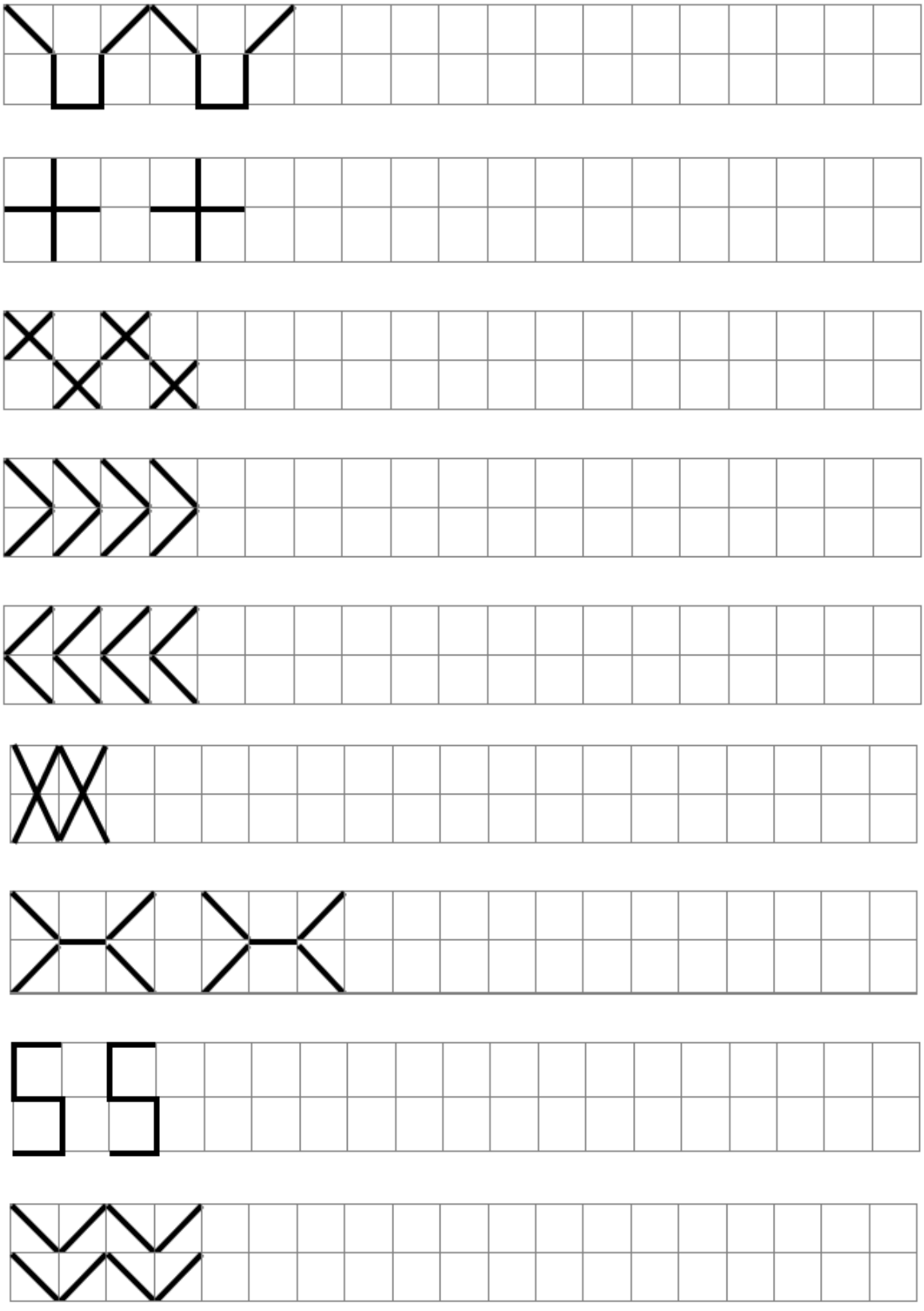
Maak de gezichten af. Gebruik uw fantasie.





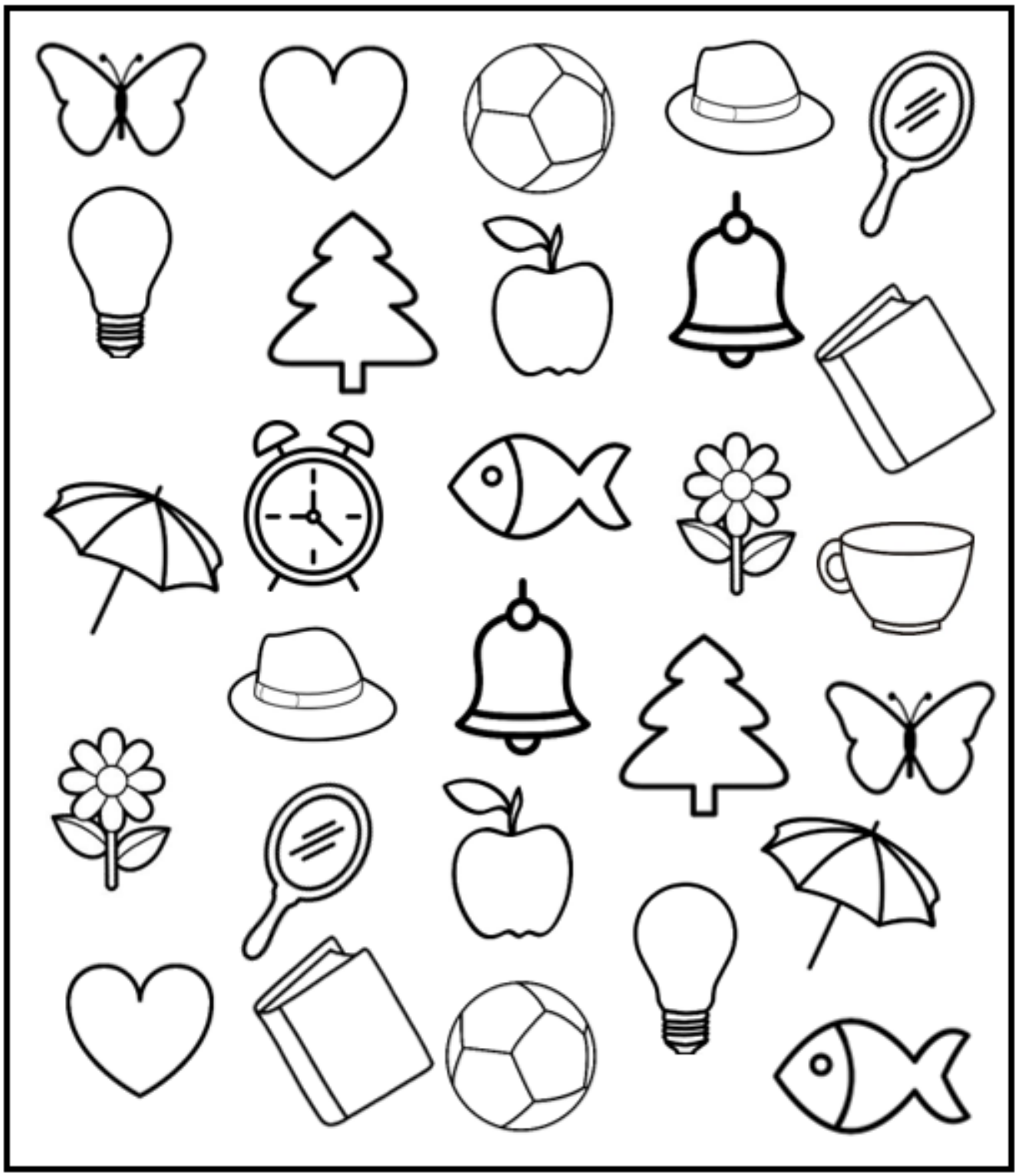
Maak de patronen af

Kijk goed naar het begin van elke rij. Teken het patroon verder.



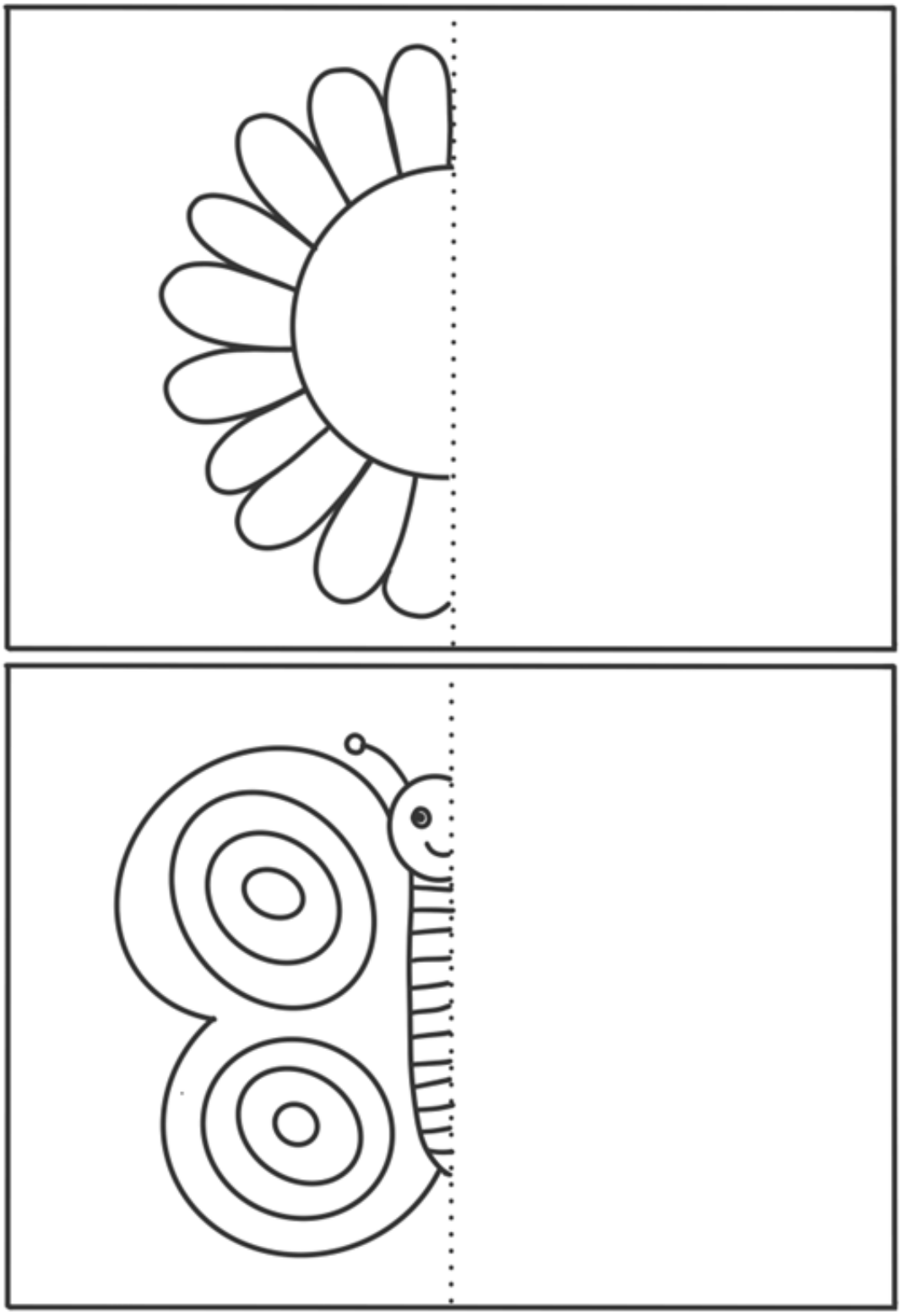
Zoek de afbeelding die maar één keer voorkomt

Zet een kruisje bij de afbeelding die maar één keer voorkomt.



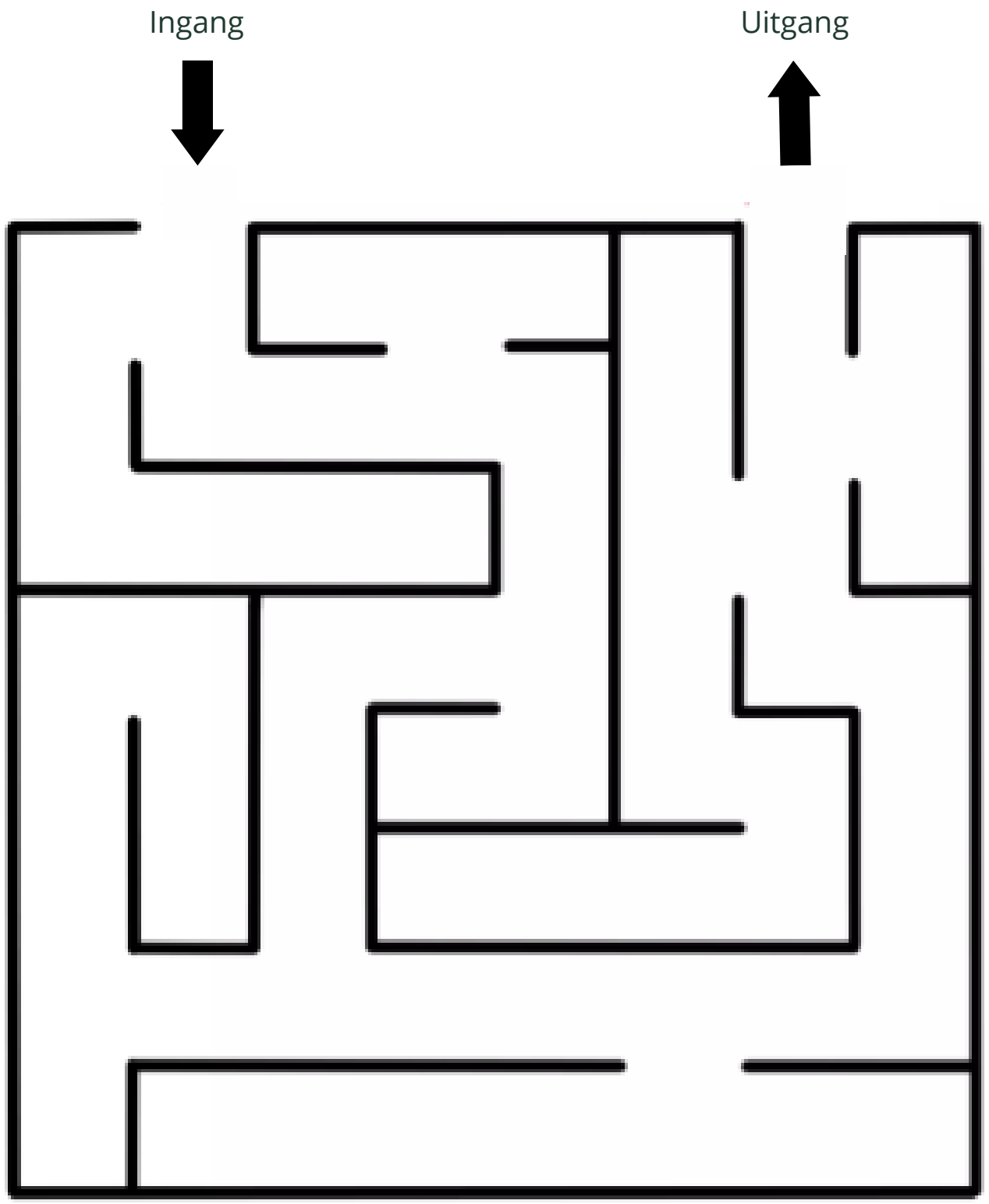
Teken de ontbrekende helft

Teken de ontbrekende helft. Maak de tekening aan beide kanten gelijk.



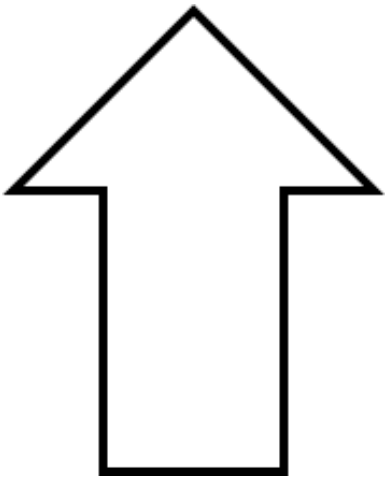
Vind de weg door het doolhof

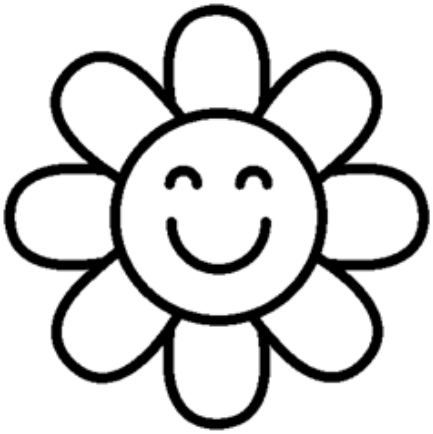
Teken een lijn van de ingang naar de uitgang.

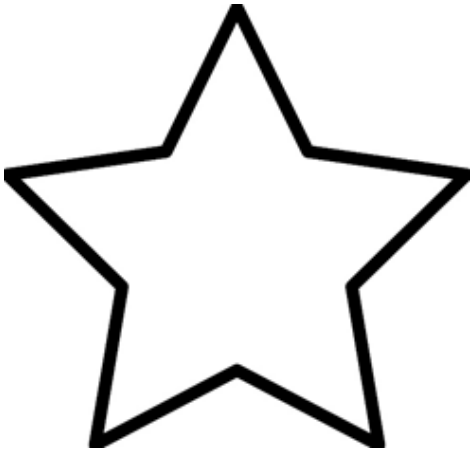


Teken de afbeeldingen na

Teken de afbeeldingen na in de lege ruimte ernaast. U kunt ook de hand gebruiken waarmee u gewoonlijk niet schrijft.







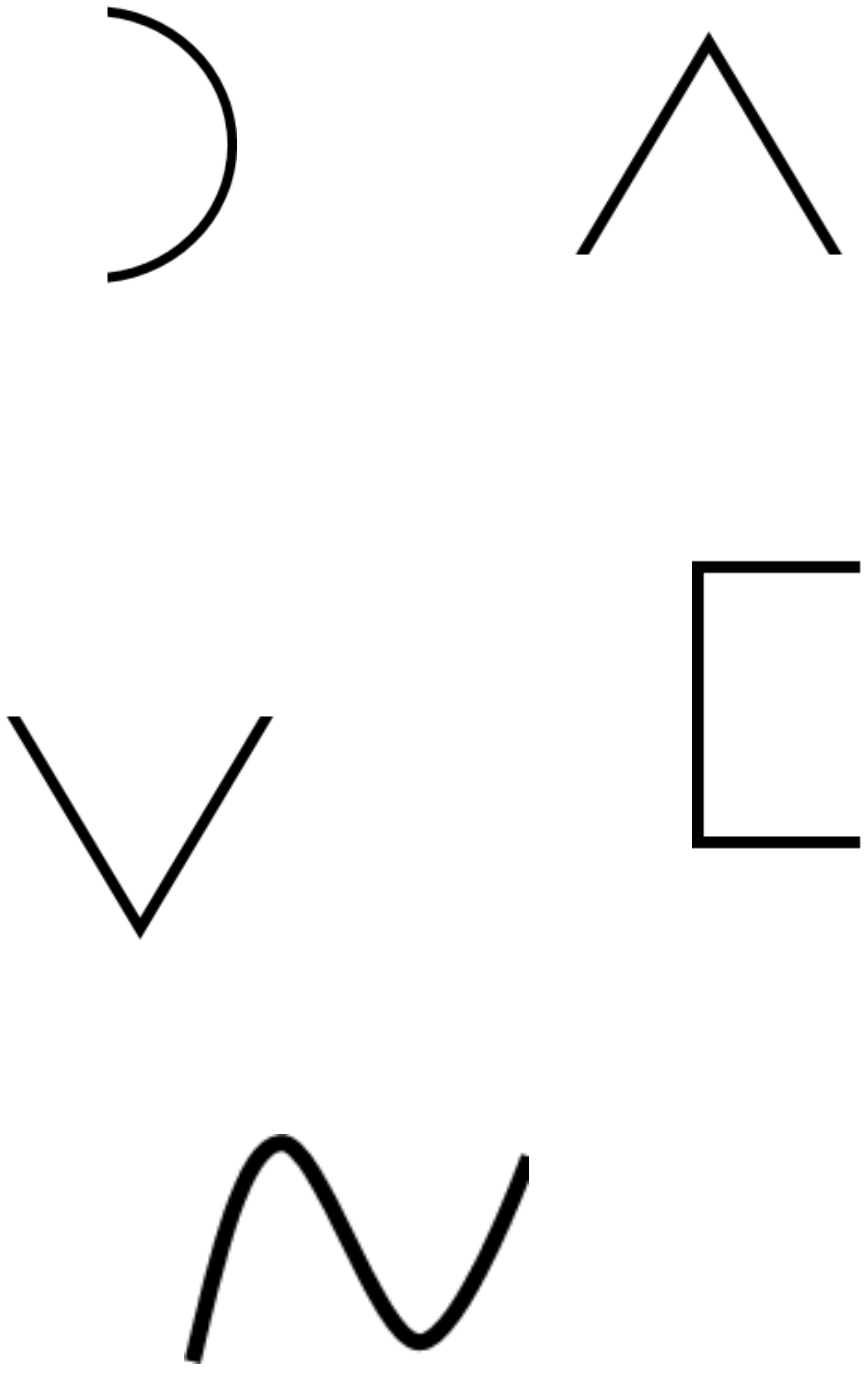
Zoek dezelfde kopjes

Bekijk het voorbeeld bovenaan. Omcirkel alleen de kopjes die precies hetzelfde zijn.



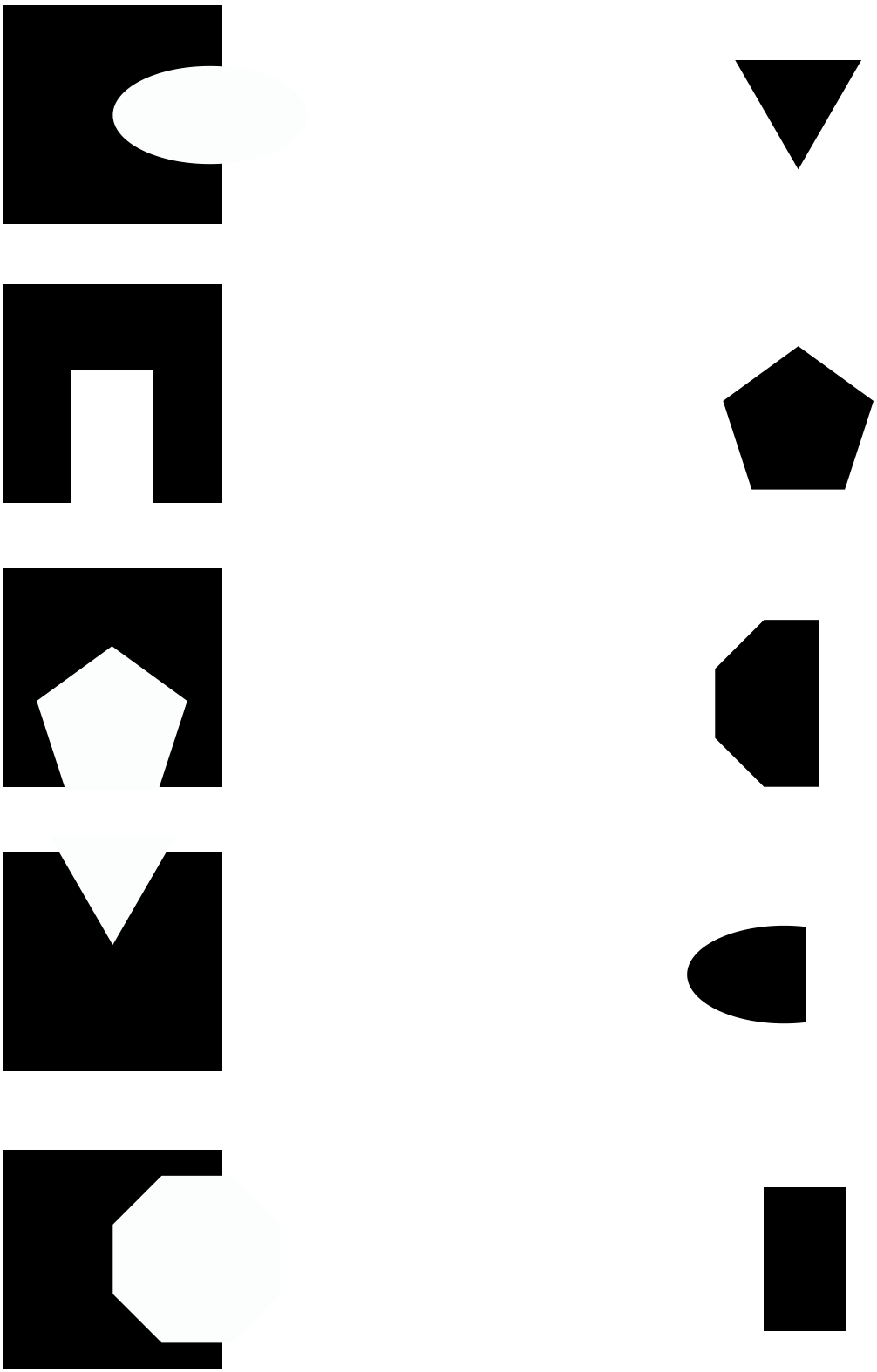
Maak tekeningen met vormen

Gebruik de lijnen en vormen als begin van uw eigen tekeningen.



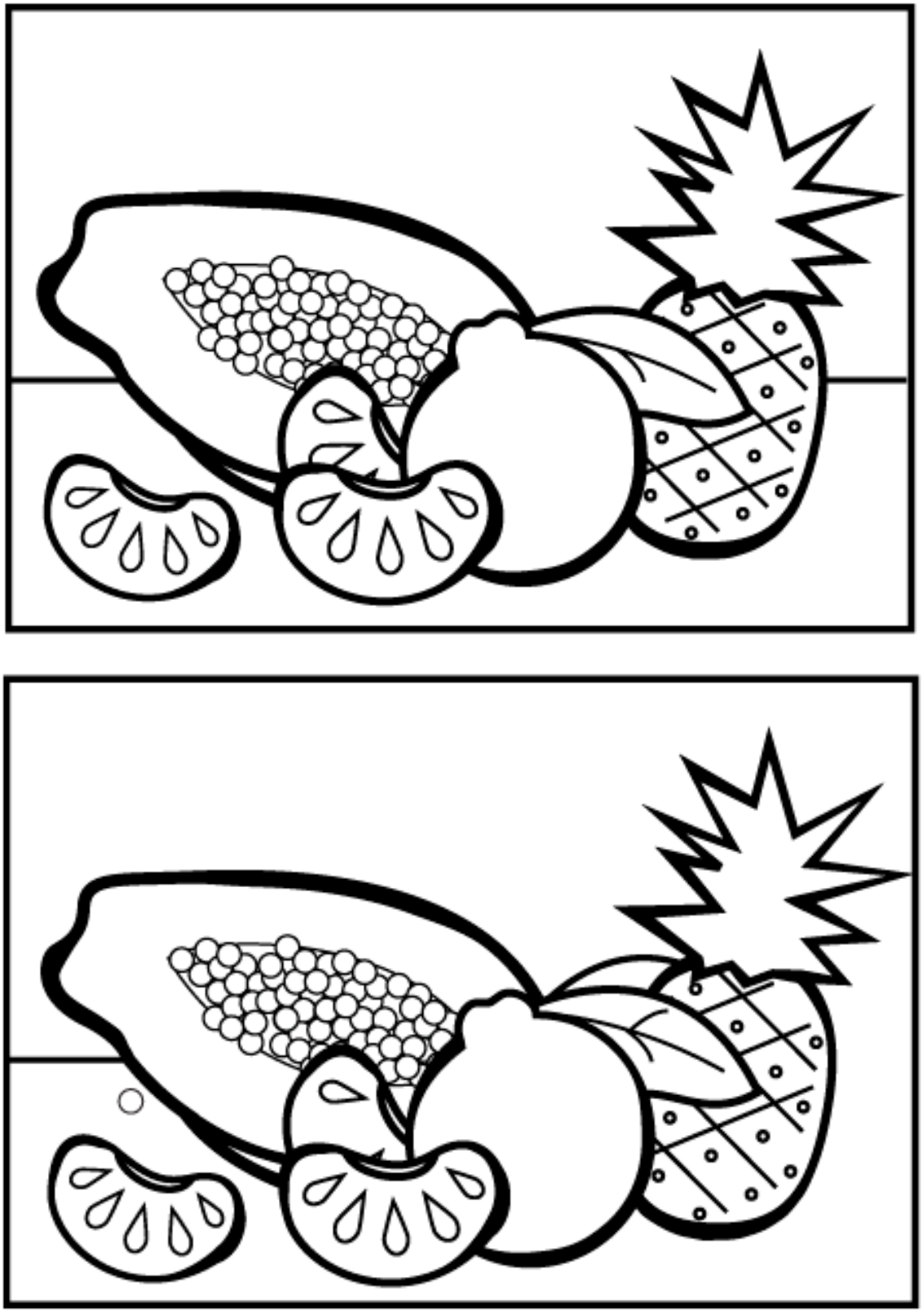
Maak de vierkanten compleet

Verbind elke vorm links met het ontbrekende stukje rechts. Samen vormen ze een vierkant.



Zoek de 7 verschillen - 2

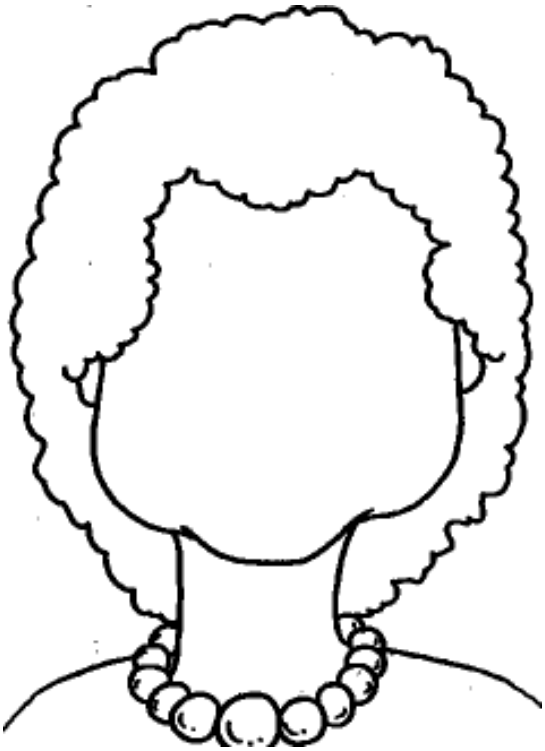
Bekijk beide afbeeldingen. Zoek de zeven verschillen en omcirkel ze.

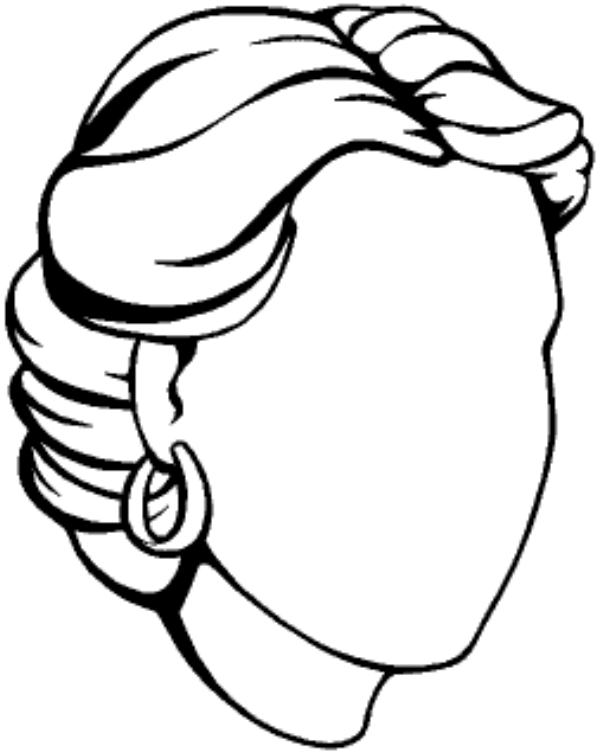


Maak de gezichten af - 2

Maak de gezichten af. U kiest zelf hoe ze eruitzien.



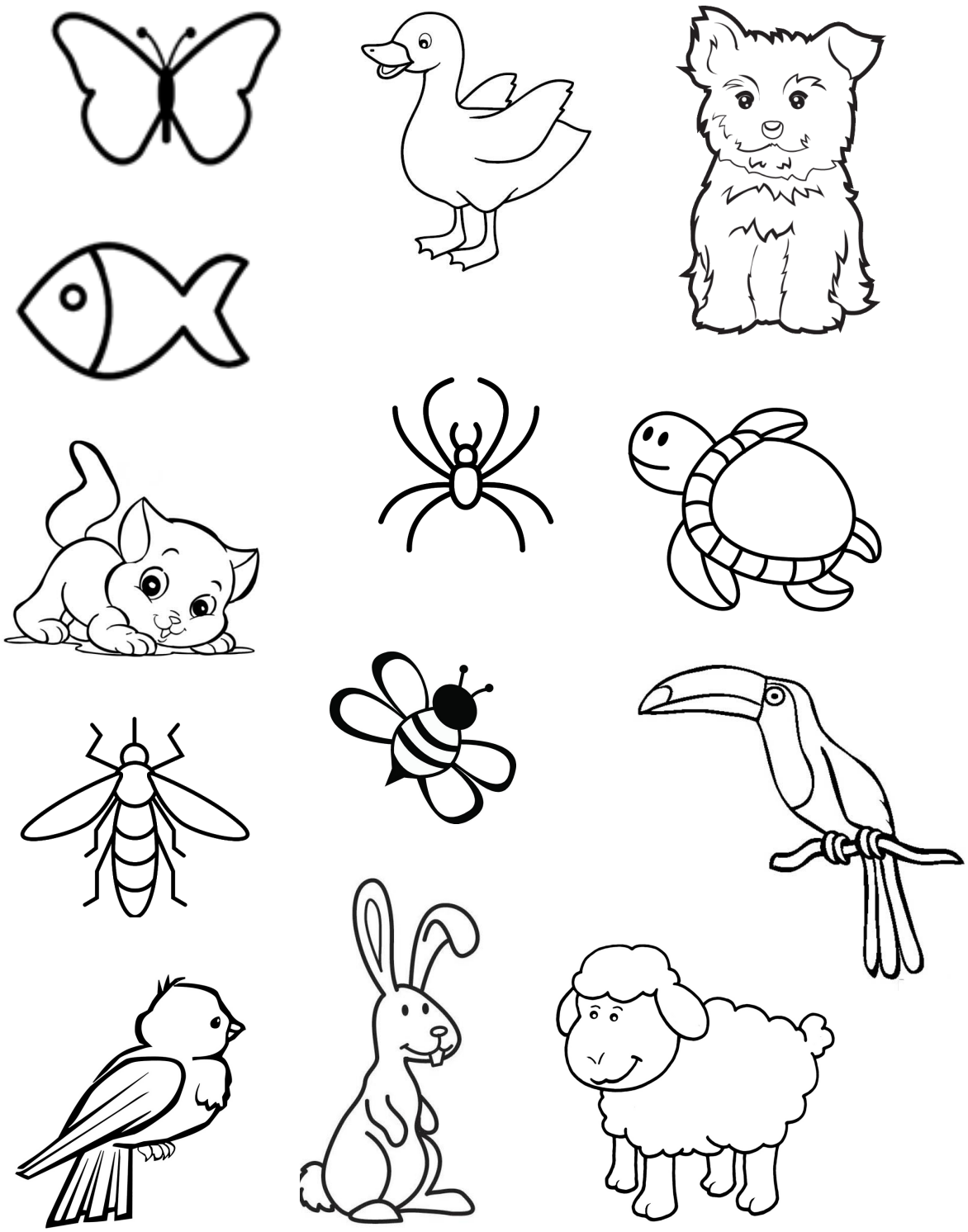






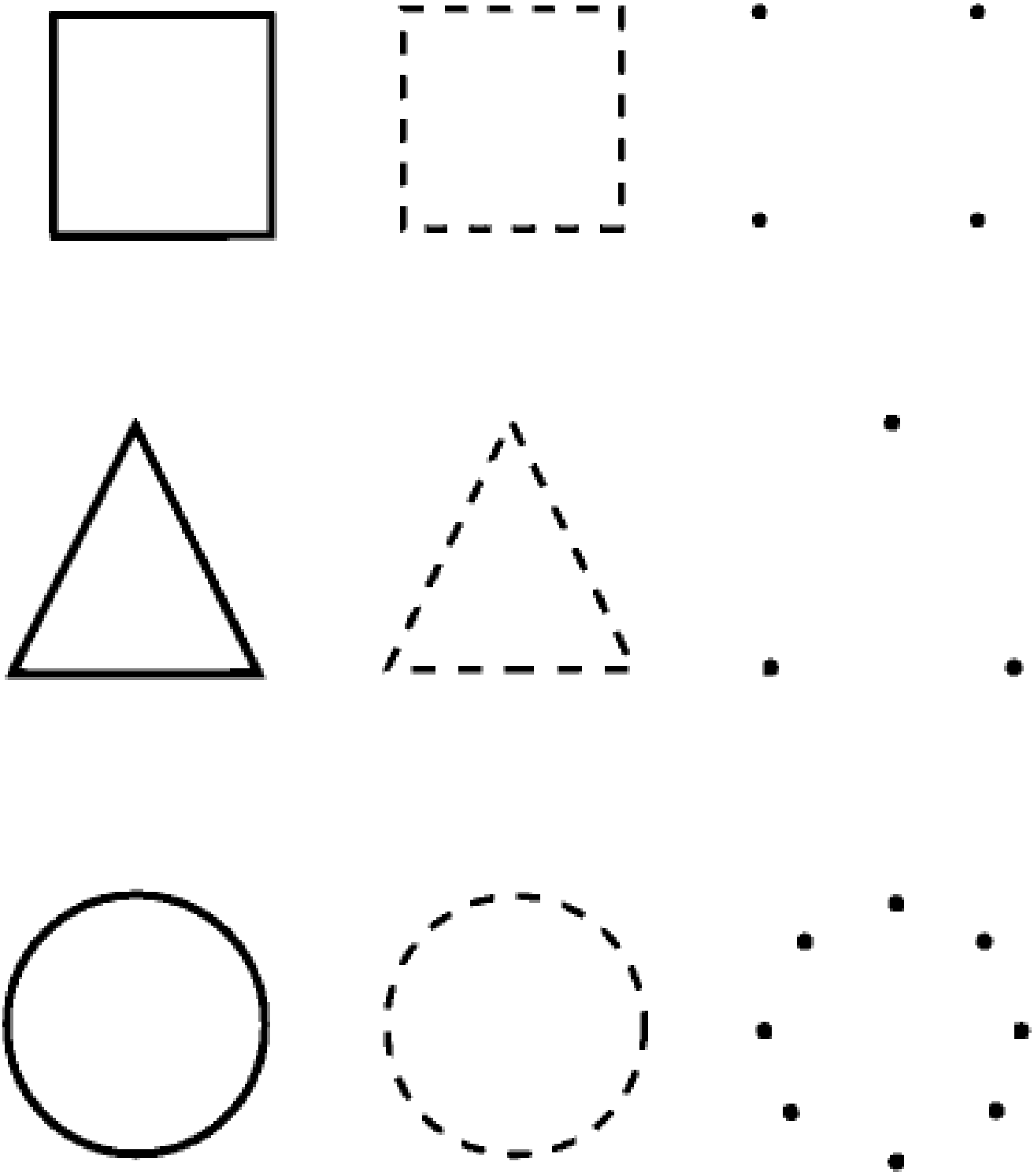
Welke dieren vliegen of zwemmen?

Kleur de dieren die kunnen vliegen. Omcirkel de dieren die kunnen zwemmen.



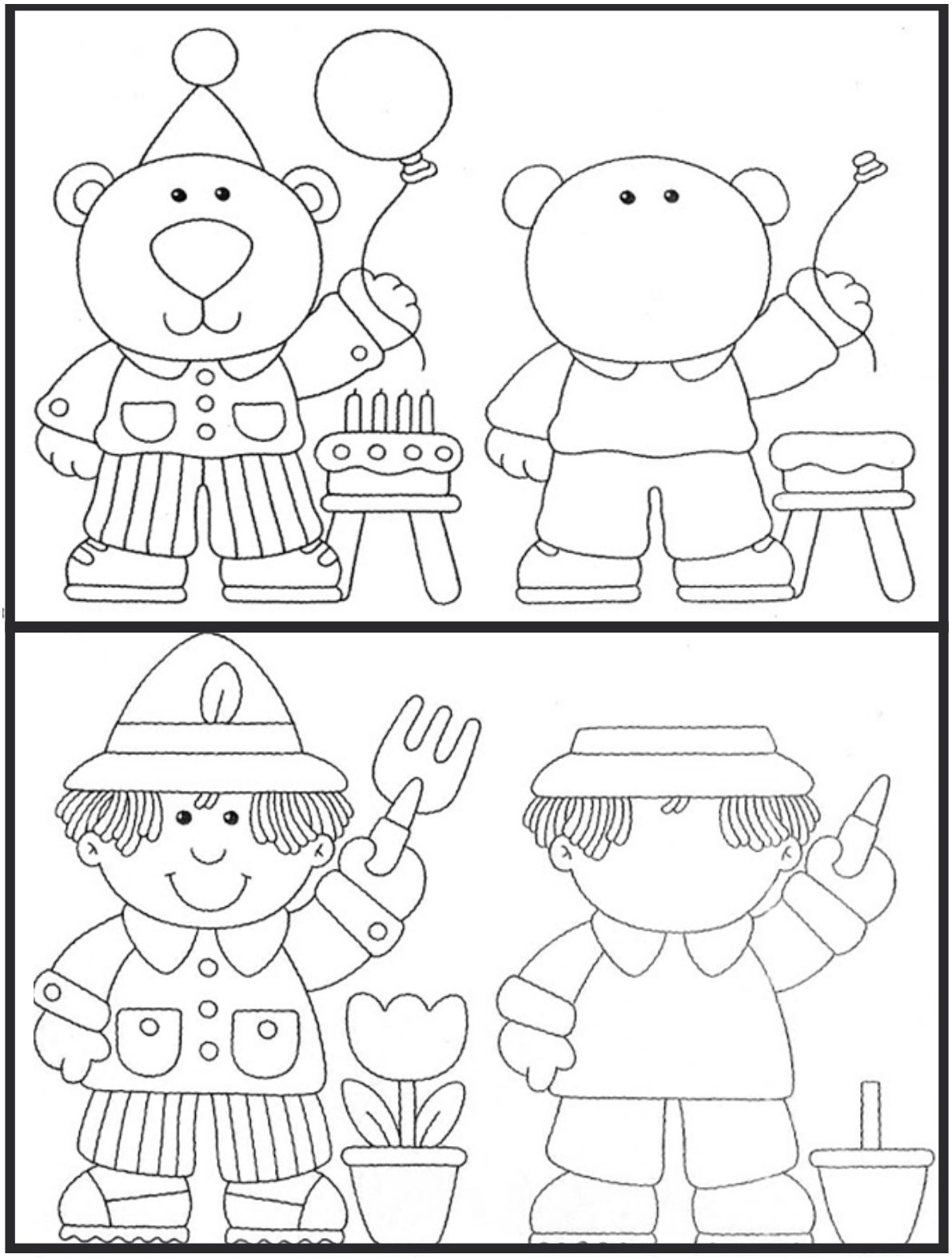
Verbind de punten

Verbind de punten. Maak dezelfde vorm als in het voorbeeld.



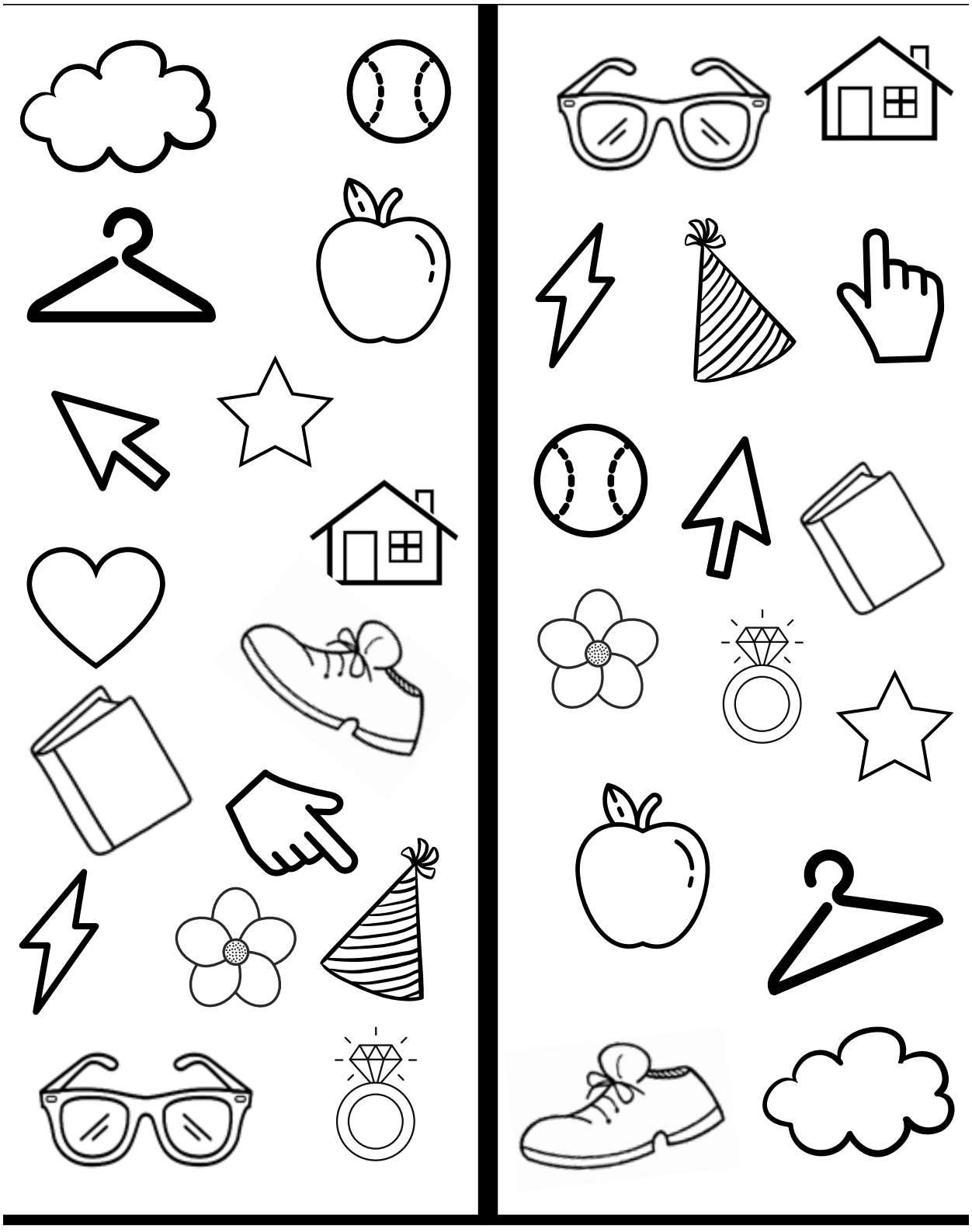
Maak de tekeningen hetzelfde

Maak de onvolledige tekening af. Zorg dat die gelijk wordt aan het voorbeeld ernaast.



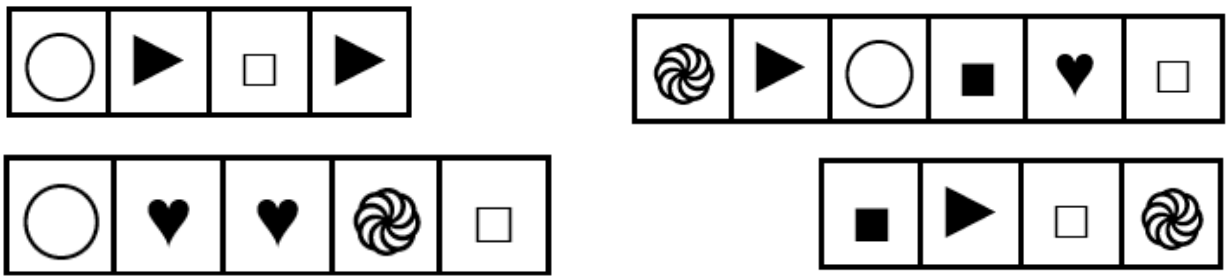
Zoek de ontbrekende afbeelding

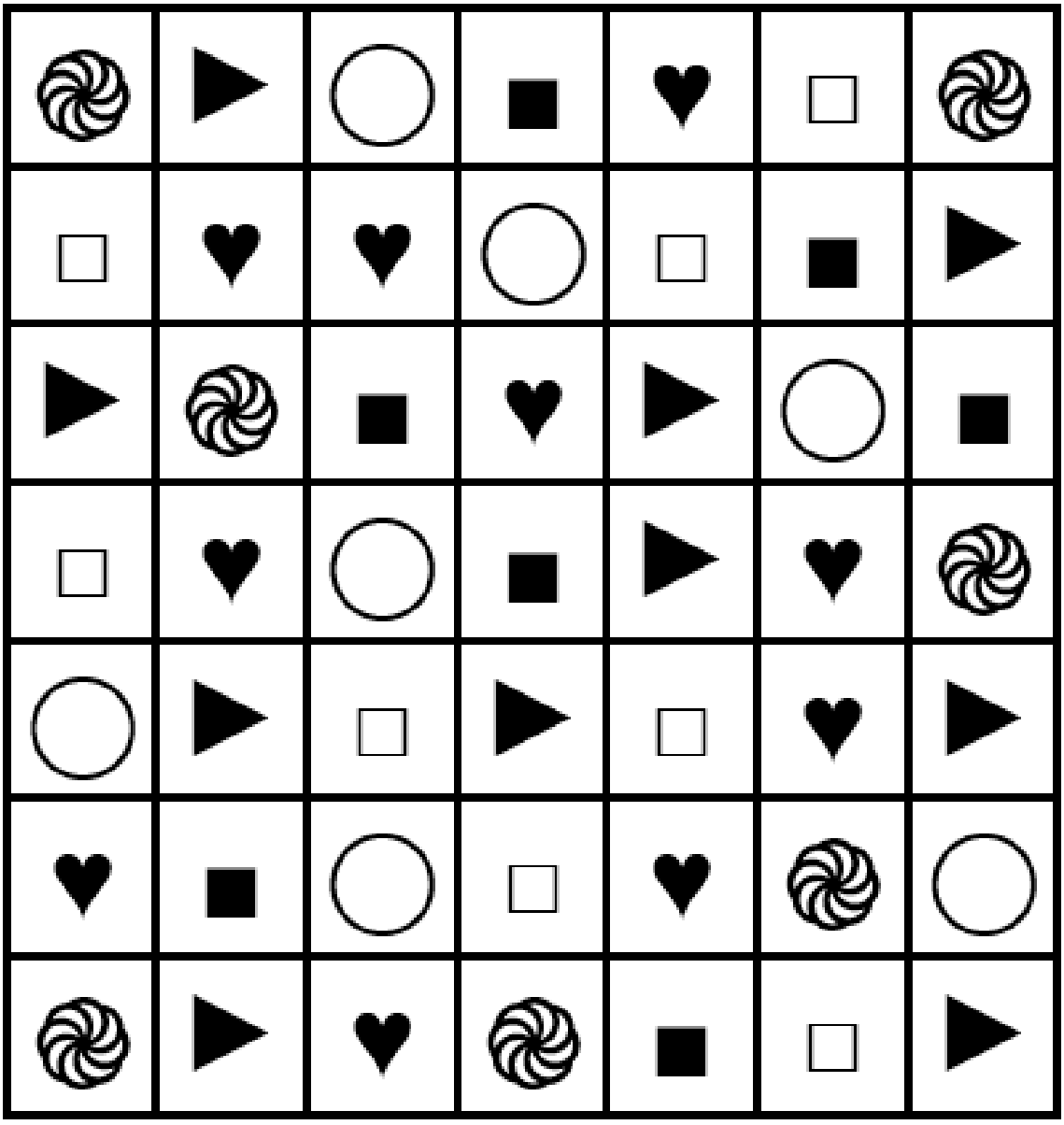
Welke afbeelding staat links, maar niet rechts? Zet daar een kruisje bij.



Zoek de symbolenreeksen

Zoek de vier reeksen in de tabel. Omcirkel de symbolen van elke reeks.





Memoryspel: uitleg

1 **Kleur en knip**
Kleur de kaartjes op de volgende pagina's in. Knip ze uit langs de stippellijnen. Gebruik een schaar met een stompe punt.

2 **Leg de kaartjes klaar**
Leg alle kaartjes met de afbeelding naar beneden op tafel. Schud ze door elkaar.

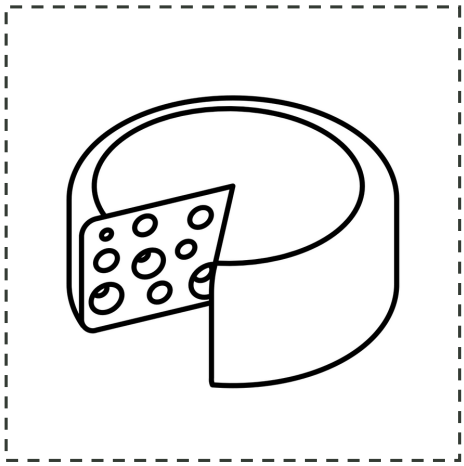
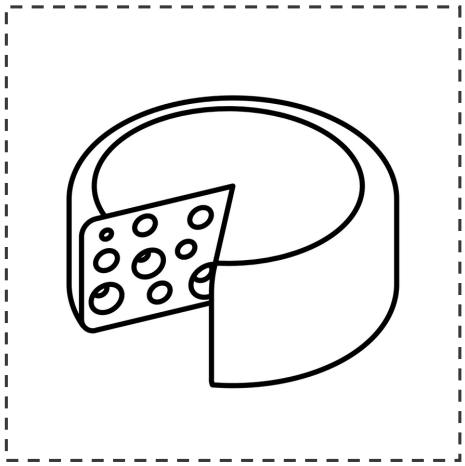
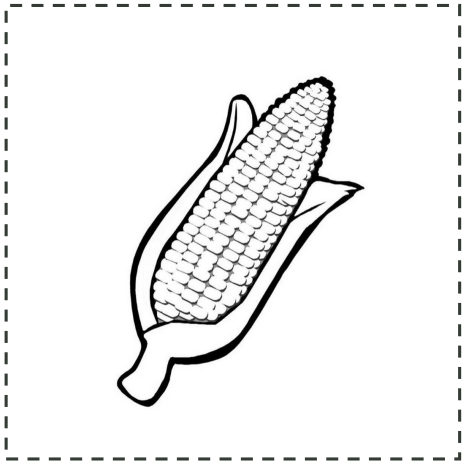
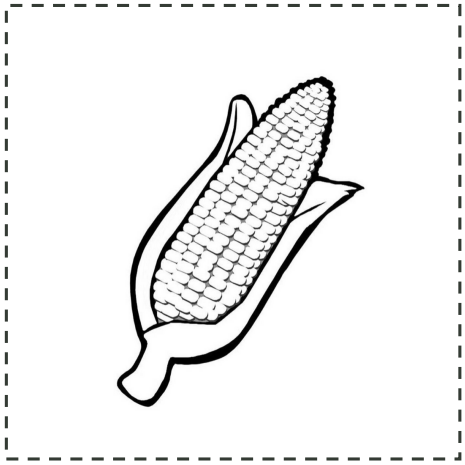
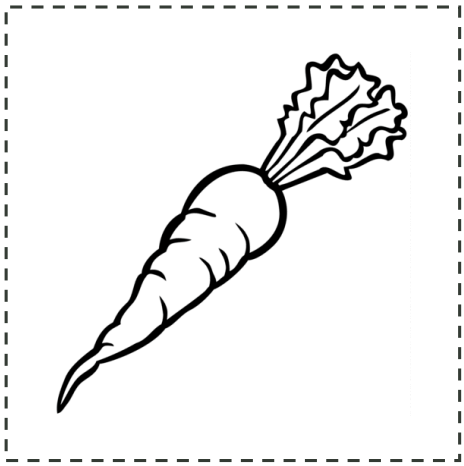
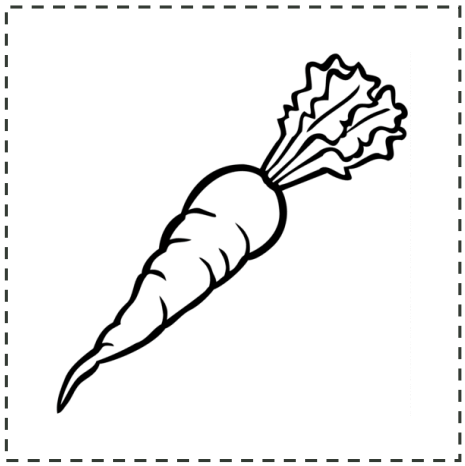
3 **Zoek de paren**
Draai telkens twee kaartjes om. Zijn ze hetzelfde? Dan houdt u het paar. Zijn ze verschillend? Leg ze dan weer terug. Ga door tot alle paren zijn gevonden.

4 **Praat over het eten**
Vertel na elk gevonden paar: "Eet u dit graag? Welk gerecht kunt u hiermee maken?"

Tip
U kunt de kaartjes op karton plakken. Zo zijn ze steviger en gemakkelijker vast te pakken. De achterkant van elk knipvel is blanco.

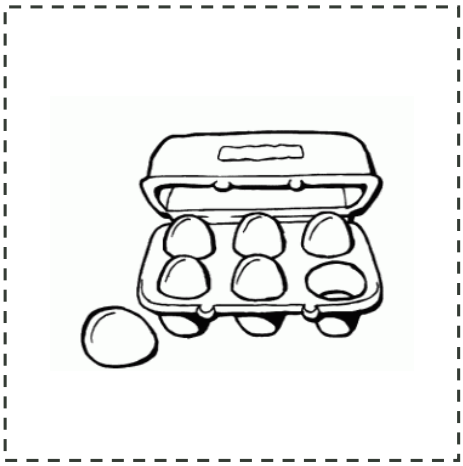
Memorykaarten: kaas, maïs en wortel

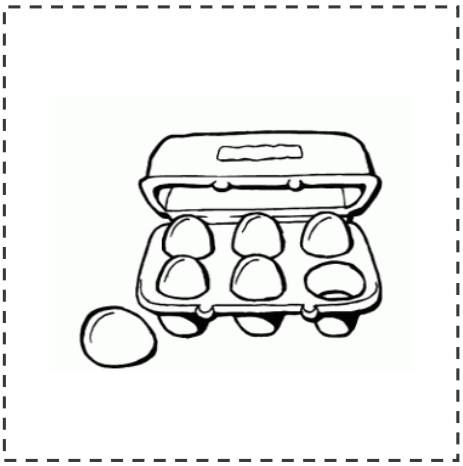
Kleur de kaartjes in. Knip ze daarna uit langs de stippellijnen.

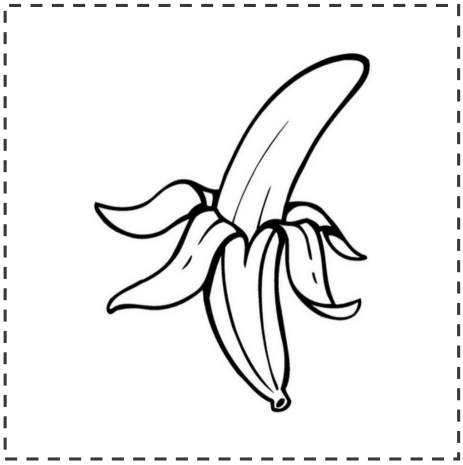







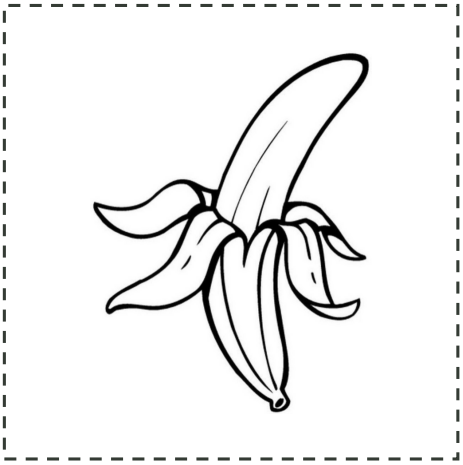
Memorykaarten: eieren, banaan en melk

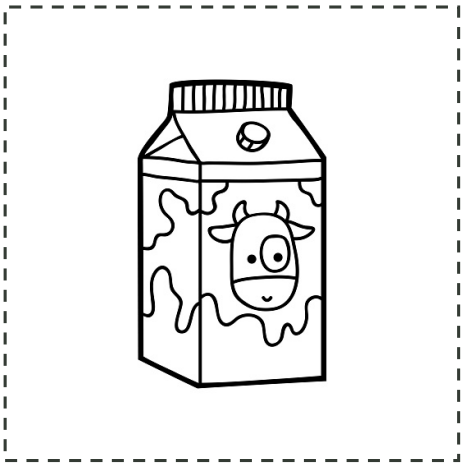
Kleur de kaartjes in. Knip ze daarna uit langs de stippellijnen.

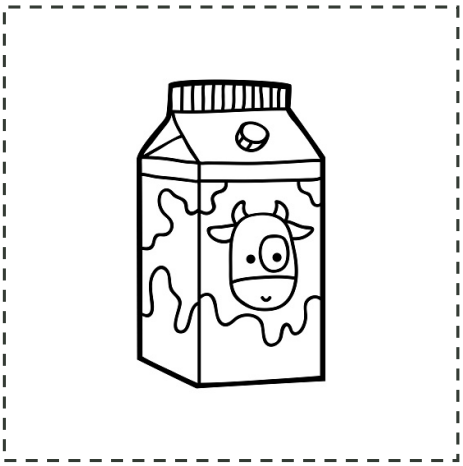






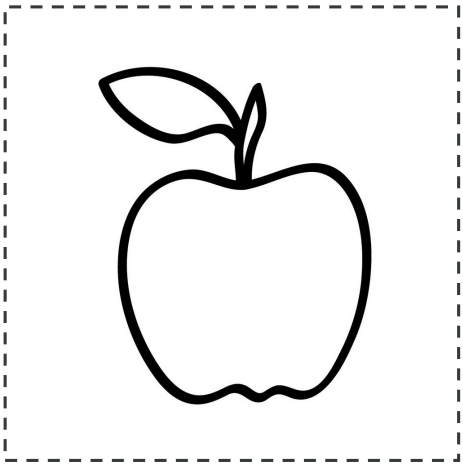
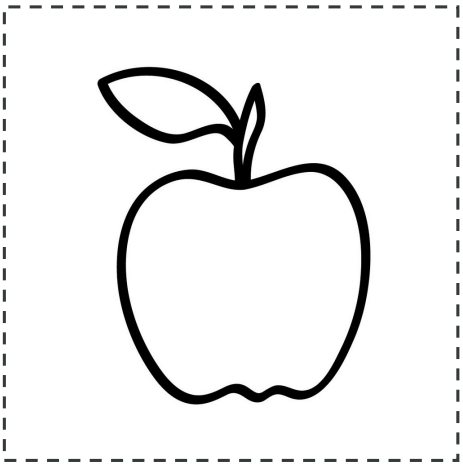
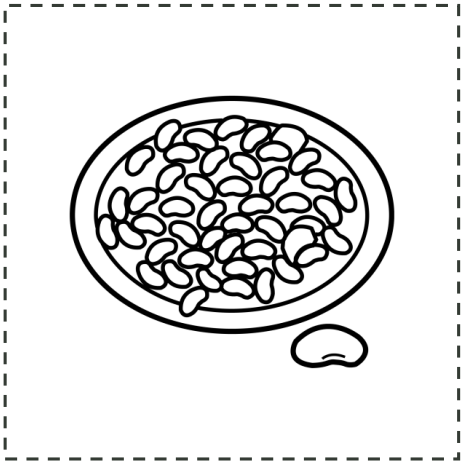
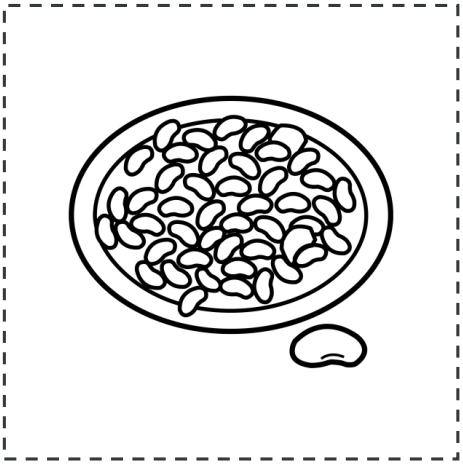
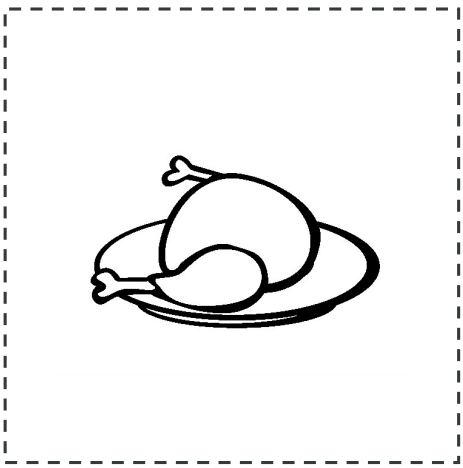
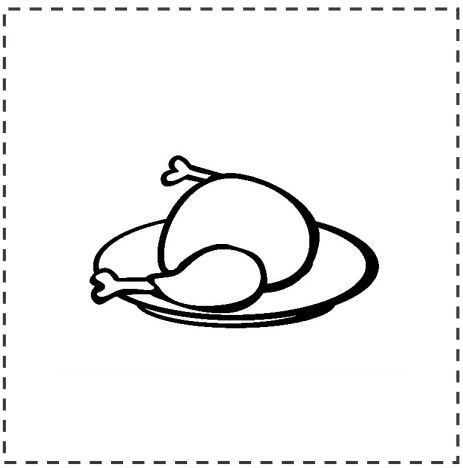






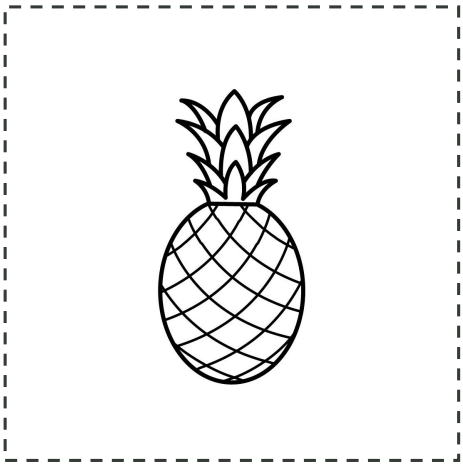
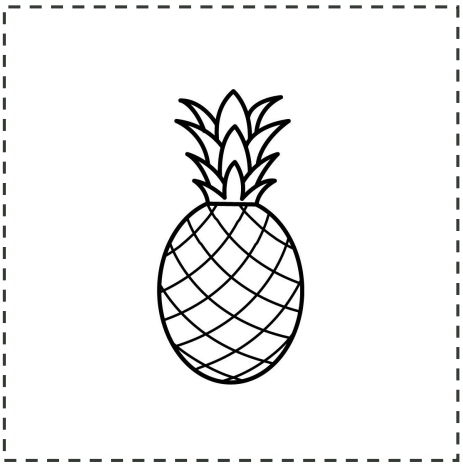
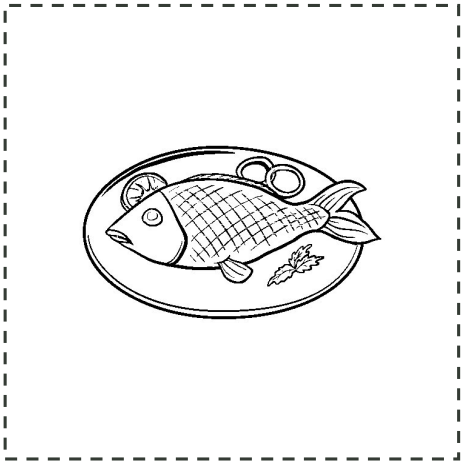
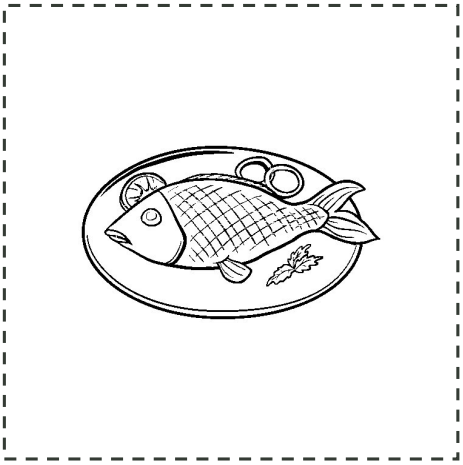
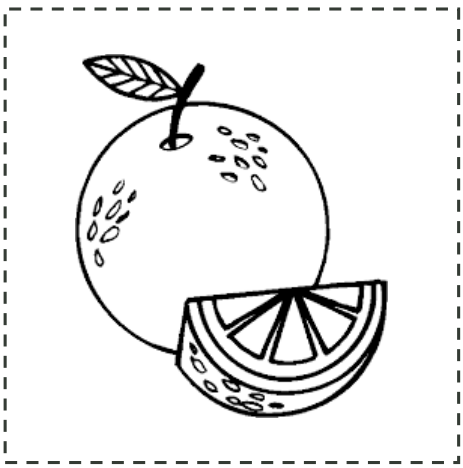
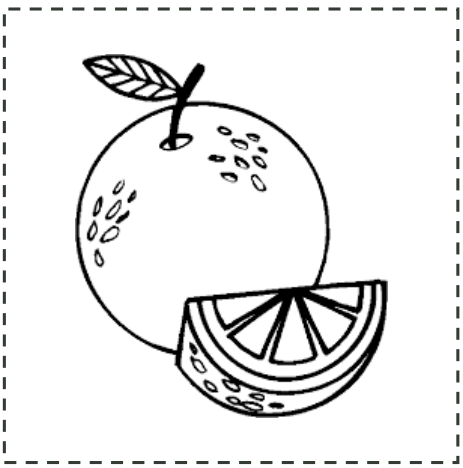
Memorykaarten: appel, bonen en kip

Kleur de kaartjes in. Knip ze daarna uit langs de stippellijnen.

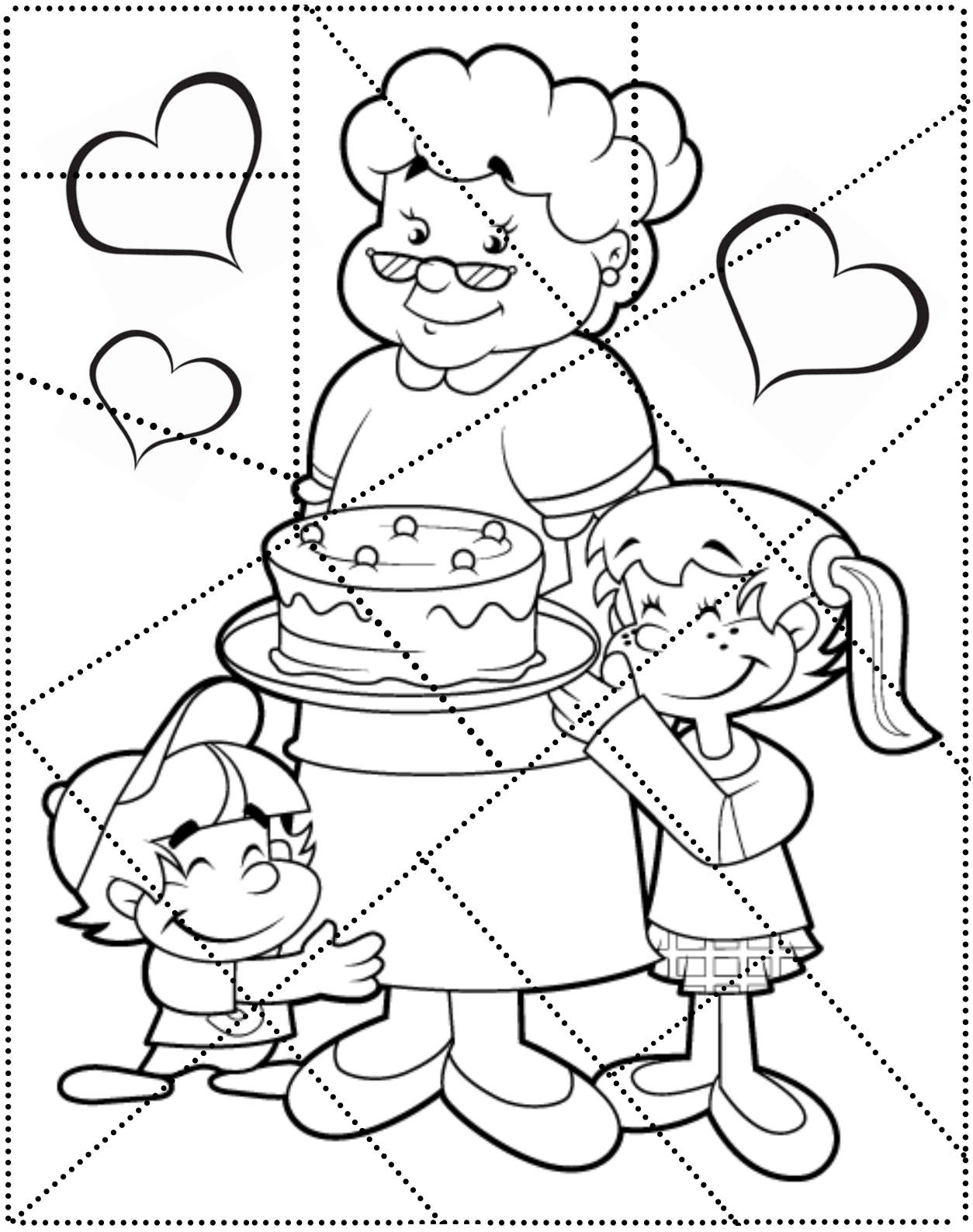
Memorykaarten: ananas, vis en sinaasappel

Kleur de kaartjes in. Knip ze daarna uit langs de stippellijnen.

Kleur en leg de puzzel

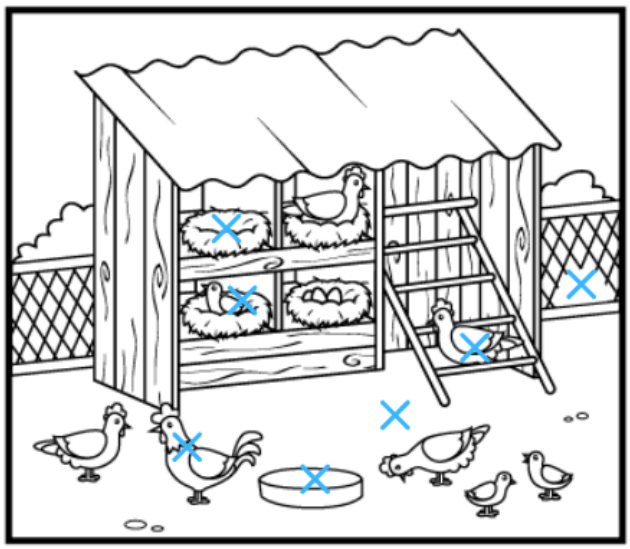
Kleur de tekening in. Knip langs de stippellijnen en leg de puzzel opnieuw. Gebruik een schaar met een stompe punt.



Antwoorden

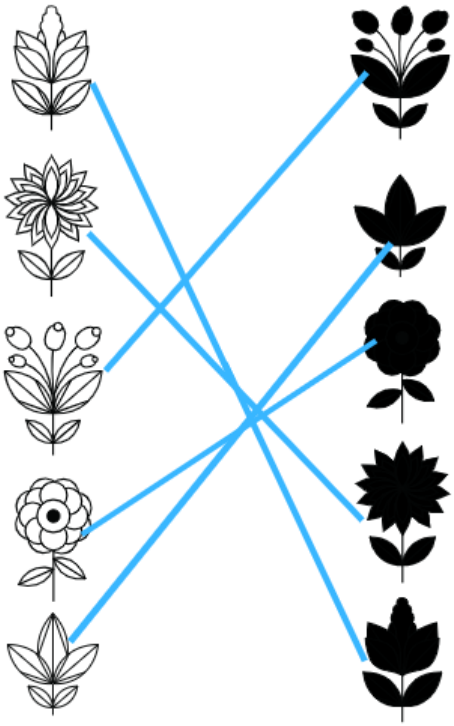
Bij vrije teken- en kleuropdrachten bepaalt u zelf het resultaat.

Pagina 12 - De zeven verschillen

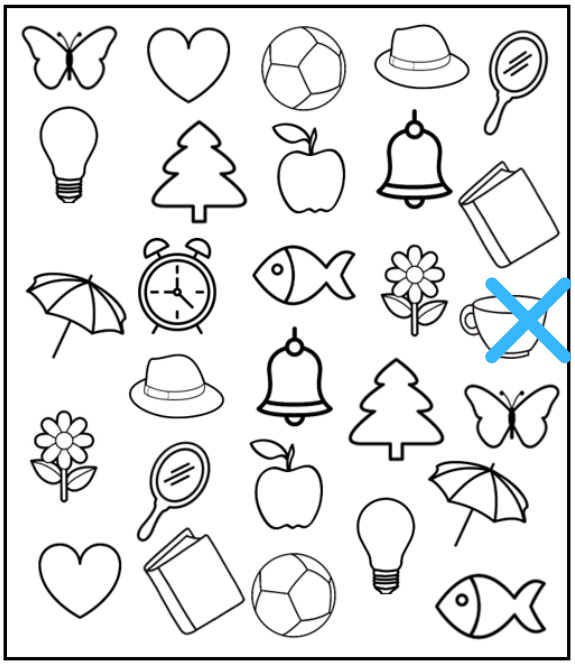


1. Eieren in het nest.
2. Kip op de zitstok.
3. Steentje op de grond.
4. Voer in de schaal.
5. Gat in het hek.
6. Haan.
7. Kuikentje in het nest.

Pagina 13 - Schaduwen



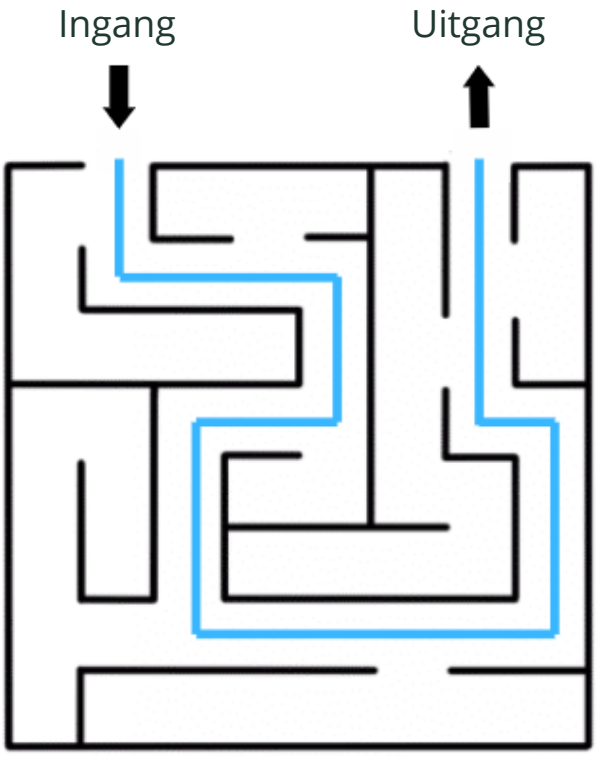
Pagina 16 - Eén afbeelding



Het kopje komt één keer voor.

Antwoorden

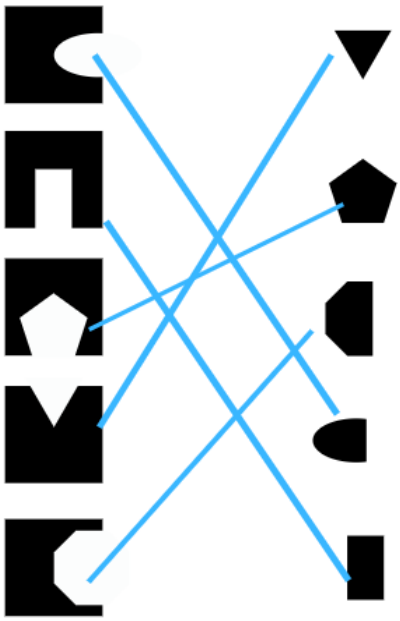
Pagina 18 - Doolhof



Pagina 20 - Dezelfde kopjes



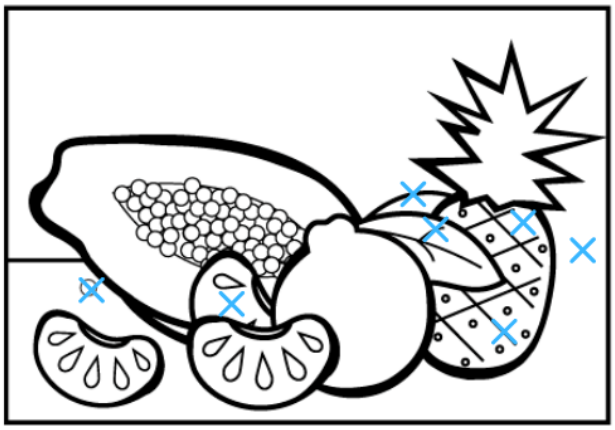
Pagina 22 - Vierkanten



De lijnen laten zien welk stukje bij elke vorm hoort.

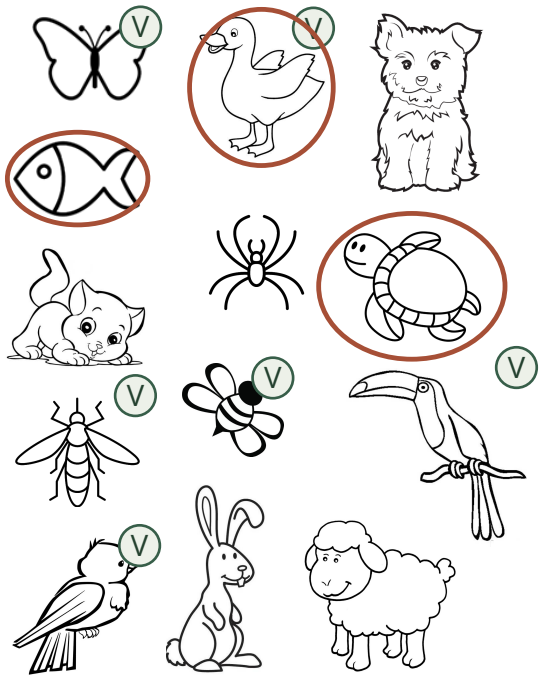
Antwoorden

Pagina 23 - De zeven verschillen



1. Lijntje op het mandarijnblad.
2. Partje van de mandarijn.
3. Rondje rechtsboven op de ananas.
4. Extra blad aan de mandarijn.
5. Papajapit op de tafel.
6. Lijntje onderaan op de ananas.
7. Tafelrand aan de rechterkant.

Pagina 25 - Vliegen en zwemmen



V = kan vliegen

Vlinder, eend, beide insecten, toekan en vogel.

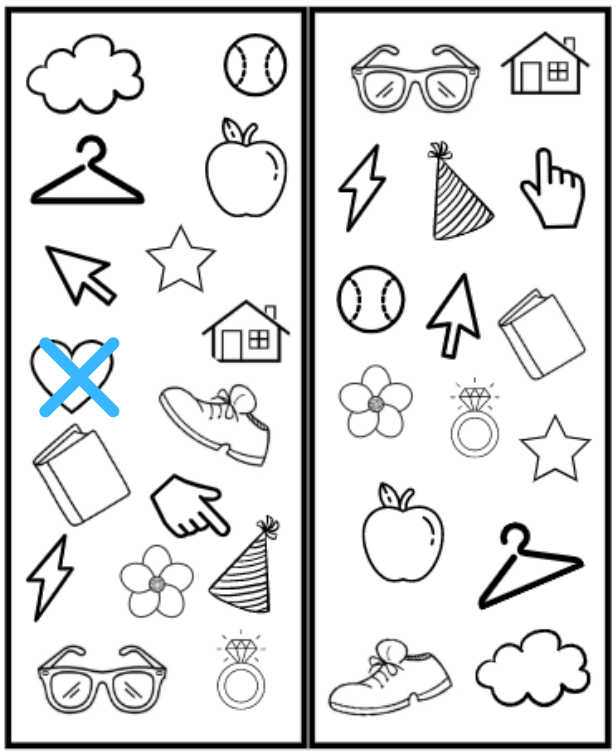
Cirkel = kan zwemmen

Eend, vis en schildpad.

De eend hoort bij beide groepen: die kunt u inkleuren én omcirkelen.

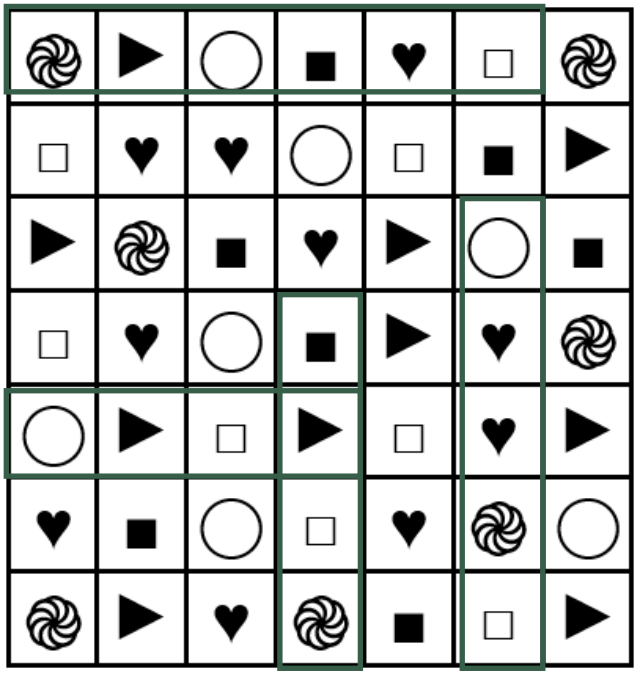
Antwoorden

Pagina 28 - Ontbrekende afbeelding



Het hart ontbreekt in het rechtervak.

Pagina 29 - Symbolenreeksen



De vier omlijnde reeksen zijn:

- Bovenste rij: van links naar rechts.
- Vijfde rij: de eerste vier vakjes.
- Zesde kolom: van rij 3 tot en met rij 7.
- Vierde kolom: van rij 4 tot en met rij 7.

Afbeeldingsbronnen

De onderstaande bronnen zijn vermeld bij de gebruikte afbeeldingen en oefenmaterialen. De bronvermeldingen zijn hier op één plek verzameld.

01 atividadesparaeducadores.blogspot.com

02 atividadesparaprofessores.com.br

03 blog-de-aprendizagem.blogspot.com

04 colorirgratis.com

05 edufichas.com

06 educarx.com

07 desenhosparacolorir.org

08 Freepik - freepik.com

09 Pinterest

10 Google Afbeeldingen

11 coloringpages101.com

Geometrische kleurplaten op pagina 9 en 10: desenhosparacolorir.org.

Bronvermelding bij de eierkaartjes: 

Omslagillustratie: nieuw gemaakt voor deze editie.