

Lessuggesties voor groep 3 t/m 5

Op vrijdag 23 januari 2026 is het Internationale Dag van het Handschrift. Dat is ook de afsluiting van de Nationale Week van het Handschrift van 19-23 januari 2026. Deze lesbrief van het Platform Handschriftontwikkeling geeft suggesties rond het motto 'Zo handig én verstandig dat handschrift! Iedereen kan en mag deze lessuggesties naar eigen inzicht inzetten.

Zo handig én verstandig dat handschrift!

Zeg, ken jij de walnoot al?

Inleiding

Het thema van de Week van het Handschrift is: Zo handig én verstandig dat handschrift!

- Handig: hand - laat je handen maar eens wapperen. Hoog, voor, laag en gekruist.
- Verstandig: wat is dat? Waar zit je verstand?



Onze hersenen

Kijk eens naar de afbeelding van de walnoten en met name naar de **open** walnoot.

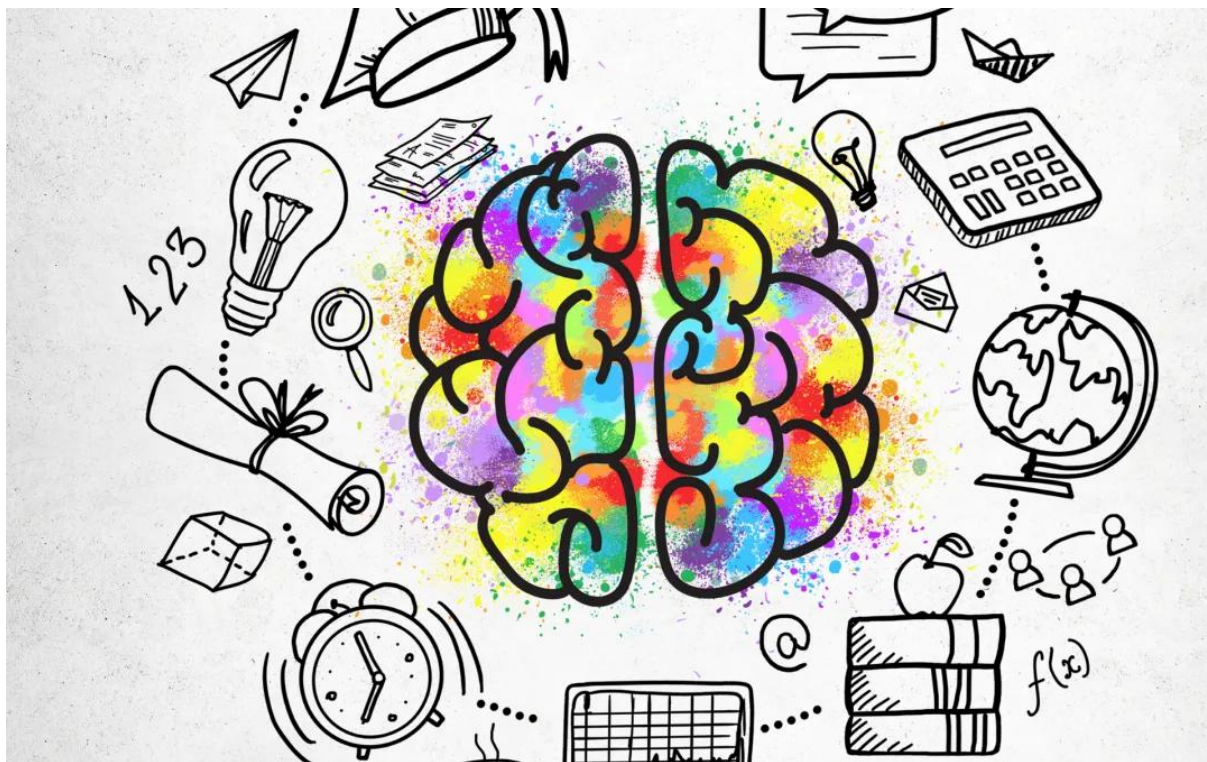
De noten lijken op wat er in ons hoofd zit. **Zien jullie de twee delen? Liggen die in ons hoofd ook apart?**

Nee, er lopen allerlei draadjes van de ene helft naar de andere om signalen door te geven.

Door beide helften tegelijk aan het werk te zetten ontstaan er zelfs nog nieuwe draadjes, waardoor je beter kunt denken. Een goed ontwikkeld stel hersens komt je hele leven van pas.

Walnoot olie

De olie uit de walnoten is heel goed voor je hersenen. Nu hoeft je geen dure olie te kopen, want als je de noten kauwt, komen de vetten vrij. **Vraag thuis maar eens of ze *studentenhaver* kennen?** De leerkracht kan het ook meenemen; check wel of er kinderen met notenallergie zijn!



Walnoot inkt

Uit walnoten werd vroeger inkt gemaakt. Zo zie je, dat de walnoot alles met schrijven te maken heeft; handig én verstandig!

Tweehandige activiteiten ontwikkelen het brein

Door met twee handen op papier te bewegen stimuleren we zowel de verbindingen die er al zijn én we maken nieuwe aan. Bij het schrijven gebruiken we ook beide handen. De schrijfhand en de hulphand die het papier of schrift vasthoudt en opschuift moeten goed samen werken. Door veel te schrijven ontwikkel je dus je hersenen. Daarom is het ook fijn, dat je leert schrijven. Hoe handig en verstandig is dat!

Doel

Het stimuleren van de samenwerking tussen beide hersenhelften én het activeren tot het leggen van nieuwe verbindingen in de hersenen. Dat gebeurt door tweezijdig bewegen en op papier tweehandig te werken. Voordeel van deze activiteit is, dat iedere leerling dit op zijn/haar manier en niveau uit kan voeren, alles is goed! Dat laatste bevordert mede het plezier in de activiteit.

Benodigheden

1. Muziek. Pas de muziek aan de leerling of klas aan. Waar houdt hij/zij van? Welk nummer is 'in'?
2. Verschillende formaten blanco papier, bijpassend schrijfmateriaal en schilderstape.
Bijvoorbeeld met wasco op grote vellen werken en op A4-formaat met fineliners.

Opdracht

1. Leg het gekozen schrijfmateriaal klaar en plak het papier op de tafel vast met schilders tape.
2. Neem in elke hand een schrijfstift; verschillend van kleur en start de muziek.
3. Zolang je de muziek hoort, blijft je schrijfstift op het papier. Je beweegt de stift op de muziek over je papier. Afhankelijk van de muziekkeuze wissel je ronde en rechte bewegingen af.
4. Als de muziek stopt, stop jij ook.
5. Bekijk wat er op het papier verschenen is.
Kijk of je er een leuk diertje, visje of figuurtje in kunt ontdekken.
Kleur dat in of neem dat over op een apart blaadje (overtrekken/natekenen) en maak er iets moois van.
Alles wat je erbij verzint is goed.
Je kunt het inkleuren en/of arceren; er een wezentje van maken; een verhaal bij tekenen; ga je gang!

Extra: Werk met je ogen dicht.

P.S. Laat geen voorbeeld zien, anders denken de kinderen dat het zo moet en bewegen ze minder vrij!

Evaluatie

- Hoe heb je dit ervaren?
- Hebben je linker- en rechterhand dezelfde beweging gemaakt?
- Kon je snel een favoriet diertje ontdekken?
- Klassikaal: wat hebben de anderen voor dieren gemaakt? Wissel de ervaringen van het tweehandig werken en het uitwerken van de dieren uit.
- Kijk of je het op een gekleurde ondergrond kunt plakken of er zelfs een groepswork van kunt maken. Laat de ideeën maar komen en overleg wat mogelijk is.
- Na het tweehandig werken op muziek is er nog een ander idee om figuren in je werkstuk te zoeken. Accentueer ze en/of kleur ze in.

Extra - Zingen op de melodie van “Zeg, ken jij de mosselman?”

Zeg, ken jij de walnoot al; de walnoot al; de walnoot al!
Zeg, ken jij de walnoot al; die helpt je om te leren!

Ja, ik ken de walnoot al; de walnoot al; de walnoot al!
Ja, ik ken de walnoot al; die helpt me om te leren!

Opzeggen kan natuurlijk ook.

Zingen én er tweezijdige (tweehandige, tweevoetige) bewegingen bij maken is helemaal effectief; handig én verstandig!

Pas bewegingen aan de beschikbare ruimte aan. Ook op de plaats naast tafel of bank kan veel gedaan worden. Het liedje kan ook in de muziekles geoefend worden.

Bij de gymles kan extra aandacht gegeven worden aan het tweezijdig bewegen.

Veel plezier gewenst met dit zo veelzeggende motto!

Mogen wij als ‘verbindende’ tegenprestatie iets over jullie gekozen activiteiten vernemen?

Reacties naar info@handschriftontwikkeling.nl

Platform Handschriftontwikkeling/A.S.